

Univerzita Karlova v Praze
Pedagogická fakulta

DIPLOMOVÁ PRÁCE

2014

Bc. Marta Kolářová

Univerzita Karlova v Praze
Pedagogická fakulta
Katedra biologie a environmentálních studií

***Dobrovolná skromnost:
Druhá generace***

Diplomová práce

Autor: Bc. Marta Kolářová

Vedoucí práce: PhDr. Kateřina Jančaříková, Ph.D.

Praha 2014

Abstrakt

Východisko. Dobrovolná skromnost je forma životního stylu, jejímž typickým rysem je výběrová náročnost ve všech oblastech života člověka. Samotná náročnost života v dobrovolné skromnosti spočívá v sebekontrolě spotřebního chování při dennodenní konfrontaci s mediálním tlakem, který je orientovaný na vysokou míru spotřeby. Cílem práce bylo zjistit, zda lidé, kteří vyrůstali v dobrovolně skromné rodině a byli v tomto duchu vychováni, se i nadále drží dobrovolné střídmosti nebo se naopak od tohoto způsobu života odvrátili a připojili se k majoritnímu životnímu stylu založenému především na vysoké míře spotřeby.

Metody a výsledky. Do výzkumu bylo zařazeno 40 respondentů, kteří splňovali podmínku, že dobrovolná skromnost byla součástí jejich výchovy. Osloveni byli lidé z alternativně žijících skupin (hnutí preppers, ekovesnice, makrobiotici, minimalisté, fóra matek věnujících se výchově a péči o dítě a další skupiny disponující fóry o alternativním způsobu života v dobrovolné skromnosti). Šetření probíhalo prostřednictvím elektronického dotazníku. Třináct respondentů ze čtyřiceti (32,5 %) plně odpovídalo námi stanovenému profilu dobrovolné skromnosti. Relativní četnost odpovědí od všech čtyřiceti respondentů, které naplňovaly požadavky skromného chování, činila 74,3 %. Hypotéza H₁ předpokládala, že vlivem výchovy v dobrovolné skromnosti budou respondenti preferovat vzorce jednání snižující spotřebu, což se potvrdilo. Zároveň se potvrdila hypotéza H₂, která předpokládala, že výchova v dobrovolné skromnosti bude vnímána pozitivně.

Závěr. Z výsledků vyplývá, že dotazovaná druhá generace vnímá výchovu v dobrovolné skromnosti pozitivně a ve většině případů ji v klíčových oblastech života přijala jako vzor i pro svůj budoucí životní styl, což dokazuje vysoká relativní četnost odpovědí (74,3 %) podporujících dobrovolně skromné chování.

Klíčová slova: Dobrovolná skromnost, udržitelnost, alternativní životní styl, ekologická výchova

Abstract (*Voluntary simplicity and second generation*)

Starting point. Voluntary simplicity is a form of lifestyle. Its typical feature is selection intensity in all areas of human life. Severity of voluntary simplicity lies in self-control of consumer behavior in the daily confrontation with the media pressure, which is oriented at a high rate of consumption. The task of this thesis was to find out if people raised in voluntarily simple families keep living this way, or if they turned away from this lifestyle and joined the high consumption society.

Methods and results. Research included 40 respondents who met the requirement that voluntary simplicity was part of their upbringing. Addressed were people from alternatively living groups (preppers, ecovillages, macrobiotics, minimalists, forums dedicated to maternal education and child care, and other groups possessing forums on an alternative way of life of voluntary simplicity). The investigation was conducted by a questionnaire which was distributed electronically among respondents. We found that 13 out of 40 respondents (32,5 %) fully met our stated profile of voluntary simplicity. Relative frequency of responses from all respondents that meet the requirements of modest behavior amounted to 74,3 %. Hypothesis H₁ predicted that the influence of upbringing in a voluntary simplicity will make respondents prefer reducing the patterns of consumption behavior, was confirmed. At the same time was the hypothesis H₂ confirmed, which is assuming that education in a voluntary simplicity will be perceived positively.

Conclusion. The results show, that the second generation perceives the voluntary simplicity positively and in most cases accepted it as a way of their life's. This is proved by a high relative frequency of responses (74,3 %) supporting voluntarily simple behavior.

Key words: Voluntary simplicity, sustainability, alternative lifestyle, environmental education

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně pod vedením PhDr. Kateřiny Jančaříkové, Ph.D. s vyznačením všech použitých pramenů a spoluautorství. Souhlasím se zveřejněním diplomové práce podle zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách, ve znění pozdějších předpisů. Byla jsem seznámena s tím, že se na moji práci vztahují práva a povinnosti vyplývající ze zákona č. 121/2000 Sb., autorský zákon, ve znění pozdějších předpisů. Práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu. Souhlasím s uložením své diplomové práce v databázi Theses.

V Praze dne

podpis

Poděkování

Chtěla bych na tomto místě poděkovat své vedoucí diplomové práce PhDr. Kateřině Jančaříkové, Ph.D. za odborné vedení, za pomoc a rady při zpracování této práce.

OBSAH

Úvod	9
1 Pojem dobrovolná skromnost	10
1.1 Vymezení vybraných pojmů	10
1.2 Konzum versus dobrovolná skromnost	12
1.3 Historie konzumerismu	15
1.4 Konzumentem v konzumní společnosti	15
1.5 Ekologická stopa	16
2 Determinace lidského chování	18
2.1 Evoluční vymezení lidského chování	18
2.2 Ofenzivní adaptace	19
2.3 Limitující aspekty lidského chování a rozhodování	20
2.4 Vlivy atributů existence na dobrovolnou skromnost.....	21
2.4.1 Modus „mít“	21
2.4.2 Modus „být“	23
3 Motivace k dobrovolné skromnosti	25
3.1 Motivační faktory	25
3.2 Motivace teleologická	27
3.2.1 Ekologická sekce České křesťanské akademie	28
3.3 Motivace deontologická	29
3.4 Motivace spočívající v etice ctností	30
3.5 Nežádoucí motivace (demotivace)	31
3.6 Dobrovolná skromnost jako příležitost pro osobní rozvoj	33
4 Dobrovolná skromnost a budoucí generace	34
4.1 Šíření dobrovolné skromnosti	34
4.1.1 Hromadná konverze lidstva	34
4.1.2 Environmentální výchova	35
4.1.3 Zachrání nás snobismus?	37
4.1.4 Je skromnost „dědičná“?	38
5 Kroky k dobrovolné skromnosti	39
5.1 Životní postoj	40
5.2 Peníze	40

5.2.1	Fair-trade	41
5.3	Práce a čas	42
5.4	Jídlo	42
5.5	Doprava	44
5.6	Bydlení	45
5.7	Energie	46
5.8	Oblečení	47
5.9	Redukce odpadu	47
6	Výzkumná část	49
6.1	Výzkumný problém	49
6.2	Výzkumný cíl	49
6.3	Metodika výzkumu	50
6.4	Metoda výzkumu	52
6.5	Zpracování, popis a analýza získaných dat	53
6.5.1	Demografické dotazy	53
6.5.2	Dotazy k pojmu dobrovolná skromnost, výchově, motivaci a komplikacím	58
6.5.3	Dotazy k životnímu stylu	62
6.6	Vyhodnocení hypotéz	71
6.7	Diskuse	72
7	Závěr	75
8	Zdroje	77
	Seznam příloh	82

ÚVOD

„Pozoroval jsem lidového řezbáře, jak své dílo zpestřuje zbytky modelářských laků. Právě natíral apoštolům svatozáře na zeleno. Vracel jsem se tehdy z ekologické konference, a tak jsem se zeptal, jaký význam má ta zelená svatozář. Řekl zamýšleně: „Došel mi žlutý lak.“

Erazim Kohák, 2011

Pro svou diplomovou práci jsem si zvolila téma života v *dobrovolné skromnosti*, neboť mne zajímá alternativní způsob života k životnímu stylu, který ve společnosti převládá (ke stylu majoritnímu). Způsobu života uskutečňovanému záměrně, na základě dobrovolné volby a to sice volby hodnotové. Téma životního stylu, který v ekologické tísní dovoluje žít důstojně, s jakousi radostí a uspokojením. Konkrétně se práce zaměřuje na lidi, kteří v prostředí dobrovolné skromnosti vyrůstali – *druhou generaci*.

Téma shledávám za aktuální, neboť ze všech stran neustále slycháváme o globální a ekologické krizi. Vedlejším přínosem života v dobrovolné skromnosti je právě pozitivní dopad v podobě šetrného hospodaření s přírodními zdroji, na které je lidskou činností vyvíjen neúměrný tlak.

Cílem práce je zjistit, zda lidé, kteří vyrůstali v dobrovolně skromné rodině, se i nadále drží dobrovolné střídmosti nebo se naopak od tohoto způsobu života odklonili a připojili se k majoritnímu životnímu stylu založenému především na vysoké míře spotřeby.

1 POJEM DOBROVOLNÁ SKROMNOST

1.1 Vymezení vybraných pojmů

Tato kapitola je věnována vybraným pojmům, které mají souvislost s životem v dobrovolné skromnosti. Nejprve se zaměříme na význam slova „skromnost“. Librová (1994) ve svých „Pestrých a zelených“ použila slovo „skromnost“ pro označení ekologicky příznivé nízké spotřeby domácnosti. K. Shradler-Frechettová (1992) užívá slova „střídmost“. H. Librová (1994) uvažuje o skromnosti tam, kde existuje možnost mít více. Toto omezení je důležité, abychom o skromnosti nehovořili v případě, žije-li člověk ve skromných poměrech nedobrovolně a je determinován vnějšími okolnostmi žít v bídě a hladu. Skromní lidé by mohli nakupovat více, vydělávat více, ale nedělají to. Spokojují se se zaměstnáním s nízkým výdělkem, umí si poradit se situací částečného pracovního úvazku, případně i se stavem nezaměstnanosti. Žena většinou zůstává s malými dětmi doma a nevydělává. Pokud má skromný člověk velký příjem, přináší mu problémy. Samo o sobě slovo skromnost tedy již označuje dobrovolnost, ale mluvíme-li o ní v environmentálních souvislostech, přidáváme ještě adjektivum „dobrovolná“ (Librová, 2003). E. Kohák (2011) shledává dobrovolnou skromnost za zavádějící a užívá spojení „výběrová náročnost“, kdy jedinec klade vysoké nároky na čistou vodu a čerstvý vzduch, na zdravotnictví a veřejnou dopravu, na maximální energetickou výkonnost a radost ze života, nikoliv na nejnákladnější hromadění tretek.

Další důležitá věc je motivace, tedy rozdíl mezi dobrovolnou a záměrnou skromností. V zahraniční literatuře to nerozlišují a používají pojem dobrovolná jednoduchost – „Voluntary Simplicity“ (Alexander, 2012). Jednoduchost vychází z poznání, že jen velmi málo je potřeba ke spokojenému životu. Je to stav mysli, který to umožňuje, nikoliv množství spotřebního zboží či spokojenost dosažená skrze něj. Podle H. Librové (1994) jde o dvě různé věci. Dobrovolná i záměrná skromnost existují vedle sebe ve všech kulturách. Dobrovolná skromnost se orientuje opačným směrem než je spotřeba, dobrovolně skromně žijící jedince konzumace prostě nebaví. To bylo v roce 1992 charakteristické pro pestré (Librová, 1994). Záměrná skromnost

je cílená, historicky byla známým fenoménem, měla většinou motivy duchovní, náboženské. Dnes se často chápe jako záměrná taková skromnost, která je motivována ekologickými hledisky (Librová, 1994).

Znamená tedy skromný život existenci v chudobě? Můžeme říci, že nikoliv. Pro moderního člověka, byť tíhnoucího k ekologickým ctnostem, je toto označení ne moc přitažlivé. Není náhodou, že se hledači ekologicky příznivého života sousloví „dobrovolná chudoba“ vyhýbají. Raději označují jejich styl života „dobrovolně jednoduchým“, který pro ně vzbuzuje představu stravitelnější a přitažlivější.

Obsah slova „chudoba“ se za poslední staletí proměnil. Chudoba se přiblížila ke slovu bída a nahradila je. Například Seneca (1969) ve svých listech Luciliovi chudobu velebí: „Velikým bohatstvím je chudoba uspořádaná podle zákona přírody.“ Svému příteli Luciliovi vysvětluje, co to podle něj chudoba znamená. Nehladověť, nežízň, nemrznot. Abys zahnal hlad a žízeň, nemusíš nutně vysedávat u dveří pyšných domů, snášet pohledy domýšlivců ani jejich ponižující laskavost, nemusíš se vystavovat nebezpečí na mořích a válečných výpravách. To, co si žádá příroda, je přístupné a leží na blízku. Kdo si porozumí s chudobou, je vpravdě boháčem.

Ve středověku byla dobrovolná chudoba velkou hodnotou, byla chápána jako podmínka toho nejpodstatnějšího, lásky k bližnímu. Chudoba byla i žitou ctností, která znamenala zřeknout se jak majetku, tak moci, existovala četná hnutí chudoby. Pokud zapomeneme, že chudoba měla a může mít i svou slavnou stránku, snadno se lekáme skromnosti. Skromnost jako dobrovolný stav nehrozí upadnutím do bídy, k chudobě má ale blízko. Dle H. Librové (2003) mohou být chudoba a skromnost v určitém ohledu existencemi luxusními.

Život některých lidí v rozvojových zemích by se dal označit jako bída. Je spojen se značnou hmotnou nouzí, nedostatkem potravin, nezávadné pitné vody, ošacení, špatné situace s bydlením, nedostatečným či žádným přístupem k základní zdravotní péči, vzdělání, ap. Důsledkem bídy bývá chronický hlad, podvýživa, nedostatečná imunita nebo nevzdělanost, náchylnost k nemocem, vysoká dětská úmrtnost, nebo nízká střední délka života. Je stavem, kdy jsou životní podmínky člověka v rozporu se základními lidskými právy. Život v bídě nikdy nebyl dobrovolný a vlastně ani skromný.

O blahobytu hovoříme zejména v materiální dimenzi. V kladném významu nám asociuje vysokou hmotnou životní úroveň a její ukazatel hrubý domácí produkt. Slovo „blahobyť“ se řadí do okruhu slov vztahujících se k moderním společnostem. Spíše než ekonomickou situaci jednotlivců vyjadřuje situaci sociálních skupin. O blahobytu i o jeho ukazateli se většinou bez dalšího zdůvodňování mluví s růstovým podtextem, což je věc z environmentálního hlediska jen těžko přijatelná (Librová, 2003).

Jako „luxus“ bychom mohli považovat vše, čím člověk překračuje svou existenci, co lidé vytvoří, shromáždí a zkonsumují, aniž by to potřebovali k fyzické reprodukci svých životů. Díky tomu by blahobyť a nadměrný konzum mohl být chápán jako součást luxusu. Na rozdíl od jejich materiálního obsahu je však slovo „luxus“ užíváno ve spojení s hodnotami neúčelnými i nemateriálními, je v něm významná estetická a duchovní dimenze a také relativně svobodná volba. Některá pojetí luxusu zdůrazňují vlastnictví vzácných či nedostatkových statků a služeb (Librová, 2003).

Dobrovolná skromnost je zajisté téma, které v lidech vyvolává rozporuplné reakce. Jejím hlavním cílem je co nejméně plýtvat energiemi, snažit se žít šetrně a vyhýbat se konzumnímu způsobu života. Je to cesta, která vede nikoli zpátky do minulosti, což je typické pro některé komunity, ale naopak kupředu. Lidé, kteří se rozhodnou jít po této nelehké cestě za svým snem se často setkávají s nepochopením ba dokonce s opovržením i když by tomu mělo být spíše naopak.

1.2 Konzum versus dobrovolná skromnost

V této kapitole se zmíníme o konzumu jakožto protikladu dobrovolné skromnosti. Konzum (přesněji konzumerismus) je životní styl, který někteří sociologové (u nás např. prof. Jan Keller nebo prof. Hana Librová) chápou jako problematický z pohledu vlastního životního prostředí a také z pohledu lidské kultury. Je to způsob života, ve kterém je podstatné především neustálé zvyšování hmotné spotřeby. Budeme-li mít víc – budeme se mít líp a život bude krásný stejně jako je krásný v lákavých reklamách na spotřební zboží. Svět se ustavuje jako zásobárna surovin, člověk jako roztěkaný, jednorozměrný spotřebitel.

Fakta jasně poukazují na ekonomickou činnost jako hlavní zdroj současných problémů životního prostředí Země. K populační explozi došlo v průmyslovém věku, a zatímco se v průmyslovém věku během minulého století znásobil obchod 800 krát a výroba 100 krát, navíc vzrostlo používání energie na jednoho člověka na 80 násobek, používání vody na jednoho člověka na 36 násobek, množství metanu v ovzduší se zdvojnásobilo (hlavně také díky oteplování planety) a množství oxidu uhličitého ve vzduchu vzrostlo o 25 % (způsobuje např. acidifikaci oceánů). Lví podíl odpovědnosti za změnu ekonomické činnosti leží na bohatých národech, jako jsou Spojené státy. Průměrný Američan spotřebuje 70 krát více vody než obyvatel Ghany. Rozvinuté národy ve světě spotřebují 12 krát více energie, 10 krát více oceli a 15 krát více papíru než se použije ve zbytku světa (Stead, 1998).

„V pozadí stojí nevyslovený trojí předpoklad: smyslem života je mít stále víc a jediným úkolem státu je to umožňovat, protože vzestup spotřeby překlene všechny problémy, které jsme nedokázali vyřešit. Všechno ostatní musí počkat. Nejprve potřebujeme vyrábět.“ (Kohák, 2011: 65).

Pro dnešní konzumerismus je zároveň podstatná jeho dynamická povaha. Právě velká dynamika nakupování a spotřeby věcí, vyjádřitelná tokem energie v domácnosti, je environmentálně záhubná. Ačkoliv si to mnoho lidí neuvědomuje i konzum některých služeb a volnočasových aktivit má čím dál tím větší vliv na přírodu. I ony se vyznačují vysokou dynamikou. Typickým příkladem je potřeba velké prostorové mobility, jedná se především o automobilismus, který vyžaduje například výstavbu a provoz dálnic a čerpacích stanic. Můžeme uvažovat o sportech a jiných aktivitách provozovaných nešetně v přírodě. Ekologicky škodlivá bývá výstavba rozlehlých rekreačních a sportovních areálů a zábavních parků. Energeticky a vodohospodářsky náročné jsou i uměle zasněžované sjezdovky a akvaparky (Librová, 2003). Někdy není ekologická škodlivost volnočasových aktivit příliš zřetelná, málokdo si třeba například uvědomuje ekologická rizika spojená s golfovými hřišti. Jak uvádí E. Kohák (2011), po tisíciletí připadalo lidem samozřejmé, že budou mít a chtít jen tolik, kolik měli jejich předkové. Dnes nám připadá samozřejmé chtít a mít víc, než předešlá generace. Dědeček měl kolo, tatínek babetu a syn chce nejméně forda.

Otázka je, zdali, i kdybychom měli libovolné množství peněz, skutečně by nás uspokojilo nakupování stále nových a novějších věcí. I kdyby ano, většina lidí

neomezené množství peněz nemá. Ale nové věci v reklamách jsou tak lákavé. A lidé z reklamního průmyslu se velmi snaží, aby nás přesvědčili, že daný produkt opravdu nutně potřebujeme, že je pro nás naprosto nezbytný. Tak vznikají spotřebitelské dluhy – pořídíme si něco, přestože na to nemáme a často to ani nepotřebujeme. To pravděpodobně není příliš moudré řešení.

Všichni samozřejmě nepodléháme reklamám, ale všichni jsme zajisté do jisté míry spotřebitelé. Lišíme se v míře naší spotřeby. A je vůbec spotřeba problematická?

Velké množství ekonomů se domnívá (nebo alespoň domnívalo), že spotřeba je naopak velice žádoucí. Je to velmi logické – čím více se spotřebovává, tím více se vyrábí, tím více se utrácí, zvyšuje se zaměstnanost a ekonomika prosperuje a všichni se mají lépe. Tuto cestu obhajoval například americký prezident Ronald Reagan, když pronesl svůj slavný výrok: „Kdo neplýtvá, není Američan!“.

Mnozí ekonomové se ovšem domnívají, že na „konečné planetě není možný nekonečný ekonomický růst“. Jinými slovy ekonomika položená na stále se zvyšující spotřebě není trvale udržitelná (brzy narazí na meze, které jsou dány konečnými přírodními zdroji).

Snad můžeme říci, že protipólem „konzumerismu“ je životní styl, který by se dal označit jako „dobrovolná skromnost“. Někteří autoři raději pro stejný životní styl používají pojem „výběrová náročnost“. Když to popíšeme velice jednoduše, tak by se dalo říci, že dobrovolně skromný člověk nekoupí na potkání každou hloupost, kterou mají ostatní, či kterou mu přikáže koupit reklama. Dobrovolně skromný člověk se snaží kupovat věci spíše nezbytné než zbytné a zajímá se o původ výrobků (jak moc poškozuje daný výrobek životní prostředí při výrobě, užívání, dosloužení či transportu; nebo také jako moc daný výrobek poškozuje lidskou důstojnost zaměstnanců, kteří jej vytvářejí). Dobrovolná skromnost se neprojevuje jen při nakupování, ale také při cestování, bydlení, trávení dovolené nebo i volbě zaměstnání. Dobrovolně skromní lidé se upínají spíše k duchovním či intelektuálním hodnotám než k hodnotám konzumním. Většinou se nedomnívají, že svojí životní volbou nějak strádají, právě naopak (Librová, 2003).

1.3 Historie konzumerismu

Přestože je konzumerismus často spojován se západním světem, ve skutečnosti existuje napříč kulturami a státy (zejména během poslední dekády rozvoje globalizace). Konzumerismus ve smyslu nakupování zboží či spotřebě materiálů v průměře nad základními potřebami je starý jako první civilizace. S tím, jak konzumerismus stoupl do povědomí, vytvořil se proti němu i opačný způsob života v podobě dobrovolné skromnosti.

Konzumerismus není jev starý jen několik let – první náznaky této tendence jsou někdy spojovány s osobností významného předpovědátelle trendů, zakladatele technik a nástrojů, pomocí kterých komunikují instituce a firmy s veřejností, z 20. a 30. let 20. století, E. L. Bernaysem, který způsobil posun paradigmatu v přístupu k nakupování z pozice zákazníka z „potřebuji si koupit“ na „chci si koupit“.

Hlavní vlna konzumerismu ale přišla po II. sv. válce, v 50. let 20. století, zejména ve Spojených státech amerických (v tehdejší, válkou zničené, Evropě pak méně), současně s poválečným rozvojem obchodní dopravy a myšlenkou dovážet zboží a suroviny i z hodně vzdálených zemí, jako alternativy k lokální výrobě. Naopak, o dekádu později vyrostl zejména mezi mladou generací odpor proti konzumnímu způsobu života a ve větší či menší míře ovlivnil ostatní, v té době vznikající myšlenkové, ale třeba i umělecké proudy „bouřlivých“ šedesátých let 20. století.

