

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ

KATEDRA PSYCHOLOGIE

ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST UČITELŮ

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Bc. Monika Drahotová

Učitelství pro SŠ, obor NJ - PS

Vedoucí práce: PhDr. Alexandra Aišmanová

Plzeň 2015

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni 15. dubna 2015

.....
vlastnoruční podpis

Poděkování:

Ráda bych na tomto místě poděkovala své vedoucí diplomové práce, paní PhDr. Alexandře Aišmanové, za pomoc, podporu, cenné rady a podnětná doporučení, kterých se mi od ní při zpracování této práce dostalo. Velký dík patří i mému příteli, který mi pomohl s grafickou stránkou mé diplomové práce.

V Plzni dne 15. dubna 2015

.....
vlastnoruční podpis

OBSAH

ÚVOD	6
I. TEORETICKÁ ČÁST	7
1. UČITELSKÁ PROFESE	7
1. 1 Vymezení pojmu učitel	7
1. 2 Charakteristiky učitelé profese	8
1. 2. 1 Profesně- demografické charakteristiky	8
1. 2. 2 Specifikace profesních aktivit učitele	9
1. 3 Nároky na učitelkou profesi	10
1. 3. 1 Sociální role učitele	10
1. 3. 2 Osobnostní předpoklady potřebné pro výkon učitelé profese	10
1. 3. 3 Profesionalizace školství	11
1. 4 Pracovní zátěž učitelů	12
1. 4. 1 Profesiografický rozbor učitelé profese	12
1. 4. 2 Pracovní prostředí	12
1. 4. 3 Učitelé stres a jeho důsledky	13
1. 4. 4 Syndrom burnout	13
2. ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST (KVALITA ŽIVOTA)	15
2. 1 Štěstí	15
2. 1. 1 Štěstí v širším a užším slova smyslu	16
2. 1. 2 Rozměry (dimenze) štěstí	16
2. 2 Radost	17
2. 3 Uspokojení potřeb	17
2. 4 Duševní rovnováha	18
2. 5 Zdraví	19
2. 6 Odolnost	19
2. 6. 1 Odolnost a práce	20
2. 7 Sociální vztahy	20
2. 8 Pracovní spokojenost	21
2. 8. 1 Pracovní spokojenost učitelů	21
2. 9 Úspěch	22
3. INFORMAČNÍ ZDROJE- DATABÁZE PRACÍ A ČLÁNKŮ NA TÉMA „ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST UČITELŮ“	23
II. PRAKTICKÁ ČÁST	24
1. Cíle a úkoly výzkumu	24
2. Metodika výzkumu	24
3. Charakteristika vzorku respondentů	25
4. Interpretace výsledků výzkumu	27
5. Shrnutí výzkumné části	49
ZÁVĚR	51
RESUMÉ	52
RÉSUMÉ	53
SEZNAM LITERATURY	54
SEZNAM PŘÍLOH	56

ÚVOD

Životní spokojenost by měla být prioritou každého člověka. Spokojeností se rozumí nejen současná, ale i celková, dlouhotrvající životní situace daného jedince. Životní spokojenost může být vedlejším úkazem, ale také výsledkem průběhu přizpůsobování se pracovním i mimopracovním, osobním podmínkám života člověka. Může také ovlivňovat naše budoucí bytí. Naši spokojenost hodnotíme podle rozdílu mezi skutečností a naším očekáváním.

Kvalitu života, nebo li životní spokojenost je velmi těžké definovat, jelikož je velmi mnohotvárná. V publikacích můžeme najít rozdílné