Za druhou vlnu se pak pokládá počátek 80. let, ve vlivu neoliberalního kapitalismu (Margaret Thatcherová, Ronald Reagan) a od poloviny 90. let na ni navázal fenomén globalizace, který lidem vyznávajícím tento způsob života do jisté míry usnadnil jejich spotřební návyky v globálním měřítku a „standardizoval“ úroveň komerčních služeb, opět zejména v zemích prvního světa (Stearns, 2006).

1.4 Konzumentem v konzumní společnosti

Postoj, který vystihuje spotřební konzumentství je, že by nejradyji spolkl celý svět. E. Fromm (2001) přirovnává spotřebitele k věčnému kojenci volajícímu po láchvi. Dříve se básníci a filozofové zabývali otázkou, zda člověk pracuje, aby žil, nebo žije,

aby pracoval. Dnes řešíme dilema, zda člověk musí konzumovat, aby žil, nebo zda žije, aby mohl konzumovat. To ovšem znamená, že jsme stále ještě schopni a cítíme potřebu odlišit život od konzumace.

Často slýcháme, že spotřební trh svádí své zákazníky. Aby to ale mohl dělat, potřebuje zákazníky, kteří chtějí být sváděni. Ve správně fungující konzumní společnosti se konzumenti aktivně snaží hledat svody. „Konzument je člověk v pohybu a v zájmu zvyšování spotřební kapacity musí v pohybu i zůstat a nesmí mu být povolen oddech. Konzumerismus je tak sociální analogií psychopatologie deprese s jejími dvěma protichůdnými symptomy - vyčerpání a neschopnosti usnout.“ (Bauman, 1999: 101).

Souhrnně lze říci, že konzumování je pouze jednou z forem vlastnění, možná nejdůležitější pro dnešní průmyslové společnosti blahobytu. Konzumování v nás utiňuje úzkost, protože to, co člověk má, mu nelze odejmout. Ale jako odplatu si žádá, aby člověk konzumoval stále více, protože efekt uspokojení brzy ztrácí svůj charakter. „Moderní konzumenti se mohou ztotožnit s rovnicí: *jsem = co mám a co konzumuji.*“ (Fromm, 2001: 43).

Je otázkou, zda v nás podobnou úzkost dokáže vyvolat i míra zátěže přírody, která je odrazem našeho spotřebního chování a to sice v podobě tzv. ekologické stopy.

1.5 Ekologická stopa

Dobrovolná skromnost je téma těžko uchopitelné a koncept ekologické stopy nám pomáhá odpovědět na otázku, zda lidská populace žije v hranicích únosné ekologické kapacity či nikoliv. Také nám umožňuje odhadnout (ve formě plochy) dopad lidských aktivit na přírodu. Každý z nás spotřebovává přírodní zdroje ve formě jídla, energie a materiálů, čímž v různé míře zatěžuje nosnou ekologickou kapacitu. V posledních desetiletích se stále častěji ozývají varovné hlasy některých vědců upozorňující na skutečnost, že lidský tlak na přírodní zdroje již nosnou kapacitu překračuje (Wackernagel, 1996).

Jako příklad můžeme uvést fiktivní rodinu, žijící v městském bytě, která sic mající automobil, bude mít menší ekologickou stopu než podnikatel bydlící v rodinném domě

na venkově, s okrasnou zahradou a bazénem, který se automobilem dopravuje dennodenně do zaměstnání a létá každoročně na dovolenou na Kanáry. A jak je to možné? Naše fiktivní rodina tráví dovolenou v tuzemsku, automobil využívá pouze k nezbytným nákupům, kdy si tyto cesty pečlivě plánuje. K ostatním transportům na kratší vzdálenosti využívají členové této rodiny městskou hromadnou dopravu, kolo či pěší chůzi. Volný čas věnuje rodina pěstitelským činnostem na vlastní zahrádce, kterými si zabezpečuje příjem potřebné zeleniny a ovoce. Životní styl a činnosti fiktivní rodiny jednoznačně vyžadují mnohem méně „metrů čtverečních Země“ nežli tomu bude u výše zmíněného podnikatele. Podobně tomu bude i u lidí preferujících dobrovolně skromný životní styl, které můžeme přirovnat k naší fiktivní rodině a lidí preferujících spotřebitelské chování, orientovaných na majetkové statky podobně jako uvedený příklad podnikatele.

Jak tedy bylo řečeno v úvodu kapitoly, pomocí ekologické stopy můžeme rozlišit, kdo více či méně zatěžuje životní prostředí a vůbec společnost jako takovou. Definice dle Nátra (2005: 25) zní „Ekologická stopa je definována jako taková plocha pevniny a vod, která je nezbytná pro trvalé udržení materiálního standardu obyvatel daného státu (nebo jinak zvolené komunity).“ Ekologická stopa je uměle vytvořená jednotka, která určuje, kolik metrů čtverečních Země potřebuje člověk k dané činnosti, či kolik metrů čtverečních Země potřebuje pro svůj život. Jednotka v sobě obsahuje vše od získání potravin, dopravu až po odpad, který člověk vyprodukuje. Pro výpočty na úrovni města, státu, celé Země se používá jednotka globální hektar. Pokud se z přírody odebírá více, než se stačí obnovovat, může to mít nepříznivé důsledky až do daleké budoucnosti. Jaké množství přírodních zdrojů je možné spotřebovávat bez budoucích následků na schopnostech ekosystémů poskytovat nadále své statky a služby v dostatečné míře a kvalitě, není známo. Ovšem přírodní obnovitelné zdroje a jejich využívání udržitelným způsobem se pro lidskou společnost jeví jako klíčové (Nátr, 2005).

Ačkoliv jsme tedy získali nástroj, který před nás staví konkrétní (ale spíše hrubé) hodnoty, které prokazují, že žijeme na dluh Země, přesto se chování většiny populace nemění. Jaké atributy nás determinují k tomu chovat se nešetrně bez ohledu na budoucnost naší planety?

2 DETERMINACE LIDSKÉHO CHOVÁNÍ

2.1 Evoluční vymezení lidského chování

Zajímavá je úvaha, že lidské chování, které má ekologické důsledky (v určité míře se to dotýká každého chování člověka) je dáno především vlastnostmi biologického druhu *Homo sapiens*. „Ty jsou univerzální, dědičné a dané všem jedincům tohoto druhu. Jsou navíc i transkulturní a transhistorické.“ (Librová, 1994: 17) Podstatnou roli zde hraje fakt, že člověk si je, pravděpodobně na rozdíl od jiných organismů, vědom smrti. A touha vyhnout se jí, nebo aspoň její okamžik oddálit je zdrojem úzkosti, která popohání civilizaci (Librová, 1994). Jenže když drasticky snižujeme úmrtnost, avšak nesnižujeme porodnost, dochází k populační explozi. A právě většina problémů životního prostředí souvisí s růstem početnosti populace člověka (Braniš, 1994). Přijmout smrt jako nezbytnou část života, je obtížná výzva dneška.

Hodnotová orientace lidí a základní vzorce jejich chování však tkví v prastarých fylogenetických základech. V každodenní realitě se člověk chová jako intuitivní bytost, která je psychicky i hodnotově orientována tak, jak jej vybavila fylogeneze sběrače a lovce, tedy nashromáždít do zásoby co nejvíce, protože další dny či měsíce mohou být nejisté. Toto období civilizace lovecko-sběračské, které trvalo až do doby zhruba před 20 tis. lety, bylo daleko nejdelší, a jak antropologové zdůrazňují, *Homo sapiens* strávil v tomto evolučním stadiu 90 % času, po které existuje (Moldan, 1997).

Ačkoliv lovci a sběrači žili v přirozeném souladu s přírodou, přesto ani v této dávné době nebyl tento vztah zcela harmonický. Již tehdejší dávní lidé byli schopni devastovat přírodní zdroje jejich nadměrnou spotřebou nebo nerozumným využíváním. Rovněž ohrožovali živou přírodu a není vyloučeno, že už pravěcí lovci a sběrači způsobili nebo alespoň urychlili vymírání některých druhů živočichů. Lovci a sběrači žili v čistém přírodním prostředí. Můžeme si být ale jisti, že mnoho času strávili v různých příbytcích, ať už to byly chýše nebo jeskyně. V nich si nepochybně topili otevřenými ohni a svítili jednoduchými lampami, loučemi nebo jiným primitivním způsobem. Ovzduší, ve kterém žili, bylo vždy velice znečištěné. Ačkoliv byli lovci a sběrači starší doby kamenné v plném slova smyslu součástí přírody, přesto

už i oni svou činností ohrožovali a kazili životní prostředí, přírodní zdroje i živou přírodu (Moldan, 1997).

Librová (1994) uvádí, že specifickou lidskou vlastností, jíž dosavadní evoluce člověka obdařila, může být tzv. *teorie transgrese*.

Teorie transgrese spočívá v tom, že člověk není spokojený s tím co je, a svými činnostmi transgreduje své aktuální jmění a bytí. Transgrese k věcem vede k jejich hromadění, protože každá naplněná lidská potřeba vzápětí vyvolává potřebu novou. Právě díky tomuto sklonu nemá člověk nikdy dost. Ne jeho existenci stojí různé sociální a ekonomické fenomény, jako je například móda v oblasti spotřebních předmětů a stále trvající poptávka po zboží. S touto silou počítá i reklama.

Na transgresi lze pohlížet jako na zdroj ekologické krize (zejména právě transgrese orientované na věci), (Librová, 1994).

2.2 Ofenzivní adaptace

Lidský druh je velmi vynalézavý, má schopnost vyrábět a díky své mimořádné schopnosti se učit, poznávat zákonitosti okolního světa a díky vysoce specializované řeči dosáhl člověk schopnosti tzv. *ofenzivní adaptace* (Šmajš, 2012). Ve srovnání s adaptačními mechanismy ostatních biologických druhů nalezneme v procesu lidské evoluce podstatný rozdíl. Tak jak se člověk postupně vymaňoval z živočišné podoby existence, tak se vedle klasických (biologických) adaptačních cest více a více rozvíjela zcela nová strategie. Tou je tzv. *kulturní adaptace* jako specificky lidský způsob interakce s prostředím. Tato ofenzivní forma adaptace je založena na pracovní činnosti a na rozvoji materiální i duchovní kultury. Podstatou kulturní adaptace není přizpůsobení se prostředí, ale naopak jeho využívání a především záměrné měnění pro naplňování lidských zájmů a cílů.

Kulturní forma je v evoluci člověka dominantní podobou adaptačního reagování na komplex životních podmínek. Historii lidského rodu tak můžeme interpretovat i jako historii přizpůsobování původně přírodního prostředí lidským nárokům a potřebám, jako historii podmaňování přírody (Šmajš, 2012).

2.3 Limitující aspekty lidského chování a rozhodování

Fromm (1994) uvádí, že sobectví a lenost nejsou sklony lidem vrozené. Lidé mají touhu projevit své možnosti, být angažovanými, mít vztah k druhým, mají vůli k oběti, avšak ve svém každodenním chování se většina lidí orientuje na zájmy své rodiny a svých nejbližších přátel, tedy nebere v úvahu ekologické dopady svého jednání na sociálně a geograficky vzdálenější okruh lidí.

Velmi důležitý je ovšem proces rozhodování, jemuž nemůžeme uniknout. Do konce našeho života budeme muset učinit nespočítatelné množství rozhodnutí. Každé naše rozhodnutí nějakým způsobem ovlivní náš život, ať už k dobrému nebo ke zlému. Stejně tak naše rozhodnutí ovlivňují život druhých. Když se naučíme rozhodovat tak, aby do našeho života i života druhých lidí proudilo více dobra, učinili jsme důležitý krok na cestě k osobní zralosti. Stejně tak je důležité určit, která rozhodování jsou v podstatě zbytečná a je lepší je vynechat nebo zautomatizovat.

Velmi zajímavé je časové hledisko lidské motivace, neboť psychologické testy ukázaly, že každodenní rozhodování lidí se řídí horizontem několika dní. Při nákupu zboží dlouhodobé spotřeby nebo při plánování dovolené se lidé většinou orientují nanejvýš v horizontu několika měsíců. Dokonce, i když jde o životně důležitá rozhodnutí, máme tendenci rozhodovat pouze v rozměru několika nejbližších let. Typickým příkladem jsou kuřáci a varování týkající se jejich zdravotního ohrožení, které se dostaví za deset, patnáct let a která bohužel nejsou dostatečně silným podnětem pro změnu jejich chování. Větší pravděpodobnost odstranění návyku je teprve až u hrozby onemocnění rakovinou, která se vztahuje ke kratšímu časovému horizontu (Librová, 1994).

Krátký časový horizont se však týká i minulosti, na jejímž základě se rozhodujeme. Naše rozhodnutí o tom, jak se budeme chovat, je ovlivněno subjektivním vnímáním skutečnosti. Ta je ovlivněna naším očekáváním a odvíjí se od dřívějších zkušeností, uchovávaných v našem vědomí (tyto zkušenosti mohou být získány právě například výchovou). Zkušenosti však nejsou v našem vědomí uchovávány reprezentativně, ale selektivně. Starší zkušenosti jsou vytěšňovány novějšími, neutrální jsou snadněji zapomínány než ty, které mají spojení se silnějším citovým zážitkem, pozitivní nebo negativní ladění (je tedy důležité, aby zkušenosti s dobrovolnou skromností byly

pozitivní). A z těchto dvou dříve vytěsňujeme zážitky negativní. Výsledkem tohoto procesu je relativně „růžové vidění“ v každodenních situacích – pro naše zdraví asi blahodárné, ekologicky však riskantní. Na vedlejší negativní účinky našeho jednání jednoduše zapomínáme. Otázkou je, zda je možné tyto časové i vztahové limity překonat v rámci uspokojování našich potřeb.

Pokud to shrneme, tak člověk si přizpůsobuje přírodní okolí svým potřebám, orientuje se na malé sociální skupiny a jeho každodenní rozhodování se řídí horizontem několika dní či měsíců. K svobodnému rozhodování však potřebujeme vědomí souvislostí. Vědomí příčin, které nás nutí rozhodovat se tak a ne jinak, ale i vědomí možných důsledků naší volby, důsledků našich každodenních rozhodnutí - co koupit, co jíst a pít, kde bydlet, jak cestovat, jak se bavit. Svými dnešními rozhodnutími o běžných záležitostech všedního dne totiž můžeme ovlivnit nejen vlastní zdraví a kvalitu života, ale také životní prostředí a tím i zdraví příštích generací.

Vývoj současné společnosti nás ovšem žene dále k uspokojování potřeb i těch, které jsou uměle vytvořeny pomocí reklamy a dříve neexistovaly. Pak tedy vyvstává další problém, který souvisí s tématem dobrovolné skromnosti a to sice problematika prosazení konceptu dobrovolné skromnosti ve většinové společnosti. Je to vůbec možné? Přikláníme se raději k vlastnění nebo se zajímáme o hlubší smysl bytí?

2.4 Vlivy atributů existence na dobrovolnou skromnost

E. Fromm (2001) dělí způsoby existence na dva druhy - vlastnění (mít) a bytí (být). Modem „mít“ označuje existenci orientovanou na vlastnění a modem „být“ pak takovou existenci, která je orientována na živý, reálný vztah k okolnímu světu (Fromm, 2001). Jak se tyto mody promítají do života v dobrovolné skromnosti?

2.4.1 Modus „mít“

Dnešní svět můžeme charakterizovat jako konzumní. Z pohledu E. Fromma (2001) je důvodem právě existence v tzv. modu mít. Hlavní jeho myšlenkou je, že touha a úsilí „mít“ vede jedince k zotročení, k předsudkům, manipulaci, ať už s lidmi či s přírodou a v konečném důsledku k odcizení člověka (Fromm, 2001). K tomu můžeme

navíc doplnit schopnosti člověka tzv. ofenzivní adaptace definované H. Librovou (viz kap. 2.2).

Tomuto modu se v každém případě vyhnout nelze. Každý něco vlastníme, ať již prostého nebo drahého. Touha po soukromém vlastnictví nás vyzývá k hromadění, zachovávání a zvětšování majetku. Fromm (2001) podotýká, že orientace společnosti se promítá do každého jedince, do jeho charakteru. Největší nebezpečí pak nespočívá v pozitivním vztahu jedince k hmotným statkům, majetku, k tomu jsme i geneticky determinováni: Pro dnešní společnosti se vlastnický modus existence považuje za přirozený, a proto prakticky nezměnitelný (Fromm, 2001). Rozhodující je kvantita různých věcí, která již není důležitá pro vlastní přežití, ale je demonstrací moci a stává se cílem života. Odvozenou formou vlastnění je již zmiňovaná spotřeba, která je základem konzumní společnosti.

Podstata existence ve vlastnickém modu se zužuje na krátkodobý, pomíjivý způsob naplňování smyslu života. Jedná se o začarované kruhy krátkodobých pocitů štěstí. Pokud naplníme to, po čem toužíme a na chvíli tak utišíme pocit úzkosti. Za nedlouho se opět ale dostaví onen „hlad“ spojený se zklamáním s odeznívajícími pocity uspokojení, a tak si musíme opatřit opět něco nového. Vlastnictví v modu „být“ není orientované jen na předměty (pasivní), ale i na vlastnění lidí, jejich ovládnutí a využívání k vlastním potřebám. Existence v režimu modu „mít“ tedy není slučitelná s životem v dobrovolné skromnosti. Nemálo lidí, zvláště mladých, nedokáže vystát přepych a sobectví, které je obklopují v jejich bohatých rodinách. Zcela proti očekávání svých rodičů, kteří si myslí, že jejich děti mají vše, co si přejí, protestují proti neživosti a izolaci svých životů. Faktem je, že nemají vše, co si přejí, a že si přejí to, co nemají. Tento jev se vyskytuje u dětí ze zámožných rodin, které svůj život v prostředí bohatých domovů vidí jako nudný a nesmyslný. Proto odcházejí z prostředí svých domovů a hledají onen nový životní styl (Fromm, 2001).

Člověk, který se orientuje na vlastnění, užívá vždy spíše berle, než své nohy. Tato metafora používání berlí na místo vlastních nohou objasňuje mínění odlišné orientace a to „bytí“ (Fromm, 1994).

2.4.2 Modus „být“

Modus „být“ je pro nás, jakožto příslušníky výše zmíněné konzumní společnosti, mnohem méně srozumitelný než modus „mít“. Modus „být“ je modem, ve kterém člověk je, nikoli má, je to stav, který se týká prožívání. V modu bytí se musí jednat o bytí nezávislé, svobodné a musí být řízeno kritickým myšlením. Základní charakteristikou pak je to, že se jedná o aktivní bytí; aktivní ve smyslu vnitřní myšlenkové aktivity. Tato aktivita umožňuje člověku dát prostor svým vlastním schopnostem a talentu, tedy vlastnostem, kterými jsme každý určitým - avšak vždy jiným - způsobem obdařeni (Fromm, 2001). Orientace na bytí vždy znamená, že životním cílem člověka jsou jeho vlastní psychické síly (Fromm, 1994)

Aktivní bytí znamená neustálé obnovování, růst, překračování vězení vlastního izolovaného ega a především mít zájem naslouchat a dávat. Síla projevu modu bytí je závislá na snížení vlastnického modu, tj. modu nebytí. To se odehrává ve chvíli, kdy přestaneme lpět na tom, co máme, na vlastním egu a majetku. Bohužel většina lidí shledává fakt vzdát se vlastnické orientace příliš složitým, každý takový pokus v nich opět vyvolává pocit úzkosti, ztrácí pocit bezpečí, který jim poskytuje identita založená na vlastnictví majetku. Majetek v tomto případě substituuje berlu, o kterou se opírají. Modus bytí vyžaduje, aby se této pomyslné berly vzdali a začali využívat jen své vlastní síly a začali chodit sami.

Vlivem dramatických negativních změn v okolním světě, se pro nás některé statky, které samy o sobě jsou fyzickými podmínkami existence bytí, stali vzácnými. Díky tomu je můžeme označovat za statky „luxusní“.

H. Librová (2003) zmiňuje šest základních předpokladů života, které lze označit i za hodnotové podmínky pro realizaci dobrovolné skromnosti. Z důvodu bližšího objasnění budou uvedeny v rozsáhlejší citaci:

„1) ČAS. Je nejdůležitějším ze všech přepychových statků. Zaměstnaní lidé jsou vázáni povinnostmi, které jejich čas omezují na minimum. Dělníci závisí na chodu strojů, hospodyně na otvírací době v obchodech, rodiče a děti na době školního vyučování a téměř všichni na čase stráveném v dopravních prostředcích během dopravních špiček. Za takových podmínek žije luxusně jen ten, kdo má vždy čas na to,

čím se chce zaměstnávat, a kdo může sám rozhodovat, co si se svým volným časem počne, kolik toho udělá, kdy a kde.

2) POZORNOST. I to je vzácné zboží, o něž rozhořčeně bojují různá média. V tahanicích o peníze a politiku, sport a umění, techniku a reklamu pozornosti mnoho nezbývá. Jen ten, kdo se těmto svodům vyhýbá, vypíná šum kanálů, může sám rozhodovat, co si zaslouží jeho pozornosti a co ne. Pod palbou různorodých informací naše smyslové a myšlenkové schopnosti slábnou; narůstají jen tehdy, omezíme-li je na to, co sami vidíme, slyšíme, cítíme a co chceme vědět. I v tom lze vidět moment přepychu.

3) PROSTOR. Co pro hospodaření s časem znamená diář s termíny, to je pro prostor hromadění. V přeneseném smyslu je všudypřítomné. Zvyšující se nájemné, bytová nouze, přeplněné dopravní prostředky, masy lidí v zónách pro pěší, na plovárnách, diskotékách, v turistických oblastech vykazují zhuštění hraničící s omezováním osobní svobody. Kdo se může z této klece vymanit, žije luxusně. K tomu přispívá i ochota vyhrabat se z hromad zboží. Často je malý byt zabarikádován nábytkem, různou technikou, cetskami a krámy. To, co chybí, je dostatek místa, který umožňuje svobodný pohyb. Dnes působí luxusně pokoj poloprázdný.

4) KLID. I ten je základním požadavkem, který lze stále obtížněji splňovat. Byty jsou totiž obvykle o to dražší, čím jsou tišší; restaurace, které svým hostům neničí sluch randálem, vyžadují za to, že se zřikají této smyslové zátěže, vyšší ceny. Hlučný provoz, kvílení sirén, rachot vrtulníků, ječící stereo ze sousedství, dlouhé týdny rušných pouličních slavností - přepychově si žije, kdo se tomu všemu může vyhnout.

5) PŘÍRODA. Že můžeme vzduch dýchat a vodu pít, že vzduch není plný čoudu a voda nepáchne, není jak známo žádnou samozřejmostí, ale výsadou, na níž se podílí stále méně lidí. Kdo sám potraviny neprodukuje, musí ty, které nejsou jedovaté, draze platit. Vyhnout se rizikům na pracovištích, v dopravě i nebezpečím provázejícím rumraj při trávení volného času je pro mnohé obtížné. I v tomto ohledu jsou možnosti se tomu vyhnout stále omezenější.

6) **BEZPEČNOST.** *Je pravděpodobně tím nejchoulostivějším ze všech luxusních hodnot. V těžké míře, v jaké ji stát už nemůže zaručit, stoupá soukromá pohledávka a žene ceny nahoru. Osobní strážci, bezpečnostní služby, poplašná zařízení, vše, co slibuje bezpečnost, patří již dnes k životnímu stylu privilegovaných vrstev a příslušná branže může i v budoucnu počítat s nárůstem poptávky. Rozhlédnete-li se ve čtvrti zámožných, zjistíte, že bývalý luxus neslibuje pro budoucnost žádné velké potěšení. Stejně jako v minulosti nese s sebou nejen svobodu, ale i nutnost. Neboť privilegovaný člověk, chce-li žít v bezpečí, nejenže se musí uzavřít před ostatními, ale izoluje sám sebe.“ (Librová, 2003: 54-56)*

Máme de facto dvě možnosti jak tohoto luxusu budoucnosti dosáhnout. Chce-li někdo žít v klidu a v blízkosti přírody, zachovat si pozornost vůči světu, mít dost času, prostoru a bezpečnosti, musí se uskrovnit, zřít se rušných výhod, které nabízí velkoměsto. Zároveň je ale možné si tyto vzácné statky uzmout dostatečným množstvím finančních prostředků. Ten kdo je dost bohatý, snaží se většinu vzácných statků získat, aniž by se musel omezovat a snižovat svou ekologickou stopu. Za každou cenu se snaží utrhnout, co ještě z životních podmínek zbývá. Tento způsob chování nazývá H. Librová (2003) „predačním luxusem“. Tento životní způsob je protikladem dobrovolné skromnosti, protože je pouhým katalyzátorem negativních faktorů ovlivňujících poslední zbytky zachovalé přírody a je zdrojem konfliktů mezi obyvateli.

Bohužel současné podmínky stále nahrávají společnosti založené na principech modu mít a naproti tomu se vzácné statky stávají stále nedostupnějšími.

3 MOTIVACE K DOBROVOLNÉ SKROMNOSTI

3.1 Motivační faktory

Americký psycholog Abraham Maslow (1908-1970) v minulém století rozpracoval tzv. teorii motivace. Tato teorie praví přibližně toto: Každý z nás hospodaří se svým časem a každý z nás má určité potřeby. Potřeba je pak projevem určitého nedostatku,

který se musí nějakým způsobem odstranit. Každý z nás přitom přistupuje k potřebám podle jiných preferencí a důležitosti (Maslow, 1943).

M. Nakonečný (1996) uvádí, že motivace chování směřuje vždy k nějakému druhu uspokojení, jako je třeba alimentární chování k nasycení. V uspokojení prožívá člověk návrat k psychické rovnováze a její porušení vyvolává motivační stav nazývaný potřebou, přesnější formulace zní: „uspokojení potřeby je jednání, které způsobuje uvolnění napětí, vyvolané potřebou.“ M. Nakonečný (1996) si všímá vztahu mezi jednotlivými druhy potřeb a podle něho platí, že „jedinci snažící se o sebeaktualizaci (seberealizaci), kteří jsou přiměřeně uspokojováni ve svých základních potřebách, jsou vyzrálejší a lidštější a dospívají k vývojově vyšším motivacím, k metamotivacím, k metapotřebám.

Těmto jedincům, kteří se dokázali oprostít od zbytečných materiálních potřeb, se tak otevírá prostor pro rozvoj vlastního ducha a pochopení vyššího principu. Je to prostředek, kterým můžou neuvěřitelně zpevnit svého ducha. Skromný život má ovšem i svoje praktické výhody. Pokud si člověk vystačí s málem, může se více soustředit na to, čeho chce v životě skutečně dosáhnout. Může například pracovat méně hodin a zbytek času věnovat svojí rodině, svému osobnímu rozvoji, či tvorbě něčeho výjimečného. Může si také našetřit a peníze použít na něco hodnotného, například na koupi vlastní půdy, rozvoj lokální komunity, či záchranu posledního zbytku nedotčených pralesů. Jde tedy o celkové přehodnocení hodnot a priorit. Důležité je neustále přemýšlet a ptát se, zde je daná věc pro život skutečně potřebná, případně, zda nás učiní lepšími. Dále je určitě důležité rozlišovat mezi potřebou a chtěním. Typickým příkladem je člověk sedící v kanceláři, odříznutý od všeho, na čem mu skutečně záleží. V kanceláři sedí jen proto, aby mohl zaplatit svoji novou plazmovou televizi přehnaných rozměrů, zatímco nemá čas ani na své vlastní děti. Rozdíl mezi chtěním a potřebou je v sebekontrolě.

Cílem dobrovolné skromnosti je uspokojit se s málem a mít tak v rukou vlastní život. Nebýt celý život drcený hypotékami a splátkami, nebýt neustále závislý na cizích lidech a jejich pravidlech, ale vytvářet si postupně vlastní prostor, vlastní autonomii, kde se člověk může dále rozvíjet a mířit k vyšším životním cílům a duchovním hodnotám.

Důvodů k dobrovolné skromnosti bývá mnoho, od upřímné starosti o stav životního prostředí, přes duchovní, náboženské a filozofické důvody, až po často materiální a praktické důvody.

3.2 Motivace teleologická

„Teleologický přístup je charakteristický pro individualizovaného jedince žijícího v moderní době. Jedná jako samostatný subjekt, který svobodně rozhoduje o cílech svého jednání a chce za ně přebrat odpovědnost. Necítí se vázán normami zakotvenými v tradici.“ (Librová, 2013: 59) Předností teleologického přístupu je věcnost, racionalita a cílevědomost. A také jeho spojení s konkrétní skutečností. Na základě poznávání, pozorování a zkušenosti můžeme sledovat správnost svého rozhodnutí a popřípadě je pozměnit, jsme schopni reagovat na vývoj (Librová, 2013).

Teleologismus v „žitě“ podobě často v češtině užívá spojku „aby“. Environmentální teleologismus je účelový – „*abych* zmenšil ekologickou stopu“. Cílem moderního teleologismu je největší možné štěstí maximálního počtu lidí. Technické inovace moderní společnosti byly účelově vyvinuty, *aby* byla odstraněna těžká práce, *aby* se lidé mohli rychle přemísťovat z bodu A do bodu B, *aby* byl prodloužen lidský život, *aby* byly eliminovány smrtelné choroby a *aby* co nejvíc lidí žilo v blahobytu. Z environmentálního hlediska se člověk vždy snažil, *aby* maximálně využil potenciálu krajiny, půdy a produkce domácích zvířat. Technickou civilizaci, která teleologicky manipuluje s vnějším světem v zájmu jeho blahobytu, můžeme ohodnotit jako velmi úspěšnou. Environmentalistické snahy ale pokulhávají, ačkoliv jsou téměř výlučně teleologické, především v rovině technologické a právní. Za pomoci vědy jsou racionálně stanoveny konkrétní cíle – *aby* byly sníženy průmyslové exhalace, *aby* fosilní paliva byla nahrazena obnovitelnými zdroji, *aby* byly chráněny některé přírodní celky apod. Politická rovina formuluje proenvironmentální teleologismus jako takzvanou environmentální udržitelnost (Librová, 2013). Obecnou definici definovala Organizace spojených národů (OSN) takto: „Trvale udržitelný rozvoj je takový způsob rozvoje, který uspokojuje potřeby přítomnosti, aniž by oslaboval možnosti budoucích generací naplňovat jejich vlastní potřeby.“ (Bruntlandová, 1991: 47) V environmentálním pojetí je za udržitelný pokládán takový rozvoj, který respektuje

globální únosnou kapacitu prostředí a zachovává na uspokojivé úrovni takzvané „služby biosféry“ (Moldan, 2001).

Teleologicky motivovaní bývají zároveň i proenvironmentálně smýšlející jedinci, např. „zateplím si fasádu, pořídím si solární panely a tepelné čerpadlo, *abych* zmenšil ekologickou stopu své domácnosti“, „na chatě budu kosit louku, *aby* se na ní udržela druhová pestrost“ nebo „cítím se odpovědný za stav planety a musím žít skromněji, přinést určitou oběť, abych se ji pokusil zachránit.“ Některé záměry se podaří uskutečnit, jiné ne. Úspěšné bývají hlavně menší aktivity na lokální úrovni. Globální problémy životního prostředí jsou ale tak rozsáhlé, že pouhá aktivita na úrovni jedince bohužel nestačí. Ačkoliv je řada z nás zneklidněna zprávami o globálních klimatických změnách či o podmínkách zvířat ve velkochovech, přesto pochybujeme o faktickém smyslu konkrétního kroku v podobě snižování uhlíkové stopy nebo o odbourání masa z jídelníčku. I já jsem si říkala, když omezím cestování letadlem za dovolenou k moři, tak ono letadlo přeci poletí i beze mě, nebo když se stanu vegetariánkou, velkochovy se kvůli tomu nezruší. Tomuto jevu se říká „difúze sociální odpovědnosti“, kdy se odpovědnost za problém rozptýlí na všechny zúčastněné (Kosek, 2004). Teleologicky motivovaný jedinec tak představu o svém vlivu na situaci a svou proenvironmentální snahu dříve či později vzdává. Bohužel ke zklamání dochází, i když se jedinci podaří drobný záměr splnit. A to sice v případě, kdy výsledek svého snažení porovná s celkovým vývojem. Domácnost šetří energii a omezuje spotřebu, ale změny klimatu se prohlubují. Záměr ekologicky obohatit louku se jeví jako pošetilý ve srovnání s poškozením světových ekosystémů. „Ekologická udržitelnost se pro tohoto jedince stává pouhým heslem, vzdáleným realitě.“ (Librová, 2013).

3.2.1 Ekologická sekce České křesťanské akademie

Česká křesťanská akademie (ČKA) je občanské sdružení, které se snaží v křesťanském duchu podílet na rozvoji české společnosti v kultuře, politice a ekonomii. Činnost ČKA se soustředí na přednáškovou činnost, pořádá konference, semináře, kolokvia apod. V ČKA pracují odborné sekce (teologická, právní, historická, politicko-ekonomická, přírodovědná a technická, ekologická, uměnovědná, literární, psychoterapeutická, pedagogická, sociálně výchovná a sekce pro česko-

německé vztahy). V souvislosti s naším tématem se blíže seznámíme s ekologickou sekci.

Ekologická sekce České křesťanské akademie byla založena v r. 1997. Mezi její hlavní cíle patří studovat teologii stvoření a křesťanskou etiku se zřetelem k postavení člověka v přírodě; rozvíjet vědomí odpovědnosti za stvoření v církvích, farnostech, náboženských obcích, sborech; přispívat k hledání cest k environmentálně příznivému způsobu života.

V sídle České křesťanské akademie pořádá ekologická sekce podvečerní besedy k různým tématům. Aby byl umožněn kontakt i s mimopražskými příznivci a zájemci, koná se jednou ročně celodenní setkání dávající značný prostor pro diskusi.

Členové ekologické sekce se autorsky podílejí na revui *Universum* (vychází čtyřikrát do roka) a i jinde publikují články týkající se křesťanského přístupu k životnímu prostředí. K tomuto tématu přednáší a vedou diskusní skupiny v místních skupinách ČKA i mimo ni (Česká křesťanská akademie, 2008).

3.3 Motivace deontologická

Jako opak teleologie bývá chápána deontologie (*deon estin* = musí se), která vychází z předpokladu, že existují jisté předem dané hodnoty, určující, jak se mám či nemám chovat. Zatímco teleologická rozhodnutí, určující cíl, činí svobodný, odpovědný a nezávislý jedinec, deontologicky založené chování je postavené na povinnosti a závazku, na všeobecně sdílené sociální normě. Zvláštním případem deontologických motivací moderního člověka je nepochybný respekt k vědě, k názorům odborníků. Předností i nevýhodou deontologicky podložených postojů je jejich trvalost a malá proměnlivost.

V radikálním pojetí je třeba deontologickou normu respektovat bez ohledu na účinek, i kdyby vzniklo zlo. Jako příklad bývá uváděna norma zakazující lhaní. Lhaní je zakázáno za všech okolností, i když pravdomluvnost způsobí bližnímu škodu.

Deontologická etika skýtá oporu v oblastech jednání, které prošly zkušeností mnoha generací. Pevná a málo proměnlivá pravidla například určují, jak se mám chovat v rodině nebo k sousedům.

Pro deontologickou motivaci je příznačné, že se k ní hlásí konzervativně orientovaní ochránci přírody. Základ motivace konzervativců a environmentalistů spočívá v tom, že přírodu musíme chránit, *protože* je naším domovem a krajinou našich předků.

Environmentalistická deontologická motivace má spíše pasivní charakter a teprve až ve spojení s teologicky založeným cílevědomým jednáním je možné dosáhnout cíle. Kultivovat druhově pestrou louku se deontologicky motivovaný chatař rozhodne z důvodu, *protože* si je vědom její následné krásy. Je ale ovšem nutné na základě teleologické motivace rozhodnout a jednat, *aby* dosáhl cíle a revitalizoval ji.

Environmentalistické akce, které vznikají spojením teleologického přístupu a postoje deontologického jsou většinou zdařilé a dlouhodobě účinné. Účelové jednání se postará o promyšlení cíle a realizaci akce, deontologická složka poskytuje vytrvalost v případě neúspěchu, protože z principu nemá velká očekávání a potenciál zklamání je nízký (Librová, 2013).

3.4 Motivace spočívající v etice ctností

U třetího typu eticky založených motivací, u etiky ctností, se nestanovuje určitý dílčí cíl, účel konkrétního jednání. Je trvalým postojem, stálým zaměřením na dobrý život. Ctnost je chápána jako „jistý způsob života“. Její nositel se táže, jakým člověkem chci, popřípadě nechci, být. Významným rysem etických ctností je integrita osobnosti, která slučuje dobré vlastnosti. Tento postoj je typický pro naše „dobrovolně skromné“.

Etika ctností se donedávna vztahovala téměř výlučně k mezilidským vztahům. V posledních desetiletích se její součástí stává i environmentální zřetel. Podle etiky environmentálních ctností patří k dobrému životu ohled na prosperitu přírody. Výrazný je v ní odpor vůči majoritnímu životnímu stylu, který poškozují přírodu. Jde o postoj, jehož pevnost není ohrožena difúzí sociální odpovědnosti. Je základem sociálního fenoménu, který H. Librová (1994) označuje jako ekologicky příznivý způsob života. Má nepřeberné množství forem, které se odlišují obsahem a mírou radikálnosti. Jejich společným jmenovatelem je povětšinou snížení hmotné spotřeby.

Na ekologicky příznivý skromný život je nahlíženo jako na žádoucí, i kdyby příroda nebyla v ohrožení a i kdyby zdroje byly nevyčerpatelné. Lidé žijící ekologicky příznivě nejsou obětmi a jsou prosti jakékoli askeze. Dá se vyjádřit sloganem „bohatý život skromnými prostředky“. Přináší příjemné a radostné zážitky: „rád jezdím s dětmi vlakem, po cestě poznáváme nové lidi“, „nebaví mě nakupování, ušetřený čas raději věnuji dětem a koníčkům“.

Je třeba poznamenat, že environmentálně příznivé chování nemusí být založeno na environmentální motivaci. Jeho nositel často příznivé důsledky ani nereflektuje. Může se jednat o pokusy sebezdokonalení, záměrné zkrácení pracovní doby či módní praktiky inspirované mimoevropskými kulturami, návrat k práci s půdou, zájem o místní a sezonní jídla, prestiž second handů a další alternativní životní formy.

Slabinou etiky environmentálních ctností může být intuitivní a improvizující povaha, na rozdíl od teleologismu disponuje malou reflexí odborného poznání a na rozdíl od deontologismu je často jen módní záležitostí.

Nositel environmentálních ctností se nehlásí k osobní odpovědnosti za vývoj věcí, jeho snaha o dobrý život není zatížena velkými očekáváními, obsahuje naopak větší či menší míru skepse, plynoucí z nemožnosti zásadně, nebo popřípadě vůbec, ovlivnit běh věcí a není tedy tolik ohrožen zklamáním (Librová, 2013).

3.5 Nežádoucí motivace (demotivace)

Nežádoucí motivace (demotivace) bývají způsobeny nevědomky, původně s dobrým úmyslem a jejich důvod je různý, například v chybně zvolených motivačních nástrojích, rozčarování (něco očekáváme a nesplní se to), nedostatečné informovanosti, rozporu slov a činů aj. Následně se dostavují více či méně pocity demotivace a necháme se převálcovat nedostatkem času, starostmi o děti, množstvím jiné práce a podobně. Zvláštní je, že se může jednat o věci racionálně důležité pro náš život nebo dokonce nutné k přežití a my je i tak odložíme na neurčito.

V případě, že je převládajícím motivačním faktorem jedince pro život v dobrovolné skromnosti ochrana přírody a krajiny (záměrná skromnost) a k ovlivňování environmentální situace dochází každodenním životním způsobem vedení domácnosti

(individuální snažení spočívá v úsilí o zmenšování ekologické stopy prostřednictvím každodenní redukce nároků na objem a strukturu spotřeby) a to vše tváří v tvář společenským tlakům, je toto úsilí doprovázeno výrazným rizikem neúspěchu a tedy i návratu k pohodlnému konzumnímu způsobu života. Profesionální a politické subjekty, ale dnes i profesionalizovaná ekologická hnutí mají svou setrvačnost; jejich práce je dalekosáhle organizačně i v čase zprostředkovaná a mnohdy se bezprostředně nevztahuje k faktickým výsledkům. Institucionální snažení dovoluje odpoutat se od neúspěchu díky tomu, že dnes umožňuje pohlížet na environmentálně orientovanou práci jako na každou jinou – jako na příležitost k výdělku. A především kolektivity environmentálního hnutí disponují psychologickou podporou, která spočívá ve sdílení postojů, v podobnosti cítění a smýšlení. Představme si rodinu, která každodenně dobrovolně omezuje spotřebu. Na tyto lidi dopadá neúspěch snažení se zvláštní silou. Opakuje-li se, může časem ústít do rezignace a pasivity. Mezi environmentálně angažovanými občany i mezi novináři se ujal pojem „zelená únava“. Třídíme odpad a nakupujeme lokálně – ale Země se stále otepluje a ledovce stále tají. Podle názoru některých autorů je dnes nebezpečí plynoucí ze zelené únavy snad ještě větší než rizika samotného environmentálního problému.

Únavu chápe fyziolog, psycholog i laik jako snížení schopnosti pokračovat v činnosti, která aktéra namáhá. Extrémní únavu způsobenou dlouhodobým výdajem mentální energie a vedoucí k apatii psychologové označují jako syndrom vyhoření. Pojem „zelená únava“ spíše vyjadřuje pocity marnosti, popřípadě nepoměr mezi vynaloženou energií a výsledkem. Vyjádřeno ekonomicky – mezi investovanými náklady a odměnou. Chápe únavu jako důsledek zklamání (Librová, 2013).

Zklamání ale může vyvolat i jiné reakce než únavu. Frustrovaný zklamáný jedinec reaguje často agresí (tj. přímý nebo nepřímý útok na zdroj frustrace, který je nejtypičtější reakcí na frustraci). Dalším důsledkem může být rezignace - vzdání se úsilí k dosažení cíle, které je spojeno s uvolněním vnitřního napětí, ale může vést ke stažení se z reality a k inaktivitě (Nakonečný, 1996). Zdrojem zklamání bývá i nepřiměřenost očekávání. Před samotnou realizací činnosti, si jedinec vědomě či nevědomě zformuluje představu o způsobu a míře jejího naplnění, přičemž se jeho očekávání většinou liší od reálného vývoje, má povahu iluze. Obecně platí, že člověk má jen omezenou představivost, a tato vidina bývá často velmi zjednodušená. Často je

i prostým opakem současného stavu a vyjadřuje touhu po rychlé totální změně, bývá netrpělivá a vylučuje možnost kompromisního vývoje. Zda a v jaké míře dokáže jedinec zklamání odolávat, záleží na mnoha okolnostech, např. na mentalitě, na psychické výbavě a jistě i na míře podpory, kterou mu poskytuje podobně cítící a smýšlející skupina (Librová, 2013).

Nás bude zajímat, jaký potenciál zklamání je obsažen v chování, které je označováno jako environmentálně příznivé. Vztah mezi lidským jednáním a odpovědí přírodních systémů je velmi složitý a často i neodhadnutelný. Přírodní procesy obsahují nepředvídatelné vedlejší účinky, rozvíjí se pomalu a často se zpožděním překvapí skokem a proto je jejich předpověď prakticky nemožná. Nedostatečná představivost lidí je tak v oblasti environmentálně příznivého chování ještě více umocněná. To také snižuje přiměřenost našich očekávání a zvyšuje potenciál zklamání, protože je pravděpodobné, že nedojde k jejich naplnění. Do značné míry závisí velikost zklamání na tom, jakou má subjekt k ekologicky příznivému jednání motivaci.

Důvody demotivace u dospívajících dětí vyrůstajících v dobrovolně skromných rodinách jsou nastíněny v kapitole 4.1.4. v souvislosti s „dědičností“ dobrovolné skromnosti.

3.6 Dobrovolná skromnost jako příležitost pro osobní rozvoj

Dobrovolná skromnost může také připravovat jedince pro větší sebeuvědomění, může zkvalitňovat jeho osobní život a umožňovat větší osobní svobodu. Dobrovolná sebekázeň může být také efektivní cestou, jak kontrolovat sklony k lakotě, sobectví, hrabivosti.

K. Shrader-Frechettová (1992) uvádí, že dobrovolná sebekázeň nás může osvobodit od domnělé iluze štěstí skrze materiální předměty, jelikož věci samotné nám nemohou poskytnout štěstí a navíc v nás vzbuzují touhy, které samy nemohou uspokojit. Výraz „dostatek“ v případě úrovně spotřeby hmotných statků nemá objektivní vymezení. I když nám tedy nadměrná chudoba očividně stojí v cestě lidskému štěstí a uspokojení,

je nemožné taxativně stanovit, jaké typy a množství hmotných statků vytvářejí pro určitou osobu „dostatek“.

Dobrovolná skromnost skutečně může zlepšovat kvalitu života. Učí nás žít bez některých domnělých a společenských „nezbytností“. Umožňuje polevit v pracovním tempu a nepracovat tak tvrdě.

Lidé zpravidla pohlížejí na zvýšenou produkci a spotřebu statků s pocitem domnělé svobody, protože při pohledu z venčí mají dostupných více věcí. Svoboda dobrovolné skromnosti je na druhé straně svobodou, u níž jsou vnější omezení do velké míry zrušena. Taková vnitřní svoboda neulpívá na tom, aby byla jedinci umožněna volba z více statků. Zaměřuje se na schopnost moudré volby, která ponechá stranou značný počet možných alternativ považovaných za pošetilé. Když tedy okolí nabízí jedinci mnoho alternativ a on není schopen se vnitřně oprostít od zbytečných tužeb, nebo od vnější manipulace těmito tužbami (různé reklamní tahy apod.), může se snadno stát méně svobodným nežli jedinec s menší možností volby, který je ale naopak schopen se ubránit manipulaci i subjektivní potřebě zapojit se do procesu stupňované spotřeby (Shrader-Frechette, 1992).

4 DOBROVOLNÁ SKROMNOST A BUDOUCÍ GENERACE

4.1 Šíření dobrovolné skromnosti

Dobrovolná skromnost je zajisté téma, které v lidech vyvolává rozporuplné reakce. Jejím hlavním cílem je co nejméně plýtvat energiemi, snažit se žít šetrně a vyhýbat se konzumnímu způsobu života. Je to cesta, která vede nikoli zpátky do minulosti, ale kupředu. Lidé, kteří se rozhodnou jít po této nelehké cestě za svým snem se často setkávají s nepochopením ba dokonce s opovržením i když by tomu mělo být spíše naopak.

4.1.1 Hromadná konverze lidstva

Dobrovolná skromnost je spojována spíše s životem podivínů žijících na okraji společnosti. S tím jsou spojeny pesimistické názory, že ekologické ctnosti se šířit nebudou, protože tito lidé žijí příliš izolovaně od ostatní společnosti. Je pravdou, že

lidské sklony jsou na tolik mocné a kulturní proměny tak drobné a tak pomalé, že jen těžko můžeme věřit v hromadnou konverzi lidstva a i kdyby se to čistě hypoteticky povedlo, dříve než by příznivé důsledky malé spotřeby stačily přinést přírodě úlevu, rychlé a mohutné rozšíření by přineslo poptávkový šok. Ten by znamenal katastrofu v podobě ekonomické a společenské krize a masové nezaměstnanosti. Následoval by pravděpodobně silný pokles životní úrovně (Librová, 2003). Hromadné šíření chování, kde duchovní hodnoty převládají před hmotnými, je velmi problematické. Hlavním zdrojem nemůže být ani úvaha spočívající na přímé úměře mezi šířením environmentální ctnosti s narůstající hrozbou a prohlubováním příznaků ekologické krize. „Na úzkosti a strachu se ekologicky příznivý způsob života postavit nedá. Za scestnou považují představu, že by se lidé začali chovat k přírodě ohleduplněji poté, co by na vlastní kůži zažili ekologickou katastrofu středního rozsahu.“ (Librová, 2003). Lidé vystaveni takovému strádání, by se následně uchýlili k bojům. Tudy tedy cesta nevede.

4.1.2 Environmentální výchova

Co tedy může být zdrojem pro šíření ekologicky příznivého životního stylu? Jednou z možností je osvěta v podobě environmentální gramotnosti šířené environmentální výchovou. „Školský zákon přijatý v roce 2004 s účinností od 1. ledna 2005 oficiálně zahájil českou kurikulární reformu, která byla připravována od roku 2001. Pro každý obor vzdělávání v základním a středním vzdělávání a pro předškolní, základní umělecké a jazykové vzdělávání se vydávají rámcové vzdělávací programy. Rámcové vzdělávací programy (RVP) vymezují povinný obsah, rozsah a podmínky vzdělávání, jsou závazné pro tvorbu školních vzdělávacích programů, hodnocení výsledků vzdělávání dětí a žáků, tvorbu a posuzování učebnic. Rámcový vzdělávací program základního vzdělávání (RVP ZV) obsahuje Environmentální výchovu jako jedno z šesti průřezových témat. Od září 2007 je v ČR Environmentální výchova poprvé v historii ze zákona povinná. Finální verze RVP ZV se podle zákona č. 561/2004, § 185, odst. 1. stává závaznou pro všechny školy. Od školního roku 2007/2008 musí školy podle ŠVP učit minimálně 1. a 6. ročník (resp. primu osmiletého gymnázia)

a v každém dalším školním roce tyto třídy a nový 1. a 6. ročník. Od 1. září 2007 je tedy poprvé v historii výuka environmentální výchovy v ČR ze zákona povinná, neboť „průřezová témata tvoří povinnou součást základního vzdělávání“ (RVP ZV, 6 kpt.).“ (Jančaříková, 2007).

Jak uvádí Jančaříková (2007), velmi důležitým mezníkem v metodách realizace environmentální výchovy je vznik časopisu *Envigogika*, který již pracuje s relevantními vědeckými metodami. Časopis byl založen jako recenzované odborné periodikum, jehož cílem je zkvalitnit odborný dialog v oblasti vzdělání a přinášet originální vědecké texty.

Dalším mezníkem ve vývoji metodik výuky environmentální výchovy je elektronická publikace *Doporučené očekávané výstupy pro základní vzdělávání*, publikovaná v roce 2011 (Pastorová a kol., 2011). Tato publikace definuje environmentální výchovu jako takovou výchovu, která „vybavuje žáky specifickými kompetencemi, které směřují k odpovědnému environmentálnímu chování, tj. takovému chování, kdy lidé berou při svém rozhodování v potaz dopady možných řešení na životní prostředí a zapojují se do aktivit určených ke zvýšení kvality životního prostředí a kvality vlastního života“ (Pastorová a kol., 2011, s. 54).

Ovšem výzkumy na toto téma spíše dokazují, že environmentální vědomí ovlivňuje jedince pouze cca deseti až patnácti procenty a i když si lidé uvědomují potřebu změny ve svém způsobu hospodaření, jejich skutečné chování se významně odlišuje (Librová, 2003).

Je to dáno tím, že environmentální vzdělávání ovlivňuje pouze složku kognitivního vědomí jedince a ta sama o sobě jen málokdy vede ke změně chování. Navíc proenvironmentální chování neznámá pouze jednoduchý souhrn žádoucích činností, ale spíše specifická rozhodnutí, která jsou ovlivněna souhrou dalších faktorů. Až na úzkou skupinu činností, které jsou definované společenskou shodou a ukotveny v zákoně (např. chování v chráněném území, nakládání s nebezpečnými odpady), nelze takové chování apriorně předepsat.

Ukázalo se, že vztahy mezi environmentálními znalostmi, postoji a chováním jsou složitější a nelineární. Také se ukázalo, že rozhodnutí k proenvironmentálnímu chování nesouvisí se znalostmi žáka o životním prostředí a fungování přírody (Činčera, 2013).

Dalším problémem, který hatí snahu školitelů je novodobá generace založená především na životě naplněném technikou, ve kterém se vytrácí onen potřebný vztah k živým tvorům a jen velmi těžko se nově vytváří. Větší úspěchy v tomto směru shledávají mimoškolní instituce zabývající se ekologickou výchovou. V jejich výuce je kladen důraz především na smyslový kontakt dětí s přírodou a půdou a na přímou zkušenost v reálné situaci při ochraně živých tvorů. Ovšem navzdory snahám environmentální výchovy nebylo ve společnosti ekologicky příznivé chování doposud přijato jako žitá sociální norma. Chování postavené na proenvironmentální motivaci je provázeno obavami z posměchu. To dále provází námitky jako: „odpad, který vytřídím, se stejně smísí a spálí“. Převládá pocit, že „to nemá smysl“. Paradoxně může být sklon k ekologicky příznivému způsobu života zablokován samotnými environmentálními informacemi. Dochází zde pak ke střetům, kdy si chladně smýšlející jedinec řekne, že nepříznivé procesy jsou již v ekosystémech nastartovány a příznivé efekty životního stylu jednotlivce jsou zanedbatelné. Náklady na ekologicky příznivé chování se nám zdají být značné a zisky, které z něho plynou, jsou bohužel velmi nejisté (Librová, 2003).

4.1.3 Zachrání nás snobismus?

Nicméně je možné stavět na novém trendu vyskytujícím se převážně v západních zemích. Osoby s vysokým profesním postavením, tomu odpovídajícími příjmy a vysokým stupněm vzdělání vytvářejí vlastní subkulturu, která tento citlivý přístup k přírodě oceňuje. Ekologicky příznivý způsob života je pro tuto skupinu lidí normou a prestiží. Cítí se býti znechuceni podléhat svodům reklamy, nakupovat kvanta zlevněného zboží, hledět po návratu z práce na televizi. Shledávají to dokonce až vulgárním a neetickým. Odlišují se tak od konzumující většiny (Librová, 2003).

Novým zdrojem motivace tak může být snaha o společenské uznání a pocit sebeuspokojení spočívající na pocitu nadřazenosti nad účinky ekologické výchovy. Můžeme to přirovnat k módní záležitosti. Pro šíření ekologicky příznivého života je v tomto případě využita touha po odlišnosti od „masy“ a touha po lepším sociálním statusu. Zvláštním efektem je tzv. „prokapávání“ životního stylu z vyšších sociálních

skupin do nižších skupin. To může být i relativně rychlé. Podobně jako přístup k jídlu, postoj ke kouření, je chápán jako projev znalosti sebekontroly a dobrého vkusu, typického pro vyšší vrstvy. Díky vysokému postavení mohou pak tito jedinci ovlivňovat dění i ve sféře politické a legislativní. Tento způsob snobismu tak nemusí mít negativní náboj, ale právě naopak. Modelem výše popsaných snobů se stává výběrová náročnost a snížení spotřeby. I zde ovšem hrozí riziko, že ve chvíli, kdy tento životní styl „prokape“ napříč všemi vrstvami, rázem se ona vyšší vrstva přestane odlišovat a splyne s ostatními. Jak ale uvádí H. Librová (2003) – ne každá móda pomíjí. Pokud odpovídá potřebám doby, psychologicky dochází k jejímu přijetí za vlastní, stává se de facto kulturou a přetrvává. Následně by mohlo docházet k jejímu šíření a předávání prostřednictvím výchovy a právě zmiňované kultury. Již Dawkins vyslovil teorii o existenci memů, tedy o jakési obdobě genu, jednotce replikující kulturní informace. Možná by tak mohly vzniknout speciální memy, pomocí kterých by se šířil i ekologicky příznivý život...

4.1.4 Je skromnost „dědičná“?

Na toto téma napsal Tomáš Feřtek, redaktor časopisu Reflex, který se zároveň dlouhá léta věnuje životnímu prostředí, článek (Feřtek, 2011), pojednávající právě o „dědičnosti“ skromnosti. Dědičnost není v tomto případě myšlená biologicky, jedná se pouze o přenesení významu tohoto slova.

Největším problémem pro skromně žijící rodinu je dozajisté nesoulad mezi jejím vnitřním světem a okolím. Nejvíce patrné je to u striktně skromně žijících rodin, které se rozhodli pro tento životní styl na základě zelené ideologie, často míšené s křesťanskou motivací. Nesoulad mezi vnitřním světem rodiny a okolím pociťují nejčastěji právě děti, protože se pohybují v obou těchto světech. Při styku s okolím neustále narážejí na to, že se něčím liší a něco nemohou (různé školní výlety, lyžařské kurzy apod.). Bohužel řešení je většinou takové, že děti ze skromných rodin na tyto kurzy prostě nejedou. Škola tuto situaci respektuje bez problémů, ale spolužáci již hůře.

Dospívající děti pak reagují způsobem, že se v období puberty vzbouří a rodičům tento životní styl vyčtou jako neschopnost či pokrytectví. Na řadu pak přicházejí prarodiče, kteří sponzorují dětem akce, na které rodina nemá finance. Případně tyto děti přečkají toto období a při první možné příležitosti si hledají zaměstnání, které jim dává jistou svobodu. Velmi často tak ortodoxně skromné rodiny dosahují u svých početných potomků pečlivou výchovou pravého opaku, než zamýšleli (Feřtek, 2011).

Dle mého názoru je právě problémem ona ortodoxní výchova, která již hraničí s podivínstvím a jakousi ideologií. Pro dobrovolně skromný život není nutností se ihned stěhovat na venkov, pořídit si chovnou zvěř a obdělávat pole. Už jen proto, že život na venkově bez automobilu je téměř nemožný a jak se dočteme dále, přehodnocení způsobu dopravy je pro dobrovolně skromný život velmi důležité. Dobrovolná skromnost vyžaduje od jedince aktivní myšlení nad každodenními činnostmi, tak aby opět nedošlo ke sklouznutí do víru konzumerismu, který je velmi silný. Dobrovolně skromný život má být především typický svou jednoduchostí (i když v moderní společnosti je to komplikovaná záležitost) a jakákoliv činnost vedoucí k dobrovolně skromnému způsobu života by nám měla činit zpětně radost, nikoliv utrpení.

Otázkou, zda je výchovně vzdělávací proces v rodinném prostředí tou pravou cestou přenosu, se bude zabývat výzkumná část této práce, která bude prověřovat efektivitu přenosu šetrnějšího a skromnějšího chování.

5 KROKY K DOBROVOLNÉ SKROMNOSTI

V předchozích kapitolách byly zmíněny aspekty, které dobrovolně skromný životní styl komplikují, a které jej naopak podporují. Jaké konkrétní kroky může jedinec, který se rozhodne pro jednodušší životní styl, začlenit do svého každodenního života? Tato kapitola v žádném případě není návodem. Život v dobrovolné skromnosti vyžaduje jistou dávku kreativity, bude spíše inspirací, kterou je možné a žádoucí dále rozvíjet.

5.1 Životní postoj

Správný životní postoj a přístup k životu je velmi důležitý. Nespokojenost s materiální a finanční situací může být někdy pouhým výsledkem nesprávného pohledu na život, než jako důsledek skutečného nedostatku. Když pochopíme, že opravdové bohatství nespočívá ve vlastnění nejnovějších produktů, můžeme zjistit, že jsme v tu chvíli mnohem bohatší.

Důležité je si také neplést životní standard s kvalitou života. Materiální bohatství nepřidává nic na kvalitě života. Zeptejte se sami sebe: „Kolik je dost?“ Konzumní společnost je postavena na principu, že více je vždy lépe. H. Thoreau napsal: „Nadbytečné bohatství pomůže jen ke zbytečnosti.“ Neplýtvajme životem na zbytečnosti a vezme kolik je dost.

Spousta lidí dnes vykonává práci, kterou nemají rádi, aby si následně mohli koupit věci, které nepotřebují, a vyvolávat jimi dojem na lidi, které nemají rádi. Právě tito lidé budou na konci života hluboce litovat, že trávili čas tím, aby ohromili ostatní lidi. Důležitá je pokora a snažit se zapůsobit pouze na sebe. Osvobodit mysl od současné spotřebitelské kultury vyžaduje úsilí (Alexander, 2012).

5.2 Peníze

Praktikování skromného života znamená mnohem víc než být skromný a mít menší spotřebu – je to především status mysli. Nicméně tržní ekonomika a moudré investice v tomto hrají klíčovou roli.

Je velmi důležité mít přehled o příjmech a výdajích. Vydělávání peněz stojí čas a s tím bychom neměli plýtvat. Je možné si vyzkoušet experiment a pořizovat si po dobu jednoho měsíce pečlivě poznámky o všem, co jsme nakoupili. Na konci měsíce pak roztřídit tyto výdaje do kategorií – nájemné/hypotéka, jídlo, energie, voda, víno, káva, obědy, atd., pak tyto položky vynásobit dvanácti a dostaneme hrubou představu o tom, kolik nás které kategorie stojí ročně. Uvidíme, že i malé položky mohou roční

výdaje významně navýšit. To znamená, že i malé změny ve výdajích mohou znamenat velké úspory.

Penězi dáváme najevo své preference. Tím, za co peníze utratíme, tím i volíme, co bude na tomto světě existovat. Koupě nějakého produktu posílá na trh zprávu, potvrzuje jeho existenci, jeho ekologické dopady, jeho výrobní proces, atd. Peníze mají moc a s touto mocí přichází zodpovědnost. Pokud investujeme naše peníze jinam, můžeme tento svět změnit. Je důležité být svědomitý a rozmyslet si, kam investujeme náš volební „hlas“, podporovat obchody, které si naši podporu zaslouží, např. fair-trade (Alexander, 2012).

5.2.1 Fair-trade

Fair-trade je způsob obchodu, který zaručuje pracovníkům z rozvojových zemí spravedlivou odměnu za jejich práci. Pěstitelé a řemeslníci v rámci fair-trade dostávají za svou práci takovou výkupní cenu, která odpovídá nákladům na výrobu a zaručuje jim důstojný život.

Cílem fair-trade je přímá a účinná podpora znevýhodněných farmářů a výrobců z rozvojových zemí. Toho se snaží docílit prostřednictvím poskytování "férových" obchodních podmínek pro zapojené výrobce, vyplácení tzv. sociálního prémie, která je investována do projektů místního rozvoje, dodržování základních norem pracovního práva, ochrany životního prostředí, zvyšování informovanosti spotřebitelů o situaci malých zemědělců a řemeslníků v rozvojových zemích.

Nedílnou součástí fair-trade jsou organizace, které se aktivně angažují v podpoře producentů, zvyšují povědomí o fair-trade, a organizují kampaně pro změny v pravidlech a praktikách konvenčního mezinárodního obchodu (Podhůrský, 2014).

Fair-trade současně dává nám, spotřebitelům, možnost snadno a účinně podpořit udržitelný ekonomický model, dát hlas jinému způsobu obchodování a výroby a v neposlední řadě získat velmi kvalitní výrobky za odpovídající cenu (Alexander, 2012).

5.3 Práce a čas

Jak již bylo řečeno, čím více budeme spotřebovávat, tím více času strávíme v práci, abychom mohli zaplatit za náš konzumní životní styl. Klíčové je tedy zvážení snížení pracovního úvazku. Situace každého z nás je rozdílná a ponížení pracovních hodin nemusí být proveditelné. Pokud se ale podaří najít cestu, jak by domácnost mohla významně snížit celkové výdaje, zjistíme, že není potřeba pracovat tolik hodin v týdnu v placeném zaměstnání. Výsledkem bude více volného času na jiné zájmy, rodinu. Je to cesta, jak snížit materiální bohatství a pozvednout kvalitu života.

Jsou zde dvě možnosti jak to uskutečnit: první možností je najít si nové zaměstnání, které umožňuje částečný úvazek. Druhou možností je snížit pracovní úvazek u současného zaměstnavatele se současným ponížením mzdy. Zaměstnavatel tomu může být nakloněný více než bychom očekávali, on také ušetří nemalé náklady. Mimo jiné to může zvýšit i naši produktivitu. Další možností může být práce z domova. Kdykoliv to situace dovolí, využít této příležitosti. Je to příjemná cesta, jak strávit pracovní den. Navíc to ušetří náklady na dojíždění do zaměstnání a zpět.

Mnoho zaměstnání nyní vyžaduje cestování mezi městy či dokonce státy. Používání technologie video konferencí může významně snížit potřebu cestovat. Zaměstnavatel určitě tuto alternativu uvítá, protože jsou opět redukovány i jeho náklady.

Někdy se lidé cítí pod tlakem, že z finančních důvodů vykonávají práci, která je nenaplňuje. Ve chvíli, kdy se poníží výdaje, potřebné pro důstojný, ale skromný život, otvírá se možnost vykonávat mnohem více naplňující zaměstnání za nižší plat (Alexander, 2012).

5.4 Jídlo

Jídlo je jednou z nejdůležitějších základních potřeb. Není tomu tak dávno, kdy si lidé sami pěstovali většinu potravin, které plně pokryly jejich potřeby. Dnes většina potravin pochází z korporací, které spíše hledí na svůj profit, nežli na nutriční hodnoty potravin a výrobu či pěstování potravin udržitelným způsobem.

Ne každý má možnost si vypěstovat vlastními silami většinu potravin pro vlastní obživu, ale každý má možnost si vypěstovat alespoň část. Mohou to být například bylinky a různé koření, které je možné pěstovat i na parapetu.

Pokud se rozhodneme na přechod k více udržitelné produkci potravin, je vhodné většinu zahradního trávníku (nebo alespoň jeho části) přetvořit na prosperující zeleninovou zahradu a rozšířit tak využití zahrady na maximum. Může zde být i kurník, či pečlivě rozmístěné ovocné stromy.

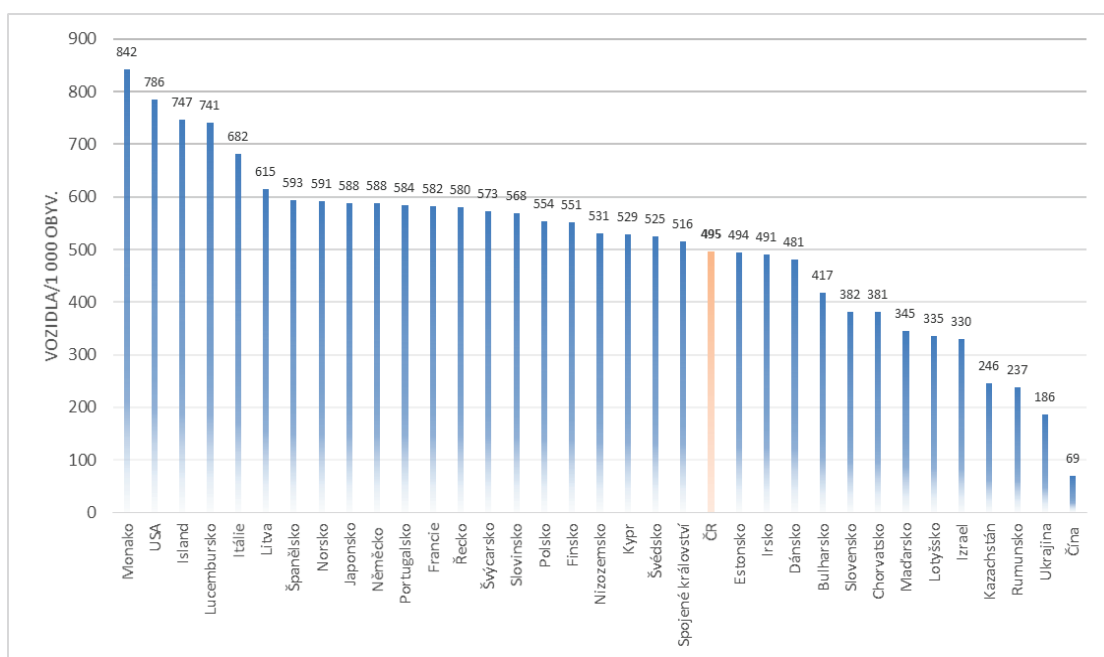
Pokud není možnost pořídit si vlastní zahradu v sousedství, nebo pokud je vlastní produkce příliš malá, je vhodné nakupovat zbylé potraviny u místních farmářů, podpořit tak lokální produkci a vyhnout se supermarketům, jak jen to bude možné.

Vysoká konzumace masa, mléka a ryb má také negativní dopad na naši planetu. Je vhodné se pokusit tyto složky omezit a vyhradit si třeba dva dny v týdnu bez nich. Další možností je vegetariánství, které není pro každého, ale pokud je dostatečně kreativní, je i chutné a samozřejmě zdravé.

Naučit se péct chleba a vhodně uchovávat potraviny může být velmi přínosné. Nic totiž nevoní lépe než doma upečený chléb, a pokud se naučíme vhodně skladovat potraviny, ušetříme pak náklady spojené s cestováním za nákupy. Vhodné je také využívat sezónní potraviny (Alexander, 2012).

5.5 Doprava

Dobrovolně skromný život zahrnuje především přehodnocení způsobu přepravy. Na světě je nyní více než jedna miliarda automobilů (výzkum agentury Ward's). Toto číslo se týká všech osobních automobilů, užitkových vozů, nákladních aut a autobusů. Nejvyšší automobilizace na světě je v Monaku, USA, Islandu a Lucembursku (*graf 1*). V roce 2011 připadalo v České republice 495 vozidel na 1 000 obyvatel.



Graf 1: Mezinárodní srovnání motorizace včetně mimoevropských zemí v roce 2011 [počet vozidel/1 000 obyv.] (World Bank, 2011)

Pokud mluvíme o zásadnějších změnách lidského chování, které mají mít dopad na ekologicky příznivější způsob života, předním kandidátem bude automobil.

Velmi zajímavý je psychologický aspekt našeho pouta s automobilem, který cituje H. Librová (1994: 58), kde uvádí, že: „automobil propůjčuje svému majiteli moc, řidič se stává malým králem. Mít auto je status. Chodec se stává pokorným vděčným chudákem, který řidiči poníženež děkuje, pokud mu dá řidič přednost.“ Jízda v automobilu se stává zážitkem, protože vozidlo poslouchá svého majitele na slovo a umožňuje netrpělivým jedincům rychlé přemístování. Těchto psychologických aspektů hojně využívá i reklama, která pro propagaci vozů využívá klíčových slov jako

zážitek, svoboda, rychlost. Avšak je patrné, že náklonost k vozu není hluboká ani trvalá, je to poněkud krátkodobá milostná aféra, protože majitelé své vozy často mění. Po dvou nebo dokonce po jednom roce má majitel „starého vozu“ dost a začíná se ohlížet po výhodném novém vozu. Od vyhledání po koupi se vše jeví jako hra, v níž se někdy dokonce primárním stává obchod, a dobrý obchod vyvolává právě takovou, ne-li větší radost než konečný cíl: zbrusu nový model na dálnici (Fromm, 2001).

Klíčové je nalézt únik z této automobilové kultury. Hlavním úskalím automobilové dopravy jsou krátké vzdálenosti a přitom většina z těchto cest ani automobil nevyžaduje. Vhodné je v těchto případech využít pěší chůze či kolo, jak jen to bude možné. V dnešní době je možné kolo vybavit dalšími doplňky, které rozšiřují jeho možnosti, včetně vozíků pro děti, kterými můžeme zajistit jejich transport do školky / školy a ony je jistě přivítají jako příjemné dobrodružství. Dalším benefitem je, že zároveň děláme něco i pro své zdraví. V případě nepřízně počasí je další alternativou městská hromadná doprava. Pokud již vozidlo vlastníme, je velmi efektivní jeho sdílení s více lidmi při cestě do zaměstnání apod.

Cestování letadlem uvolňuje velké množství uhlíku do atmosféry a významně přispívá k negativním změnám klimatu. Může být výzvou říci leteckému cestování ne a vyhnout se mu za každou cenu, pokud máme možnost cestovat například vlakem (Alexander, 2012).

5.6 Bydlení

Bydlení je většinou nejvyšší nákladová položka v našem životě, proto je důležité zvážit, kde a jak budeme bydlet. Přesněji jaký typ bydlení potřebujeme, abychom mohli žít dle vlastních představ a cítili se svobodně.

Důležité je zvolit místo, kde je bydlení cenově dostupné. Nízkonákladové bydlení nám může ušetřit léta dřiny. Pokud je to možné, je vhodné se snažit najít bydlení blízko zaměstnání. Umožní nám to přepravovat se do zaměstnání na kole a také významně zkrátit čas na cestování do zaměstnání. Poslední výzkumy ukazují, že dojíždění za prací je jedním z nejvíce nepříjemných aspektů moderního života a je dobré dělat vše pro to, abychom mu předešli.

Bezúčelné jsou čistě estetické renovace, jen aby vše respektovalo poslední trendy bydlení. Pokud jsou renovace nezbytné, můžeme zvolit materiály „z druhé ruky“ (např. použité dřevo pro police, nábytek).

Náklady na bydlení opět sníží skupinové bydlení více přátel, či rodin ve vícegeneračních domech. Tento způsob bydlení podporuje vznik různých komunit a společenství (Alexander, 2012).

Velmi efektivní je bydlení v pasivních domech, které vycházejí z principu využívání pasivních tepelných zisků v budově. Jsou to především vnější zisky ze slunečního záření procházejícího okny a zisky vnitřní – teplo vyzařované lidmi a spotřebiči. Díky kvalitní tepelné izolaci pak tyto domy vykazují jen velmi malé tepelné ztráty, a proto pro zajištění tepelné pohody stačí jen velmi malé množství energie (tepla).

Existují i formy radikálnějšího způsobu alternativního bydlení, kdy jsou využity při stavbě materiály jako sláma, hliněné cihly, odpadky, případně bydlení v upravených námořních kontejnerech.

5.7 Energie

Energie, obzvláště ropa, jsou klíčové pro dnešní průmyslovou civilizaci. Hlavní důvody, proč bychom měli radikálně omezit spotřebu energie: 1) spalováním masivního množství fosilních paliv (uhlí, ropy, plynu) vznikají miliony tun uhlíku, kterými zatěžujeme atmosféru, důsledkem jsou klimatické změny. „Člověk ovlivňuje globální koloběh uhlíku takovou měrou, která nemá obdobu. Od počátku tzv. průmyslové revoluce v 18. století dochází k soustavnému zvyšování koncentrace oxidu uhličitého z 280 ppm udržovaných po mnoho tisíciletí až na současných 370 ppm a právě základním procesem podílejícím se na tomto růstu je spalování fosilních paliv.“ (Nátr, 2005: 97) 2) ropný zlom a dodavatelské aspekty ostatních energií znamenají, že se stávají vzácnějšími a budou stále dražší (Alexander, 2012).

Do popředí se dostává využívání alternativních zdrojů energie (např. solární panely pro ohřev vody).

V tomto směru jsou důležité i malé kroky jako je např. používání energeticky úsporných spotřebičů. O energetické náročnosti nás informuje energetický štítek,

kterým je od roku 2001 v Evropské unii nutné označovat elektrické spotřebiče. Hlavním cílem energetických štítků je možnost rychlého porovnání spotřebičů a odhad nákladů za x let provozu.

5.8 Oblečení

Historicky bylo primární funkcí oblečení udržet jedince v teple a zakrýt nahotu. Dnes je oblečení módní záležitostí, zároveň propůjčuje nositeli status ve společnosti.

Nošení prostého, skromného a funkčního oblečení může být vnějším projevem jednoduchosti a výrazem nesouhlasu s konzumní kulturou (Alexander, 2012).

Velké množství oblečení bývá odloženo každý den v second-handech. Toto oblečení z „druhé ruky“ je levné a není tak potřeba za něj utrácet spoustu peněz. Lidé žijící v dobrovolné skromnosti jsou schopni si oblečení opravit a velmi často si jej i sami šijí.

5.9 Redukce odpadu

Jedním z nejobávanějších aspektů konzumního způsobu života je nadměrná produkce odpadu. Každý týden více než jedna miliarda spotřebitelů v rozvinutém světě zanechá pytel odpadků u silnice, kde je sebrán. Máme tak pocit, že tento odpad jako zázrakem zmizí, ale není tomu tak. Dobrovolně skromný život zahrnuje důležité kroky fungující jako prevence vzniku odpadu.

První cestou k redukci produkce odpadu je odmítnutí konzumního způsobu života. Například na místo kupování vody v plastové lahvi je lepší pít vodu přímo z kohoutku, pokud nám to situace dovoluje. Nekupovat nové boty, pokud ty staré ještě plní svou funkci. Předejít zbytečným cestám letadlem atd. Výčet příkladů je nekonečný.

Druhou možností, jak omezit produkci odpadu, je redukce věcí, které jsou předmětem naší spotřeby. Všichni máme oblíbené věci, které nakupujeme rádi (hudba, knihy, víno, atd.). Žít jednoduše neznámá, že bychom se všech těchto věcí měli vzdát, ale spíše je v rámci možností zredukovat a nakupovat s rozmyslem.

Nechtěné letáky v našich schránkách jsou nejvíce zvrhlým příkladem plýtvání v konzumní společnosti. Stovky křídových stránek končí v našich schránkách každý den, přitom téměř okamžitě končí v kontejneru na papír (v lepším případě) v horším případě končí v komunálním odpadu. Pokud tedy většina domácností opatří svou schránku informací o nezájmu o tyto prospekty, opět se tím zvýší šance, že bude zachráněno nemalé množství stromů.

Velmi vhodné je užívání textilních nákupních tašek namísto igelitových tašek, které představují environmentální hazard. Ale pamatujte, i textilní taška je absolutně nepoužitelná, pokud ji necháme doma.

6 VÝZKUMNÁ ČÁST

6.1 Výzkumný problém

V souvislosti s předchozími teoretickými poznatky zpracovávaného tématu se výzkumná část snaží získat empirický náhled na lidi z řad širší veřejnosti, jejichž dětství se odehrávalo v souladu s dobrovolnou skromností. Bude řešena problematika vztahu dobrovolné skromnosti a výchovy, zda je to faktor, který podněcuje toto chování i v budoucím životě a zda má tento faktor pozitivní či negativní vliv. Dále budeme řešit motivace a komplikace pro život v dobrovolné skromnosti a doplňujícími údaji vyplývajícími z dotazníkového šetření budou informace, jak oslovení respondenti řeší základní oblasti svého běžného života (bydlení a energie, zaměstnání, stravování, dopravu, nakládání s odpady a zábavu), zda se přiklání spíše k dobrovolné skromnému způsobu života či majoritnímu konzumerismu.

6.2 Výzkumný cíl

Zjistit, zda je výchova v dobrovolné skromnosti faktor, který pozitivně ovlivňuje budoucí chování, které není orientované na vlastnění a spotřebu.

hypotéza H₁: Předpokládáme, že díky výchově v dobrovolné skromnosti budou respondenti preferovat vzorce jednání snižující spotřebu.

hypotéza H₂: Předpokládáme, že více respondentů vnímá výchovu v dobrovolné skromnosti pozitivně.

6.3 Metodika výzkumu

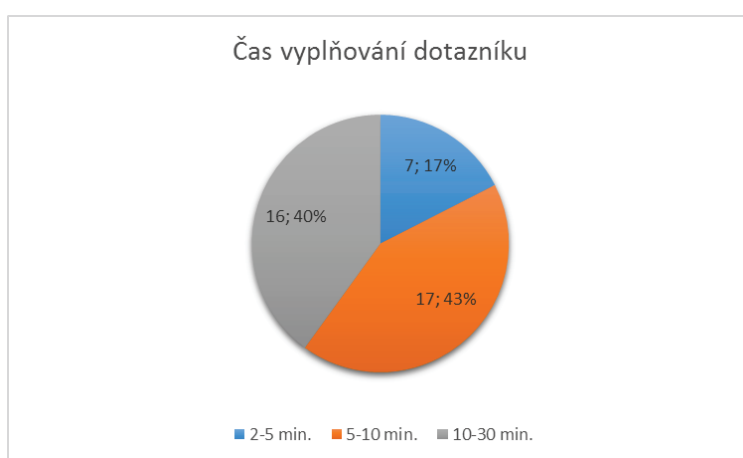
Metodika výběru respondentů se v průběhu studia a tvorby diplomové práce postupně měnila. Nejdříve se uvažovalo o navázání na studii prof. Hany Librové a uskutečnění rozhovorů s dětmi (dnes již mladými lidmi) z rodin, které se účastnili tehdejšího výzkumu (Librová, 1994). Pro naplnění této metodiky se nepodařilo získat potřebné kontakty. Další nevýhodou byla přílišná časová a dopravní náročnost. Dále bylo uvažováno o oslovení studentů Gymnázia Přírodní škola, o. p. s. v Praze, to ale nakonec bylo zavrhnuto z důvodů, že zkoumaný vzorek z řad studentů by pravděpodobně nedisponoval takovou příjmovou hladinou, která by umožnila dobrovolné či záměrné uskromnění se ve spotřebě, vzorek by byl zároveň lokálně zaměřený převážně na Prahu. Pro účely výzkumu byly nakonec osloveny alternativně žijící skupiny lidí z řad širší veřejnosti z celé ČR (hnutí preppers, ekovesničky, makrobiotici, minimalisté, fóra matek věnujících se výchově a péči o dítě a další skupiny disponující fóry o alternativním způsobu života a dobrovolné skromnosti), kde existoval předpoklad, že lidé z těchto skupin byli vychováváni v dobrovolné skromnosti.

Prepperské hnutí vzniklo v Americe (zkráceně APN neboli American Preppers Network). U nás, v Česku, již také existuje komunita lidí, kteří se zamýšlí nad neudržitelností současného drancujícího životního stylu, ničení přírody, plýtvání nenahraditelnými fosilními palivy. Jedná se o lidi, kteří žijí normální životy a přitom přemýšlejí o tom, že svět nemusí být vždy jen bezpečné a příjemné místo pro život. Jsou to lidé, kteří jsou si vědomi problému ekonomiky, nestabilního počasí atd. Zaměřují na získání dovedností a znalosti potřebné k žití soběstačného života. Přípravenost jim nabízí klid, že udělali vše, aby domácnost a rodina mohla přežít malé problémy (ztráta práce, nemoc,...) Prepping (přípravenost) učí zodpovědnosti a nezávislosti (American Peppers Network, 2014).

Podkladem pro sestavení baterie dotazů se stal celosvětový dotazníkový průzkum dobrovolné skromnosti (Alexander, 2012). Dotazník, který byl zdrojem informací empirické části práce, je složen celkem z 32 otázek. První část dotazníku tvoří demografické otázky, druhá část je tvořena otázkami týkající se výchovy, motivace a povědomí respondentů o dobrovolné skromnosti, poslední část tvoří otázky na životní

styl respondentů (tj. chování podporující dobrovolnou skromnost či naopak spotřebu). Poslední nepovinnou otázkou je dotaz na hodnotu individuální ekologické stopy, kterou si respondenti mohli spočítat na uvedené webové stránce.

V rámci předvýzkumu, který probíhal od 17. – 21. 3. 2014 na pěti respondentech, byla ověřena srozumitelnost dotazů, správné zaznamenávání odpovědí a celková funkčnost dotazníku. Čas potřebný na vyplnění dotazníku byl odhadnut na 5-10 minut, výsledný skutečný čas potřebný pro jeho vyplnění činil průměrně 10 minut (*Graf 2*).



Graf 2: Čas vyplňování dotazníku se prodlužuje u respondentů vyplňujících nepovinnou otázku týkající se ekologické stopy. Průměrný čas vyplňování dotazníků se pohyboval kolem 10 minut.

Dotazník byl elektronicky distribuován ve dvou vlnách a to sice 28. 3. a 10. 4. 2014, doba trvání výzkumu byla od 28. 3. – 30. 4. 2014 (34 dnů). Celkový počet návštěv dotazníku činil 157. K poslednímu dni výzkumu se vrátilo celkem 52 dotazníků, z toho 12 bylo vyřazeno pro nesplnění podmínky, že dobrovolná skromnost musela být součástí výchovy respondenta. Míra návratnosti kompletně vyplněných a použitelných dotazníků činila 25,5 % (40 dotazníků).

6.4 Metoda výzkumu

Pro sběr dat byla zvolena forma elektronického dotazníku s anonymním způsobem odpovědí. Tato volba byla podmíněna několika důvody. Předmětem výzkumu je lidmi poměrně citlivě vnímána oblast každodenního soukromého způsobu života. Soukromí nám umožňuje možnost volby, zda se necháme či nenecháme ovlivňovat různými reklamními nástroji.

Sběr dat byl realizován prostřednictvím internetu, kdy respondent vyplnil dotazník vytvořený pomocí on-line webové služby. Jeho šíření probíhalo formou vkládání odkazu na dotazník (URL link) na on-line fórech příslušných skupin. Úvod dotazníku byl tvořen stručnou úvodní zprávou, která zahrnovala oslovení respondentů, představení tazatele a stručné zdůvodnění prováděného výzkumu včetně specifikace cílové skupiny. Po vyplnění dotazníku následovalo závěrečné poděkování. Plné znění dotazníku je *Přílohou 1*.

Výhodou této formy dotazování jsou minimální finanční a časové náklady (časově náročná je část předvýzkumu a tvorba otázek), z ekonomického a ekologického hlediska jde o optimální formu distribuce (není nutné cestovat a používat papírové formuláře). Zpracování odpovědí je jednodušší a rychlejší, protože všechna data jsou již uložena v elektronické podobě a není tak nutné jejich další upravování pro zpracování. Předchází se tak administrativním chybám vznikajícím při přepisu získaných dat z dotazníku do počítače. Odpovědi jsou anonymní a odpadá obava respondentů ohledně zneužití výsledků dotazníků. K nevýhodám patří vynechání jednotlivců, nemajících přístup na internet. Závažnější nedostatek je (stejně jako u písemného dotazování) v návratnosti dotazníků, v případě, že se respondent nechce tématem zabývat, či pro něho není atraktivní (Krejslová, 2008). Míra návratnosti byla snížena již vstupním úvodním filtrem, kterým byla podmínka výchovy v dobrovolné skromnosti. Vzhledem k tomu, že je cílová skupina velmi specifická, sledávám míru návratnosti za dostačující pro další výzkum.

6.5 Zpracování, popis a analýza získaných dat

Pro základní analýzu odpovědí jsou použity kruhové, případně sloupcové grafy. Hodnota absolutního počtu odpovědí, včetně relativní četnosti v procentech, je vynesena u výseče kruhového grafu, případně u sloupce. Barvy použité u grafů u otázek týkajících se životního stylu (třetí část dotazníkového šetření) mají svůj význam. Odpovědi podporující šetrnější způsob chování jsou vyneseny v odstínech zelené, odpovědi podporující spotřebu jsou vyneseny červeně. Veškeré použité grafy jsou vytvořené autorem s použitím dat z dotazníkového šetření.

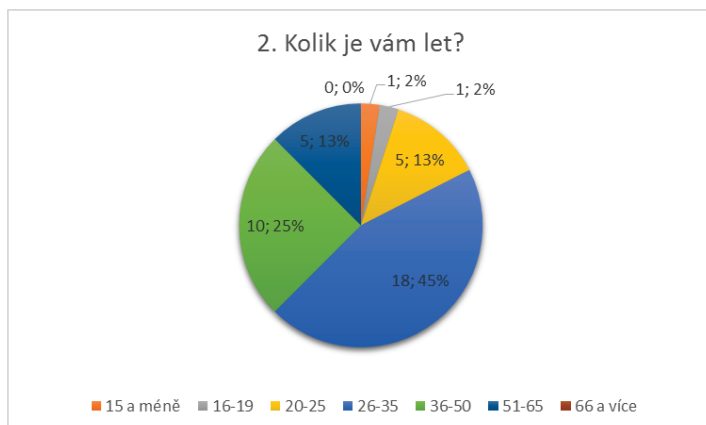
6.5.1 Demografické dotazy

1. Dotaz rozdělující respondenty dle pohlaví.



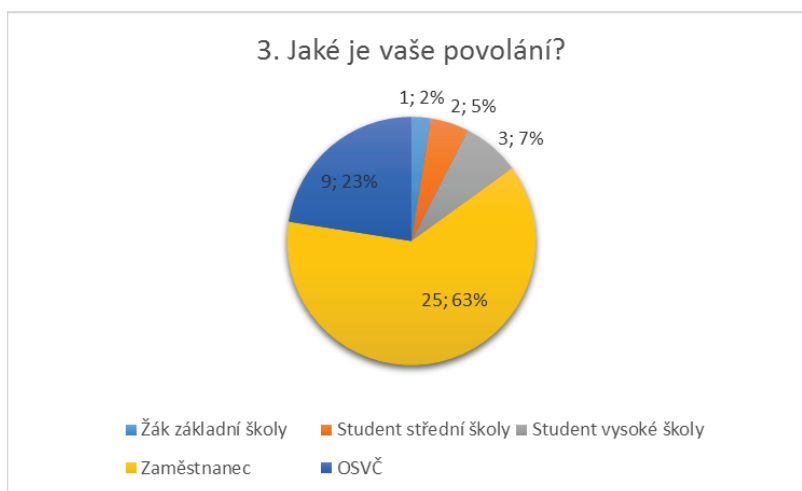
Graf 1/1 ukazuje, že na dotazník odpovědělo 15 mužů (37 %) a 25 žen (63 %).

2. Dotaz rozdělující respondenty dle věku.



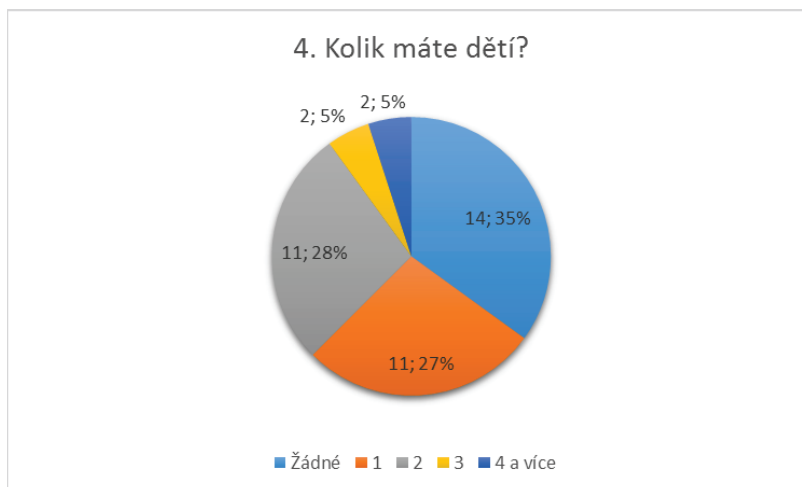
Graf 1/2 dokumentuje demografický faktor věku, kdy 1 respondent (2,5 %) spadá do nejmladší věkové kategorie 15 let a méně, 1 respondent (2,5 %) spadá do kategorie 16-19 let, 5 respondentů (12,5 %) spadá do věkové skupiny 20-25 let, nejvíce respondentů 18 (45 %) pak spadá do střední věkové kategorie 26-35 let, 10 respondentů (25 %) spadá do kategorie 36-50 let, 5 respondentů (12,5 %) spadá do kategorie 51-65 let, v kategorii 66 a více není žádný respondent.

3. Dotaz mapující povolání respondentů.



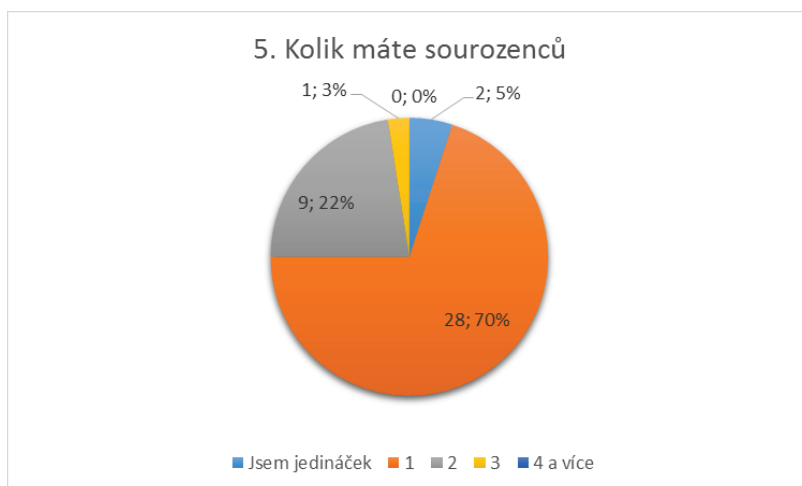
Graf 1/3 Pouze u šesti respondentů můžeme předpokládat, že ještě nejsou ekonomicky aktivní – 1 žák ZŠ (2,5 %), 2 studenti SŠ (2,5 %), 3 studenti VŠ (7,5 %), přesto byli jejich odpovědi v dotazníkovém šetření ponechány. Mezi ekonomicky aktivními převládají ti s klasickým zaměstnaneckým poměrem 25 respondentů (62,5 %) a 9 respondentů (22,5 %) podniká.

4. Dotaz zjišťující počet dětí v rodině.



Graf 1/4 ukazuje, že 14 respondentů (35 %) nemá žádné děti (z toho 4 respondenti jsou studenti ZŠ a SŠ), 11 respondentů (27 %) má 1 dítě, 11 respondentů (27 %) má 2 děti, 2 respondenti (5 %) mají 2 děti a 2 respondenti (5 %) mají 4 a více dětí. Celkem 26 respondentů (65 %) tedy již má děti, z toho 16 z nich volilo jako motivaci k dobrovolné skromnosti právě více volného času pro sebe či rodinu.

5. Dotaz zjišťující kolik mají respondenti sourozenců.



Graf 1/5 ukazuje, že 38 respondentů (95 %) má sourozence a pouze 2 respondenti (5%) jsou jedináčci.

6. Dotaz zjišťující, jaký typ bydlení respondenti užívají.



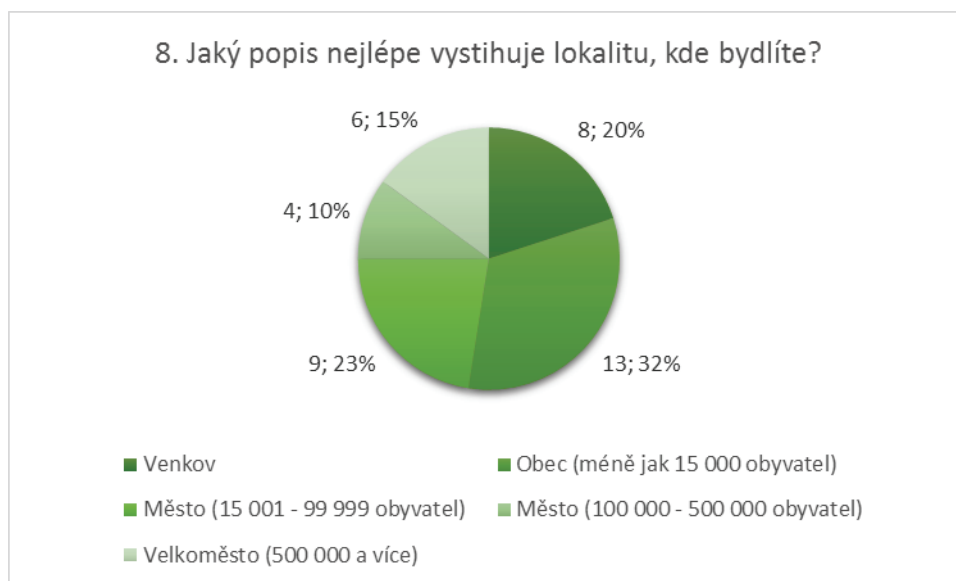
Graf 1/6 ukazuje, že 25 respondentů žije v bytě (62,5 %) a 15 respondentů žije v rodinném domě (37,5 %).

7. Vzhledem k tomu, že nebyla oslovena skupina respondentů z určité lokality, ptali jsme se také na kraj, z jakého respondenti pocházejí:



Graf 1/7 ukazuje téměř rovnocenná zastoupení respondentů ze všech krajů, nulové hodnoty má pouze Karlovarský kraj a Olomoucký kraj.

8. Otázka více specifikující lokalitu, ve které respondenti žijí.



Graf 1/8 ukazuje, že pouze 8 respondentů (20 %) žije na venkově (z toho 6 bydlí v rodinném domě) a 6 respondentů žije ve velkoměstě (5 v Praze a 1 v Brně).

9. Nejvyšší dosažené vzdělání bylo předmětem poslední demografické otázky.



Graf 1/9 Nejvíce respondentů (22, 55 %) uvedlo jako nejvyšší dosažené vzdělání vysokoškolské, dále 15 respondentů složilo maturitní zkoušku (38 %), 1 respondent je vyučen (2,5 %) a 2 respondenti (5 %) mají základní vzdělání.

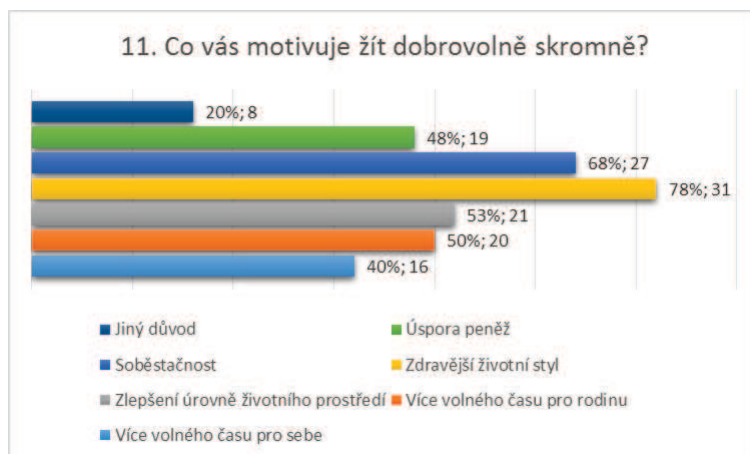
6.5.2 Dotazy k pojmu dobrovolná skromnost, výchově, motivaci a komplikacím

10. Dotaz ověřující, zda se respondenti již někdy setkali s pojmem dobrovolná skromnost.



Graf 2/10 Převážná většina respondentů se s tímto pojmem již setkala (29 respondentům 72, 5%), 11 respondentů odpovědělo negativně (27,5 %). V úvodu dotazníku byly stručně popsány aspekty dobrovolné skromnosti, tak, aby byli respondenti schopni rozhodnout, zda byli v dobrovolné skromnosti vychovávaní, ačkoliv se s tímto termínem pro toto chování doposud nesetkali.

11. Přímý dotaz na motivaci k žití v dobrovolné skromnosti, který předpokládá, že respondent takto skutečně žije. Při výběru odpovědi měli respondenti zaškrtnout veškeré relevantní odpovědi. Na otázku odpovědělo všech 40 respondentů.

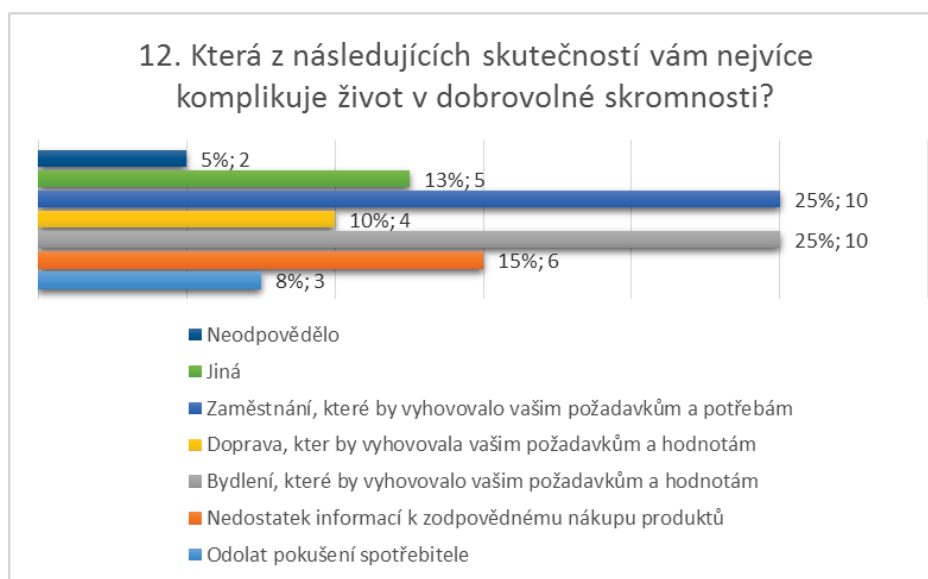


Graf 2/11 Nejvíce hlasů získal zdravější životní styl (31; 78 %), dále soběstačnost (27; 68 %), zlepšení úrovně životního prostředí volilo 21 respondentů

(53 %), 20 respondentů (50 %) volilo více volného času pro rodinu, 19 respondentů (48 %) volilo úsporu peněz, 16 respondentů (40 %) volilo více volného času pro sebe a 8 respondentů volilo jinou odpověď, kde uvedli, že:

- nežiji dobrovolně skromně (1 respondent)
- jednoduchost
- sebeúcta
- od všeho trochu
- návrat k přírodě
- pomoc okolí
- neplýtvat, smysluplnější práce

12. Přímý dotaz na skutečnosti nejvíce komplikující život v dobrovolné skromnosti. V tomto případě 5 respondentů použilo jinou odpověď, 2 respondenti otázku nezodpověděli vůbec.



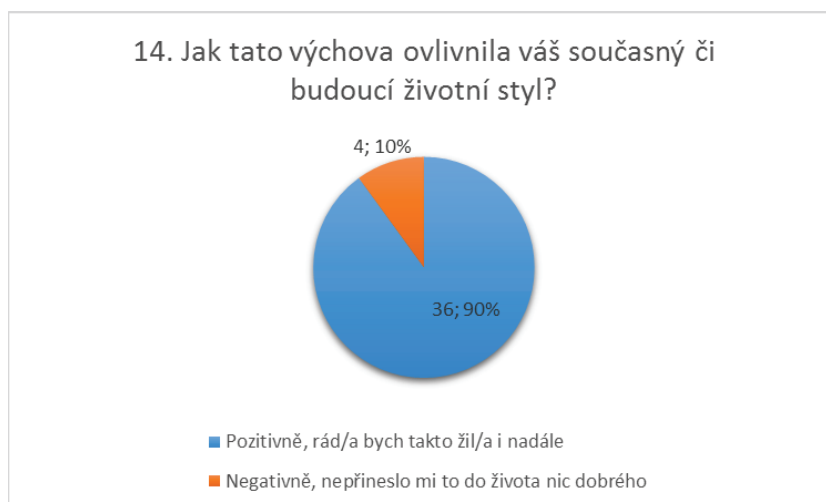
Graf 2/12 znázorňuje, že za největší komplikace byly označeny zaměstnání (10 respondentů, 25 %) a bydlení (10 respondentů, 25 %), 6 respondentů (15 %) odpovědělo, že jim chybí dostatek informací k zodpovědnému nákupu produktů, 4 respondenti (10 %) označili dopravu, 3 respondenti (8 %) shledávají za komplikaci odolat pokušení spotřebitele, 5 respondentů (13 %) volilo jinou odpověď:

- nežiji dobrovolně skromně

- náklady jako je zdravotní pojištění
- dobrovolná skromnost je vnitřní stav, nezáleží na vnějších věcech
- místo, kde žiji
- věk, nedostatek prostředků

13. Kontrolní otázka, zda byl alternativní životní styl v podobě dobrovolné skromnosti součástí výchovy respondenta. V případě záporné odpovědi, byl tento respondent z dotazníkového šetření vyřazen. Celkem bylo vyřazeno 12 dotazníků.

14. Dotaz navazující na výchovu v dobrovolné skromnosti a jejího vlivu na současný životní styl respondenta.



Graf 2/14 ukazuje, že 36 respondentů (90 %) shledává výchovu v dobrovolné skromnosti jako pozitivní faktor, 4 respondenti (10 %) ji označili jako negativní.

15. Poslední otázka druhé dotazníkové části zjišťovala, zda rozhodnutí žít dobrovolně skromně bylo provázáno událostí, která k tomuto kroku byla nezbytná, opět bylo možné zaškrtnout více relevantních odpovědí. 8 respondentů volilo jinou odpověď a 16 respondentů na otázku neodpovědělo.

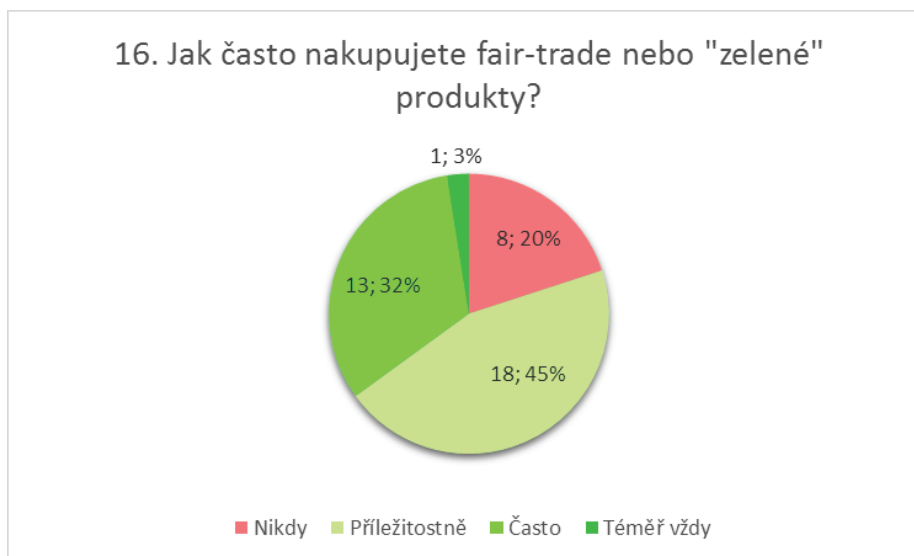


Graf 2/15 ukazuje, že 10 respondentů změnilo své bydliště, 7 respondentů se přestěhovalo na vesnici (z toho 4 zároveň označili i změnu bydliště), 7 respondentů změnilo zaměstnání, 3 respondenti vyměnili nebo prodali vůz a 7 respondentů uvedlo jiný důvod:

- nežiji dobrovolně skromně
- příprava na ekonomický kolaps
- nemoc
- nespokojenost se současným stavem společnosti
- zmoudření
- přítelkyně

6.5.3 Dotazy k životnímu stylu

16. Otázka ověřující proenvironmentální chování při nákupu výrobků.



Graf 3/16 ukazuje, že příležitostně nakupuje fair-trade a „zelené“ výrobky 18 respondentů (45 %), 13 respondentů (32 %) často, 1 respondent (3 %) vždy a 8 respondentů (20 %) nikdy.

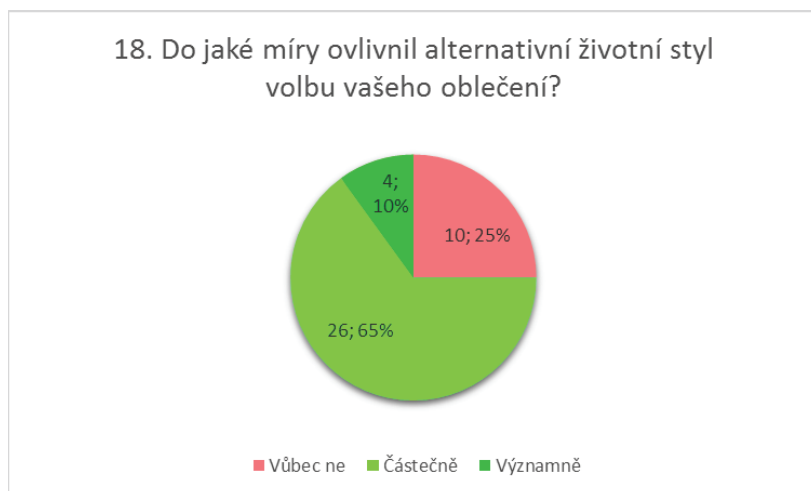
17. Otázka zjišťující stravovací preference respondentů.



G 3/17 Typické stravování, které zahrnuje většinu jídel, preferuje 13 respondentů (32 %), typické stravování, ale s upřednostněním čerstvých a nezpracovaných potravin preferuje 20 respondentů (50 %), 1 respondent (2

%) jí ryby, jinak je vegetarián, 3 respondenti (8 %) jsou vegetariáni a 3 respondenti (8 %) jsou vegani.

18. Otázka ověřující míru vlivu dobrovolné skromnosti při volbě oblečení.



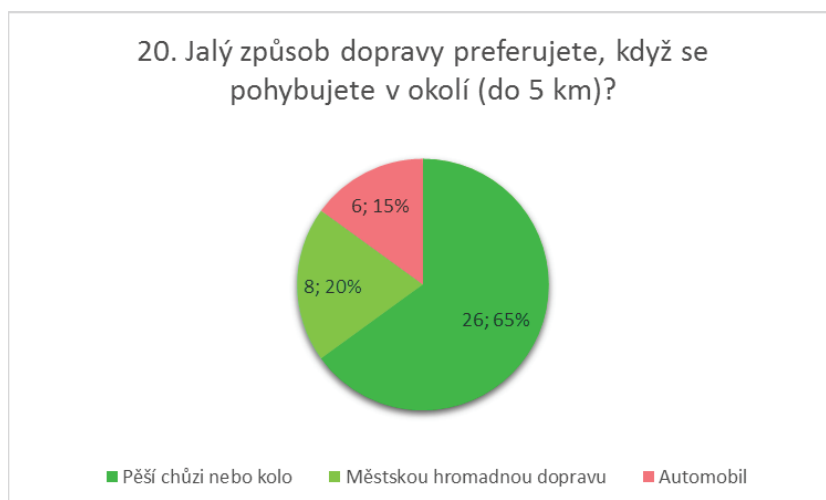
Graf 3/18 ukazuje, že 10 respondentů (25 %) nebylo ovlivněno vůbec, 26 respondentů (65 %) částečně a 4 respondenti (10 %) významně.

19. Otázka zjišťující preference při pořizování oblečení.



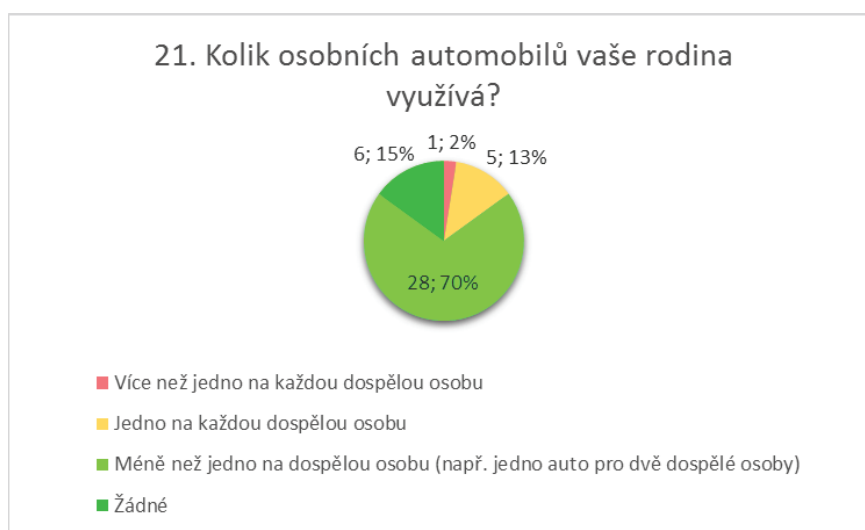
Graf 3/19 ukazuje, že 15 respondentů (37 %) si kupuje obvykle nové oblečení, 22 respondentů (55 %) obvykle nosí oblečení ze second handu, 3 respondenti (8 %) nosí doma ušité či opravené oblečení.

20. Otázka preference volby dopravy při cestě v okolí do vzdálenosti 5 km.



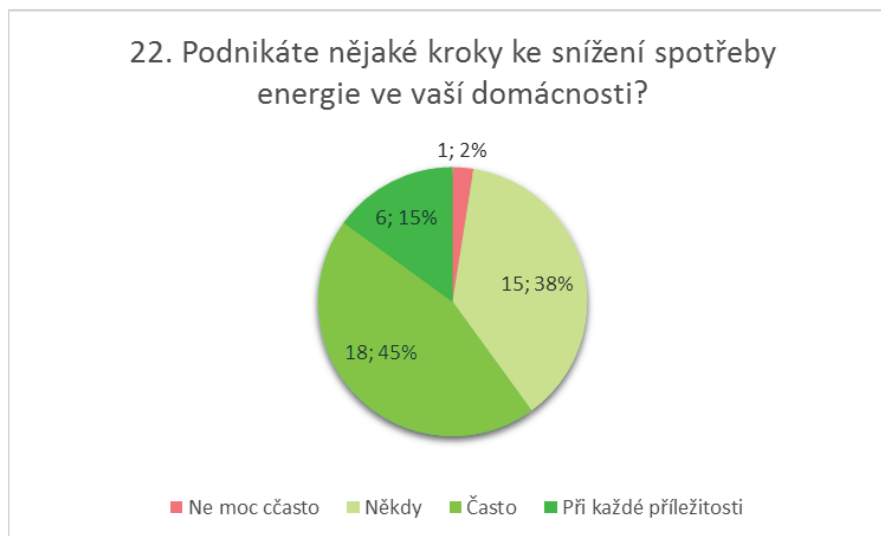
Graf 3/20 zobrazuje, že nejvíce – 26 respondentů (65 %) volí na krátké vzdálenosti pěší chůzi či kolo, 8 respondentů (20 %) cestuje MHD, 6 respondentů (15 %) preferuje automobil.

21. Dotaz zjišťující počet automobilů na rodinu respondenta.



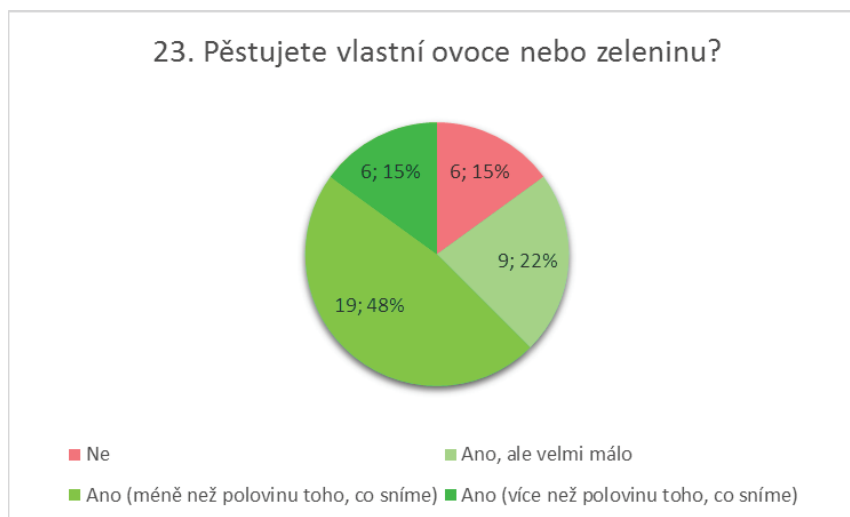
Graf 3/21 ukazuje, že pouze 1 respondent (2 %) užívá v rodině více než jedno na každou dospělé osobu, 5 respondentů (13 %) užívá jedno na každou dospělé osobu, 28 respondentů (70 %) méně než jednou na dospělé osobu a 6 respondentů (15 %) nevyužívá žádné.

22. Dotaz zjišťující hospodaření s elektrickou energií v domácnosti.



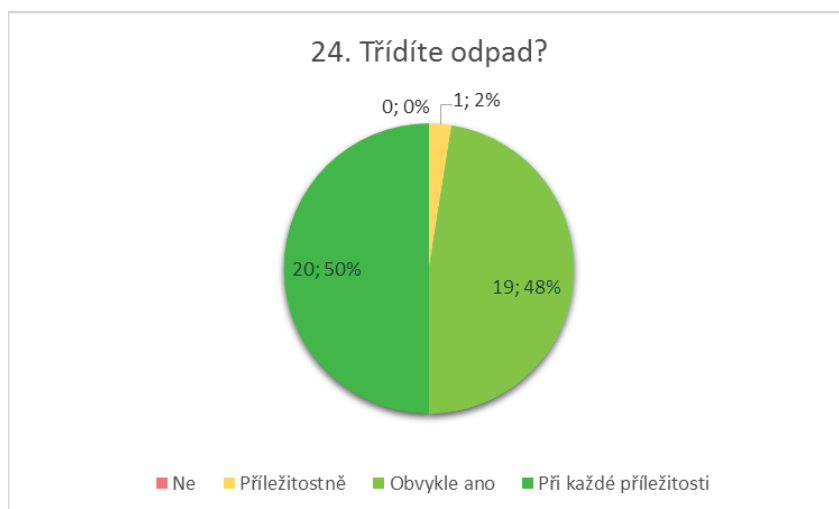
Graf 3/22 ukazuje, že pouze 1 respondent (2 %) odpověděl, že ne moc často, 15 respondentů (38 %) někdy, 18 respondentů (45 %) často a 6 respondentů (15 %) při každé příležitosti.

23. Otázka týkající se samozásobitelství ovocem či zeleninou.



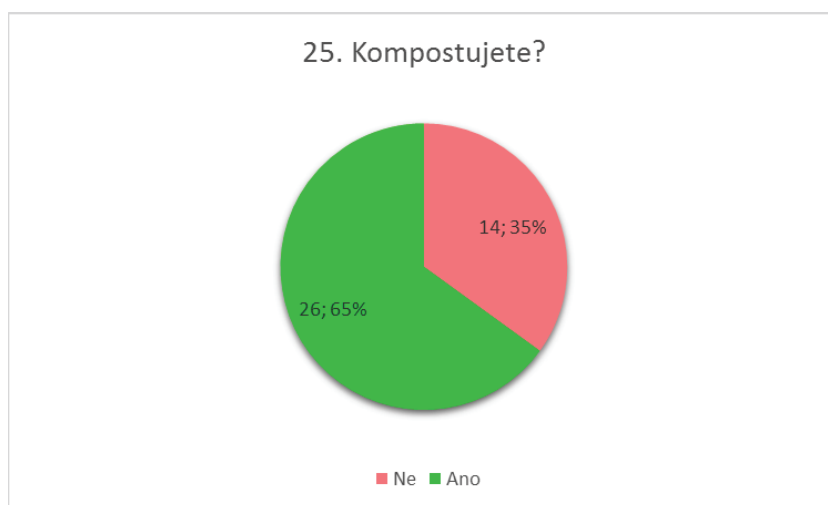
G 3/23 ukazuje, že 6 respondentů (15 %) vůbec nepěstuje ovoce či zeleninu, 9 respondentů (22 %) pěstuje, ale velmi málo, 19 respondentů (48 %) pěstuje, ale méně než polovinu toho, co sní a 6 respondentů (15 %) pěstuje více než polovinu toho, co sní.

24. Otázka zjišťující, zda se respondent stará o třídění odpadu z domácnosti.



Graf 3/24 ukazuje, že všichni respondenti v nějaké míře odpad třídí, 1 respondent příležitostně (2 %), 19 respondentů (48 %) obvykle ano a 20 respondentů (50 %) při každé příležitosti.

25. Otázka na využívání biologického odpadu ke kompostování.



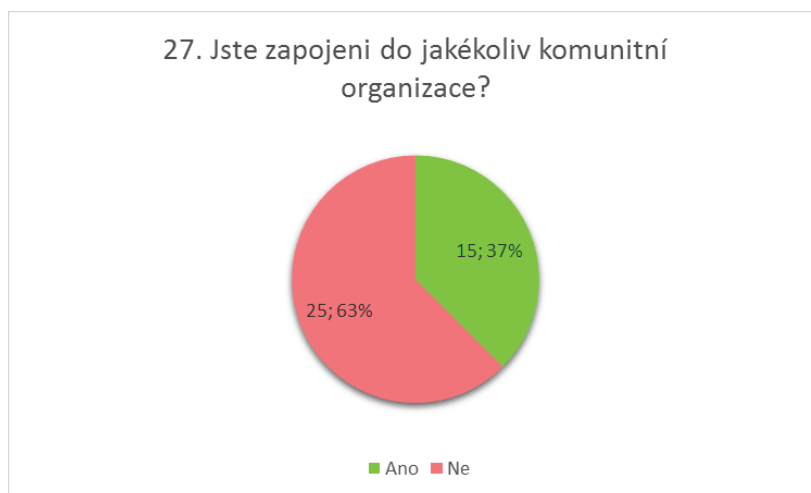
Graf 3/25 ukazuje, že 14 respondentů (35 %) nekompostuje a 26 respondentů (65 %) ano.

26. Otázka kolik času věnují respondenti zábavě v podobě sledování televize.



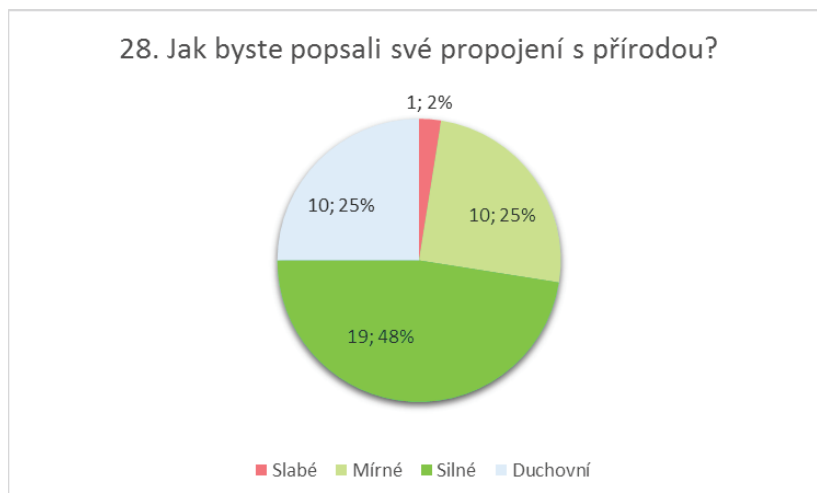
Graf 3/26 Více než 10 hodin týdně sledují televizi pouze 2 respondenti (5 %), 10 respondentů (25 %) uvedlo rozmezí 5 – 10 hodin týdně, 8 respondentů (20 %) sleduje televizi 1 – 4 hodiny týdně, 20 respondentů (50 %) uvedlo, že sleduje televizi 1 hodinu a méně během týdne.

27. Otázka zjišťující, zda se respondenti zapojují do komunitních organizací.



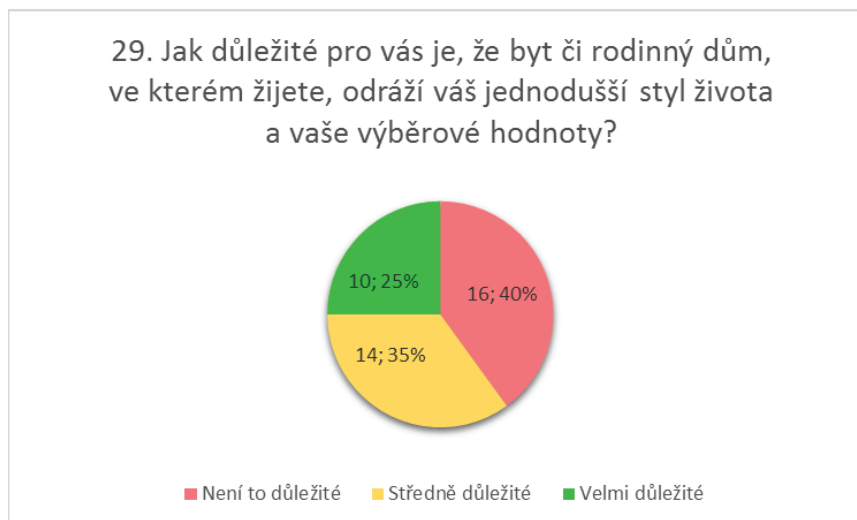
Graf 3/27 Záporně odpovědělo 25 respondentů (62 %), kladně pak 15 respondentů (38 %).

28. Otázka ověřující, zda se respondenti cítí být propojeni s přírodou.



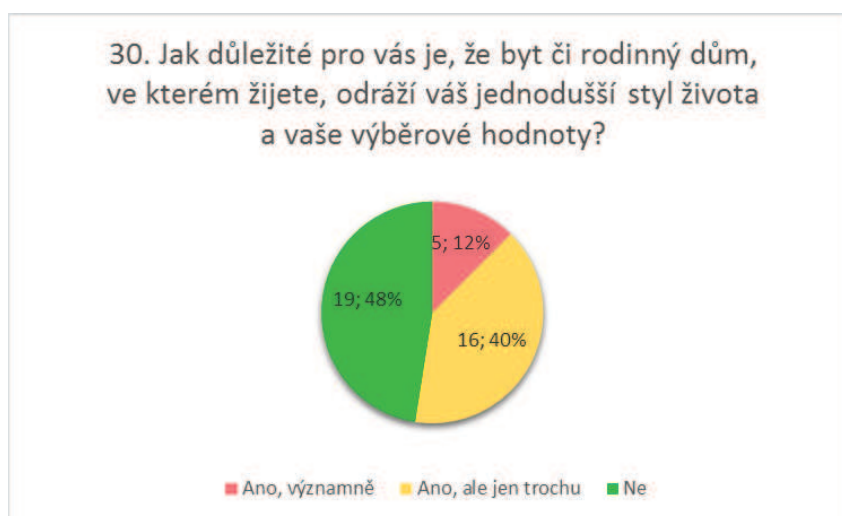
Graf 3/28 Slabé propojení uvedl pouze 1 respondent (2 %), 10 respondentů (25 %) uvedlo mírné propojení, 19 respondentů (48 %) silné propojení, 10 respondentů (25 %) je s přírodou propojeno duchovně.

29. Otázka zjišťující, zda je pro respondenty důležité, jak jejich příbytek odráží jednoduchost jejich života.



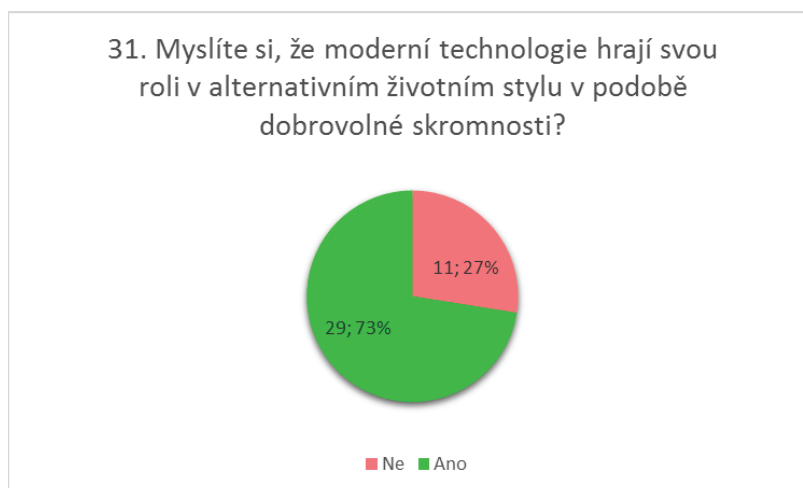
Graf 3/29 ukazuje, že pro 16 respondentů tento faktor není důležitý, 14 respondentů (35 %) odpovědělo, že je to středně důležité a 10 respondentů (25 %) odpovědělo, že je to pro ně velmi důležité.

30. Dotaz zjišťují subjektivní pocit izolace ve vztahu s jednodušším způsobem života.



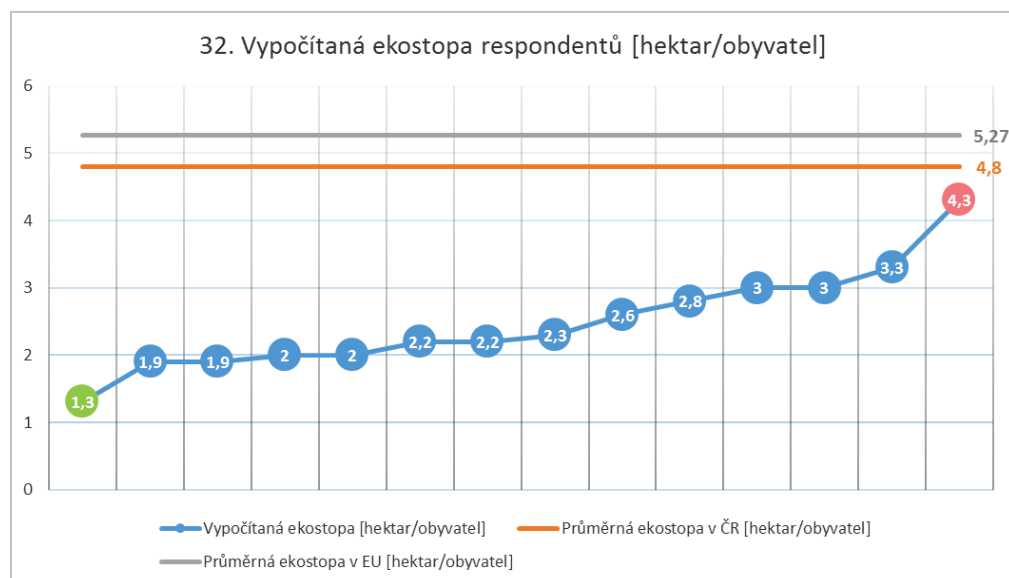
G 3/30 ukazuje, že 5 respondentů (12 %) shledává tento životní styl jako významně izolující, 16 respondentů (40 %) jej shledává izolujícím, ale pouze trochu a 19 respondentů (48 %) uvedlo, že je nijak neizoloval.

31. Otázka zjišťující názor respondentů na moderní technologie, zda mají své místo v dobrovolně skromném životě.



G 3/31 ukazuje, že 29 respondentů (73 %) se domnívá, že ano a 13 respondentů (27 %) se domnívá, že nikoliv.

32. Doplnující nepovinná otázka na ekologickou stopu respondentů. Ekologickou stopu si celkem spočítalo 14 respondentů a jejich výsledky byly vyneseny do grafu níže:



G 3/32 zobrazuje výsledky jednotlivých hodnot ekostop 14 respondentů. Nejnižší hodnota je 1,3, nejvyšší 4,3. Průměrná hodnota ekostopy respondentů je 2,5. Průměrná hodnota v ČR je 5,27, průměrná hodnota v EU činí 4,8 (WWF, 2012).

6.6 Vyhodnocení hypotéz

V následující kapitole bude ověřena platnost stanovených hypotéz.

Hypotéza H₁ předpokládala, že díky vlivu výchovy v dobrovolné skromnosti budou respondenti preferovat vzorce jednání snižující spotřebu. Výsledky odpovědí dle relativní četnosti, shrnuté v *tabulce 1*, ze 74,3 % splňují požadavky skromného chování, zbylých 25,7 % odpovědí naplňuje konzumní způsob života.

Hypotéza se potvrdila.

Tab. 1 k hypotéze H₁, vyhodnocení relativní četnosti odpovědí skromného a konzumního chování

č. otázky	Skromné		Konzumní	
	Absolutní četnost	Relativní četnost	Absolutní četnost	Relativní četnost
17	27	67,5%	13	32,5%
18	30	75,0%	10	25,0%
19	25	62,5%	15	37,5%
20	34	85,0%	6	15,0%
21	34	85,0%	6	15,0%
22	24	60,0%	16	40,0%
23	34	85,0%	6	15,0%
	208	74,3%	72	25,7%

Hypotéza H₂: předpokládala, že více respondentů bude vnímat výchovu v dobrovolné skromnosti pozitivně. Z *grafu 2/14* (str. 52) je patrné, že 36 respondentů (90 %) shledává výchovu v dobrovolné skromnosti jako pozitivní faktor, 4 respondenti (10 %) ji označili jako negativní. **Hypotéza se potvrdila.**

6.7 Diskuse

Na základě odpovědí na otázky týkající se životního stylu byl sestaven a slovně popsán profil respondenta chovajícího se dobrovolně skromně. Jednotlivé odpovědi na otázky byly dále interpretovány.

Pro sestavení profilu dobrovolně skromného respondenta byly použity odpovědi na otázky č. 17 – 23, které byly analyzovány v předchozí kapitole. Respondent, jehož chování bude považováno za dobrovolně skromné, upřednostňuje čerstvé a nezpracované potraviny nebo je vegetarián či vegan. Tento životní styl částečně nebo významně ovlivnil styl volby jeho oblečení. Nosí obvykle oblečení z druhé ruky či si jej šije sám doma. V případě krátké vzdálenosti preferuje pěší chůzi, kolo či MHD. Nevlastní automobil, nebo vlastní automobil, ale v poměru, že připadá méně než 1 vůz na dospělé osobu v domácnosti. Podniká alespoň někdy kroky vedoucí ke snížení spotřeby energie v domácnosti. V jakékoliv míře má snahu si pěstovat vlastní ovoce nebo zeleninu.

Veškeré tyto podmínky splňuje třináct respondentů ze čtyřiceti (32,5 %).

Z těchto třinácti je devět žen a čtyři muži. Jeden respondent spadá do věkové kategorie 16 – 19 let, jeden respondent do kategorie 20 – 25 let, pět respondentů má věkové rozpětí 26-35 let, tři respondenti jsou ve věku 36 -50 let a dva respondenti jsou ve věku 51 – 65 let. Jeden respondent je žákem základní školy, pět respondentů má středoškolské vzdělání s maturitou a sedm respondentů má vysokoškolské vzdělání. Nicméně nebylo

Sedm respondentů žije v bytě, osm respondentů žije v rodinném domě. Na venkově žije pouze jeden respondent., stejně tak ve velkoměstě čítajícím více než 500 tis. obyvatel žije pouze jeden respondent. Můžeme tedy zavrhnout mýtus, že by dobrovolná skromnost byla vázána primárně pouze na obyvatele venkova, což potvrzují i výsledky průzkumu Alexandra (2011).

Devět respondentů uvedlo, že jejich rozhodnutí žít skromně provázela některá z událostí jako je stěhování, změna bydliště či změna zaměstnání, v jednom případě to bylo údajně zmoudření.

Co se týká proenvironmentálního chování, tak všichni při každé příležitosti třídí odpad a deset respondentů kompostuje. Pět z výše uvedených respondentů

příležitostně kupuje výrobky s označením „fair-trade“ či „zelené“ výrobky šetrné k přírodě, šest respondentů je kupuje často.

Všech třináct respondentů nosí oblečení z „druhé ruky“ a také oblečení doma šité či opravované. Jeden z respondentů – muž, mne upozornil, že je vyšší postavy a v obchodech typu „second hand“ je pro něj obtížné se oblékat, proto v dotazníku označil, že nakupuje oblečení nové, ale nosí jej téměř až do roztrhání. I toto jednání si myslím, že je v souladu s dobrovolně skromným myšlením, protože důvodem k nákupu nového oblečení není primárně módní trend a oblečení není vyhozeno ihned potom, kdy jej nahradí trend nový, ale až po skončení životnosti.

U televize tráví těchto třináct respondentů průměrně 1 – 4 hodiny týdně. Pět respondentů je zapojeno do komunitní organizace. Dva respondenti shledávají život v dobrovolné skromnosti jako významně izolující, pět respondentů ji také uvádí jako izolující, ale jen trochu.

Žádný z třinácti respondentů není jedináček. S tímto faktem můžeme zmínit, že výchovné působení rodičů, které je zaměřeno na podporu sociálně spravedlivého dělení mezi sourozenci a na ochotu k pomoci druhým členům rodiny vytváří společensky oceňované hodnoty (spravedlnost, skromnost, nesobeckost...), které mohou být dítětem osvojeny (internalizovány) a stát se později součástí jeho motivační struktury. Podle Nakonečného (1996) jsou procesy internalizace vysvětlením, jak se stává jedinec pánem svého vlastního morálního jednání. Osobní morálka potom může vést jedince k altruistickému chování nad rámec jeho rodiny, což je vlastnost pro záměrnou skromnost klíčová.

Jako motivační faktor pro život v dobrovolné skromnosti byly nejvíce a to sice v deseti případech označeny zdravější životní styl a soběstačnost, v osmi případech více volného času, sedm respondentů označilo jako motivační faktor úsporu peněz a za nejméně motivační se šesti hlasy shledali respondenti zlepšení životní úrovně.

Jako komplikující faktor bylo pěti respondenty označeno nevyhovující zaměstnání, tři respondenti označili nevyhovující bydlení, další tři shledávají problém v dopravě, která by vyhovovala jejich potřebám, jeden respondent má nedostatek informací k zodpovědnému nákupu produktů a jeden respondent bojuje s pokušením spotřebitele. Respondenti výzkumu Alexandera (2011) shodně označují nevhodné zaměstnání jako hlavní překážku v životě s dobrovolnou skromností.

Všech třináct respondentů označilo výchovu v dobrovolné skromnosti jako pozitivní faktor.

Pokud bychom se zaměřili na výrazné konzumní chování, tento profil naplňuje pouze jeden respondent, který sám v dotazníkovém šetření několikrát uvedl, že nežije dobrovolně skromně. Jedná se o vysokoškolsky vzdělaného muže ve věku 36 – 50 let žijícího v bytě v Praze. Obvykle nosí nové oblečení, na krátké vzdálenosti volí automobil, ačkoliv by mohl volit spíše MHD. V domácnosti, kde žije, připadá jeden automobil na každou dospělou osobu. Nepěstuje v žádné míře vlastní ovoce či zeleninu. V jisté míře u něho můžeme pozorovat proenvironmentální chování ve smyslu, že příležitostně zakoupí „fair-trade“ nebo „zelené“ výrobky, při každé příležitosti třídí odpad. Jeho propojení s přírodou je duchovní. U televize tráví 5 – 10 hodin týdně, není zapojen do žádné komunitní organizace. Tento respondent je jedináček. Život v dobrovolné skromnosti shledává za významně izolující a výchovu v dobrovolné skromnosti vnímá jako negativní. Jedná se o respondenta s nejvyšší uvedenou ekologickou stopou 4,3.

Celkové výsledky odpovědí od všech 40 respondentů dle relativní četnosti, shrnuté v *tabulce 1*, ze 74,3 % splňují požadavky skromného chování.

Pro další výzkum bych navrhovala blíže se seznámit s prostředím, ve kterém respondenti vyrůstali, blíže se seznámit s jejich dětstvím a konfrontovat je s respondenty s negativní zkušeností a jejich projevy odporu (kvalitativní metodou formou rozhovorů), případně výsledky porovnat s dětstvím u současné mládeže.

7 ZÁVĚR

Na základě teoretické části práce můžeme konstatovat, že dobrovolně skromně žijící jedinec není v žádném případě pouhým konzumentem na „spotřební dietě“. Dobrovolná skromnost je především o změně myšlení a úpravě preferencí. Je to člověk, který aktivně přemýšlí nad svými rozhodnutími a není pouhým pasivním příjemcem materiálních statků (volí modus „být“ před „mít“). Dobrovolná skromnost je zdrojem skutečné svobody, která spočívá na dovednosti moudré volby, jež „odfiltruje“ alternativy považované za zbytečné. Typický spotřebitel dnešní doby žije v pouhé iluzi svobody. Ta pro něj vytváří domnělou možnost volby z více statků, ale ve výsledku není takovýto spotřebitel schopen se ubránit manipulaci a subjektivní potřebě zapojit se do procesu stupňované spotřeby.

Výsledky průzkumu ukazují, že výchova v dobrovolné skromnosti může mít vliv na nižší spotřebu takto vedeného jedince, což je velmi pozitivní. Některé aspekty dobrovolné skromnosti mohou jedince izolovat, nicméně ve většině případů ani to není vnímáno jako fakt, který by vedl zpět k pohodlnému konzumerismu a je pravděpodobně tolerován. Naučit se žít dobrovolně skromně bez některých domnělých a společenských „nezbytností“ umožňuje jedinci polevit v pracovním tempu a nepracovat tak tvrdě. Potvrdilo se, že zaměstnání společně s bydlením nejvíce komplikují jednoduchý a dobrovolně skromný život a to z důvodů dojíždění a nákladů spojených s bydlením. Jak víme, čas je jedním z luxusních a primárních statků pro realizaci dobrovolně skromného života a lidé vázání pracovními povinnostmi příliš volného času nemají.

Hlavní motivací respondentů pro život v dobrovolné skromnosti není paradoxně snaha o zlepšení životního prostředí, i když vedlejší přidanou hodnotou života v dobrovolné skromnosti je šetrnější hospodaření s omezenými přírodními zdroji, ale je to zdravější životní styl. Na jednu stranu můžeme říci, že je to dobře, protože proenvironmentální motivace může být dříve či později zhcena pocitem marnosti, vzhledem k tomu, že výsledky snažení jedince v globálním měřítku jsou zanedbatelné, zvláště pokud není podporováno okolím. Výběrová náročnost v podobě volby pěší chůze nebo kola před automobilem, či výběrová náročnost v podobě efektivního využívání sezónních potravin, preference potravin z ověřených místních zdrojů,

v ideálním případě samozásobitelství zeleninou a ovocem, omezení konzumace masa, má nejen pozitivní dopad na naši planetu, ale i na naše zdraví.

Je otázkou času (snad několika generací), kdy začne více lidí přemýšlet jinak a dobrovolná skromnost se pak stane běžnější součástí našich životů.

8 ZDROJE

Monografie

1. BAUMAN, Zygmunt. *Globalizace: důsledky pro člověka*. Vyd. 1. Praha: Mladá fronta, 1999, 157 s. ISBN 80-204-0817-7.
2. BRANIŠ, Martin a Karel PIVNIČKA. *Úvod do studia životního prostředí*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1994. 141 s. ISBN 80-7066-945-4.
3. BRUNTLANDOVÁ, Gro Harlem. *Naše společná budoucnost*. Praha: Academia, 1991. ISBN 80-85368-07-02.
4. FROMM, Erich. *Mít, nebo být?*. 1. vyd. Praha: Aurora, 2001, 242 s. ISBN 80-729-9036-5.
5. FROMM, Erich. *Umění být*. 1. vyd. Editor Zdeněk Janík. Překlad Vlastislava Žihlová, Pavel Váňa. Praha: Naše vojsko, 1994, 124 s. ISBN 80-206-0225-9.
6. KOSEK, Jan. *Člověk je (ne)tvor společenský: kapitoly ze sociální psychologie*. Vyd. 1. Praha: Argo, 2004, 252 s. ISBN 80-720-3591-6.
7. KOHÁK, Erazim. *Zelená svatozář: kapitoly z ekologické etiky*. 2. přeprac. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 2000, 204 s. ISBN 80-858-5086-9.
8. LIBROVÁ, Hana. *Pestří a zelení: Kapitoly o dobrovolné skromnosti*. 1. vyd. Brno: Veronica, Hnutí duha, 1994, 218 s. Společensko-ekologická edice, sv. 8. ISBN 80-853-6818-8.

9. LIBROVÁ, Hana. *Vlažní a váhaví: (kapitoly o ekologickém luxusu)*. Vyd. 1. Brno: Doplněk, 2003, 319 s. Společensko-ekologická edice, sv. 8. ISBN 80-723-9149-6.
10. MOLDAN, Bedřich. *Ekologická dimenze udržitelného rozvoje*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2001, 102 s. ISBN 80-246-0246-6.
11. MOLDAN, Bedřich. *Příroda a civilizace: životní prostředí a rozvoj lidské civilizace*. 1. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1997, 147 s. Odborná literatura pro žáky a veřejnost. ISBN 80-042-6434-4.
12. NÁTR, Lubomír. *Rozvoj trvale neudržitelný*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2005, 102 s. Společensko-ekologická edice, sv. 8. ISBN 80-246-0987-8.
13. SENECA, Lubomír. *Výbor z listů Lucilioví*. Vyd. 1. Překlad Bohumil Ryba. Praha: Svoboda, 1969, 282 s. Antická knihovna (Svoboda), sv. 4. ISBN 80-246-0987-8.
14. STEAD, W. Edward a Jean Garner STEAD. *Management pro malou planetu: Strategické rozhodování a životní prostředí*. 1.vyd. Praha: G plus G, 1998, 284 s. ISBN 80-861-0315-3.
15. STEARNS, Peter N. *Consumerism in world history: the global transformation of desire*. 2nd ed. New York: Routledge, 2006, x, 164 s. Themes in world history. ISBN 04-153-9587-9.
16. ŠMAJS, Josef, Bohuslav BINKA a Ivo ROLNÝ. *Etika, ekonomika, příroda*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012, 192 s. ISBN 978-80-247-4293-9.

Časopisy a jiné zdroje

17. ALEXANDER, Samuel a Simon USSHER. *The Simpler Way: A Practical Action Plan for Living More on Less: Simplicity Institute Report 12*. [online]. 2012, s. 48 [cit. 2014-05-13]. Dostupné z: <http://simplicityinstitute.org/wp-content/uploads/2011/04/The-Simpler-Way-Report-12a.pdf>
18. ALEXANDER, Samuel a Simon USSHER. *The Voluntary Simplicity Movement: A multi-national survey analysis in theoretical context*. Journal of Consumer Culture [online]. 2012-04-23, vol. 12, issue 1, s. 66-86 [cit. 2014-05-08]. DOI: 10.1177/1469540512444019. Dostupné z: <http://joc.sagepub.com/cgi/doi/10.1177/1469540512444019>
19. ČINČERA, Jan. Pedagogika. *Paradigmatická proměna domácího pojetí environmentální výchovy* [online]. 2013, Číslo: 2 / 2013 - Teoretická studie, s. 182-197 [cit. 2014-06-08]. Dostupné z: <http://userweb.pedf.cuni.cz/wp/pedagogika/>
20. FEŘTEK, Tomáš. Ekolist: měsíčník o problémech životního prostředí. *Je skromnost dědičná?* [online]. 2011, [cit. 2014-05-13]. Dostupné z: <http://ekolist.cz/cz/publicistika/nazory-a-komentare/tomas-fertek-je-skromnost-dedicna>
21. LIBROVÁ, Hana. *Environmentálně orientované motivace*. Sociologický časopis. Praha: Sociologický ústav AV ČR, 2013, č. 1, s. 53-74. ISSN 0038-0288.
22. MASLOW, Abraham Herold. *A theory of human motivation*. Psychological Review [online]. 1943, vol. 50, issue 4, s. 370-396 [cit. 2014-05-13]. DOI: 10.1037/h0054346. Dostupné z: <http://content.apa.org/journals/rev/50/4/370>

23. PASTOROVÁ, Markéta a kol. *Doporučené očekávané výstupy. Metodická podpora pro výuku průřezových témat na základních školách*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický, 2011. ISBN 978-80-87000-83-0. Dostupné z: <http://www.vuppraha.cz/nova-publikace-divize-vup-%E2%80%93-doporucene-ocekavane-vystupy-pro-zakladni-skoly>.
24. SHRADER-FRECHETTE, Kristin. Veronika. *Dobrovolná střídmost. Omezování spotřeby s cílem umožnit osobní rozvoj*. [online]. 1992, č. 4/1992, str. 9 - 11 [cit. 2014-05-22]. Dostupné z: <http://www.casopisveronica.cz/clanek.php?id=680>
25. WACKERNAGEL, Mathis a William E. REES. *Our ecological footprint: reducing human impact on the earth* [online]. Philadelphia, PA: New Society Publishers, c1996, xi, 160 p. [cit. 2014-06-05]. ISBN 15-509-2251-3. Dostupné z: http://books.google.cz/books/about/Our_Ecological_Footprint.html

Internetové zdroje

26. American Preppers Network. *What is a Prepper?* [online]. 2014 [cit. 2014-06-08]. Dostupné z: <http://americanpreppersnetwork.com>
27. Česká křesťanská akademie. *Ekologická sekce* [online]. 2008, 15. 1. 2008 [cit. 2014-06-07]. Dostupné z: <http://www.krestanskaakademie.cz>
28. JANČAŘÍKOVÁ, Kateřina. *Ekologická výchova. Environmentální výchova - vědní obor*. [online]. 2007, 3. 8. 2007 [cit. 2014-06-08]. Dostupné z: <http://class.pedf.cuni.cz/Jancarikova/>

29. JANČAŘÍKOVÁ, Kateřina. Ekologická výchova. *Od září 2007 je v ČR Environmentální výchova poprvé v historii ze zákona povinná!* [online]. 2007, 1. 8. 2007 [cit. 2014-06-08]. Dostupné z: <http://class.pdf.cuni.cz/Jancarikova/>
30. PODHŮRSKÝ, David. Co je fair trade. *Fairtrade Česko a Slovensko* [online]. 2014 [cit. 2014-05-19]. Dostupné z: <http://www.fairtrade-cesko.cz/#!fair-trade>
31. WORLD Bank. Motor vehicles (per 1,000 people). In: *International Road Federation, World Road Statistics and data files*. [online]. 2011 [cit. 2014-05-21]. Dostupné z: <http://data.worldbank.org/indicator/IS.VEH.NVEH.P3>
32. WWF. 2012. *Living Planet Report 2012*. WWF International, Gland, Switzerland.

Diplomová práce

33. KREISLOVÁ, Gabriela. *Dotazníkové šetření*. Bakalářská práce, vedoucí: Ing. Kateřina Vokáčová. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta aplikovaných věd, 2008. 74 s.

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1: Dotazník (8 stran)

Příloha 2: Prohlášení žadatele o nahlédnutí do listinné podoby závěrečné práce před její obhajobou (1 strana)

Příloha 3: Prohlášení žadatele o nahlédnutí do listinné podoby závěrečné práce – evidenční list (1 strana)

Dobrovolná skromnost: druhá generace

Dobrý den,

jsem studentkou II. ročníku magisterského oboru učitelství biologie pro ZŠ a SŠ Pedagogické fakulty UK v Praze a ráda bych Vás touto cestou požádala o spolupráci s vyplněním dotazníku, který je součástí praktické části mé diplomové práce na téma Dobrovolná skromnost: druhá generace.

Komu je dotazník určen?

Vyrůstali jste v rodině bez automobilu? Váš šatník nikdy neoplýval kousky dle poslední módy a nepostradatelnou výbavou vaší domácnosti byl šicí stroj? Zatímco vaši spolužáci cestovali o prázdninách s rodiči k moři, vy jste jeli s rodiči vlakem pod stan? Tento dotazník, je určen těm, jež vyrůstají či vyrůstali v rodině s alternativním životním stylem, než v současném spotřebitelském a mediálním tlakem, dobrovolně skromně.

Cílem je zjistit, jak vás ovlivnil životní styl vašich rodičů, zda se cítíte obohaceni či poškozeni. Zda jste se i vy dali cestou dobrovolné skromnosti nebo se připojili k současné masové kultuře.

Dotazník je anonymní a jeho vyplnění by vám nemělo zabrat více než 5 minut.

Sběr dat bude probíhat v termínu od 28. 3. - 30. 4. 2014.

Předem děkuji za vaši podporu a spolupráci!

V případě jakéhokoliv dotazu mne prosím neváhejte kontaktovat.

Bc. Marta Kolářová

mkolarova@centrum.cz

Jaké je vaše pohlaví?

Muž

Žena

Kolik je vám let?

- 15 a méně
- 16-19
- 20-25
- 26-35
- 36-50
- 51-65
- 66 a více

Jaké je vaše povolání?

- Žák základní školy
- Student střední školy
- Student vysoké školy
- Zaměstnanec
- Osoba samostatně výdělečně činná (OSVČ)

Kolik máte dětí?

- Žádné
- 1
- 2
- 3
- 4 a více

Kolik máte sourozenců?

- Jsem jedináček
- 1
- 2
- 3
- 4 a více

Jak bydlíte?

- V bytě
- V rodinném domě

V jakém kraji bydlíte?

- Jihomoravský kraj
- Jihočeský kraj
- Karlovarský kraj
- Kraj Vysočina
- Liberecký kraj
- Královehradecký kraj
- Moravskoslezský kraj
- Olomoucký kraj
- Pardubický kraj
- Plzeňský kraj
- Praha
- Středočeský kraj
- Ústecký kraj
- Zlínský kraj

Jaký popis nejlépe vystihuje lokalitu, kde bydlíte?

- Venkov
- Obec (méně jak 15 000 obyvatel)
- Město (15 001 - 99 999 obyvatel)
- Město (100 000 - 500 000 obyvatel)
- Velkoměsto (500 000 a více)

Jaké je vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- Základní
- Střední bez maturity / vyučen
- Střední s maturitou
- Vysokoškolské

Slyšeli jste někdy o dobrovolné skromnosti?

- Ano
- Ne

Co vás motivuje žít dobrovolně skromně (popř. co by vás motivovalo žít i nadále dobrovolně skromně, zaškrtněte veškeré relevantní odpovědi)?

- Více volného času pro sebe
- Více volného času pro rodinu
- Zlepšení úrovně životního prostředí
- Zdravější životní styl
- Soběstačnost
- Úspora peněz
- Jiný důvod:

Která z následujících skutečností vám NEJVÍCE komplikuje život v dobrovolné skromnosti?

- Odolat pokušení spotřebitele
- Nedostatek informací k zodpovědnému nákupu produktů
- Bydlení, které by vyhovovalo vašim požadavkům a hodnotám
- Doprava, která by vyhovovala vašim požadavkům a potřebám
- Zaměstnání, které by vyhovovalo vašim požadavkům a potřebám
- Jiná:

Byl alternativní životní styl v podobě dobrovolné skromnosti součástí vaší výchovy?

- Ano
 Ne

Jak tato výchova ovlivnila váš současný či budoucí životní styl?

- Pozitivně, rád/a bych takto žil/a i nadále
 Negativně, nepřineslo mi to do života nic dobrého

Provázelo vaše rozhodnutí žít dobrovolně skromně některá z následujících událostí?

- Změna zaměstnání
 Změna bydliště
 Stěhování na vesnici
 Výměna nebo prodej vozu
 Jiné:

Jak často nakupujete vy nebo vaši rodiče fair-trade nebo "zelené" produkty?

- Nikdy
 Příležitostně
 Často
 Téměř vždy

Jak byste popsali vaše stravování?

- Typické, jím většinu jídel
 Typické, ale upřednostňuji čerstvé a nezpracované potraviny
 Jím ryby, ale jinak jsem vegetarián
 Jsem vegetarián
 Jsem vegan

Do jaké míry ovlivnil alternativní životní styl volbu vašeho oblečení?

- Vůbec ne
- Částečně
- Významně

Co se týká oblečení, jaké tvrzení je pro vás nejvíce typické?

- Obvykle nosím nově zakoupené oblečení
- Obvykle nosím oblečení ze second handu
- Obvykle nosím doma šité nebo opravené oblečení

Jaký způsob dopravy preferujete, když se pohybujete v okolí (do 5 km)?

- Pěší chůzi nebo kolo
- Městskou hromadnou dopravu
- Automobil

Kolik osobních automobilů vaše rodina využívá?

- Žádné
- Méně než jedno na dospělé osobu (např. jedno auto pro dvě dospělé osoby)
- Jedno na každou dospělé osobu
- Více než jedno na každou dospělé osobu

Podnikáte nějaké kroky ke snížení spotřeby energie ve vaší domácnosti?

- Ne moc často
- Někdy
- Často
- Při každé příležitosti

Pěstujete vlastní ovoce nebo zeleninu?

- Ne
- Ano, ale velmi málo
- Ano (méně než polovinu toho, co sníme)
- Ano (více než polovinu toho, co sníme)

Třídíte odpad?

- Ne
- Příležitostně
- Obvykle ano
- Při každé příležitosti

Kompostujete?

- Ano
- Ne

Jak často sledujete televizi?

- 1 hodinu a méně za týden
- 1 - 4 hodiny týdně
- 5 - 10 hodin týdně
- Více než 10 hodin týdně

Jste zapojeni do jakékoliv komunitní organizace?

- Ano
- Ne

Jak byste popsali své propojení s přírodou?

- Slabé
- Mírné
- Silné
- Duchovní

Jak důležité pro vás je, že byt či rodinný dům, ve kterém žijete, odráží váš jednodušší styl života a vaše výběrové hodnoty?

- Není to důležité
- Středně důležité
- Velmi důležité

Myslíte si, že vás alternativní životní styl společensky izoloval (v jakémkoliv směru)?

- Ano, významně
- Ano, ale jen trochu
- Ne

Myslíte si, že moderní technologie hrají svou roli v alternativním způsobu života?

- Ano
- Ne

Víte jaká je vaše ekologická stopa? Spočítejte si ji na

<http://www.hraozemi.cz//files/ekostopa/ekostopa.php> a zapište svůj výsledek níže:

**Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta
M.D. Rettigové 4, 116 39 Praha 1**

Prohlášení žadatele o nahlédnutí do listinné podoby závěrečné práce před její obhajobou

Závěrečná práce:

Druh práce	
Název práce	
Autor práce	

Jsem si vědom/a, že závěrečná práce je autorským dílem a že informace získané nahlédnutím do zveřejněné závěrečné práce nemohou být použity k výdělečným účelům, ani nemohou být vydávány za studijní, vědeckou nebo jinou tvůrčí činnost jiné osoby než autora.

Byl/a jsem seznámen/a se skutečností, že si mohu pořizovat výpisy, opisy nebo rozmnoženiny závěrečné práce, jsem však povinen/povinna s nimi nakládat jako s autorským dílem a zachovávat pravidla uvedená v předchozím odstavci tohoto prohlášení.

Jsem si vědom/a, že pořizovat výpisy, opisy nebo rozmnoženiny dané práce lze pouze na své náklady a že úhrada nákladů za kopírování, resp. tisk jedné strany formátu A4 černobíle byla stanovena na 5 Kč.

V Praze dne

Jméno a příjmení žadatele	
Adresa trvalého bydliště	

podpis žadatele

**Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta
M.D. Rettigové 4, 116 39 Praha 1**

**Prohlášení žadatele o nahlédnutí do listinné podoby závěrečné práce
Evidenční list**

Jsem si vědom/a, že závěrečná práce je autorským dílem a že informace získané nahlédnutím do zveřejněné závěrečné práce nemohou být použity k výdělečným účelům, ani nemohou být vydávány za studijní, vědeckou nebo jinou tvůrčí činnost jiné osoby než autora.

Byl/a jsem seznámen/a se skutečností, že si mohu pořizovat výpisy, opisy nebo rozmnoženiny závěrečné práce, jsem však povinen/povinna s nimi nakládat jako s autorským dílem a zachovávat pravidla uvedená v předchozím odstavci tohoto prohlášení.

Poř. č.	Datum	Jméno a příjmení	Adresa trvalého bydliště	Podpis
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				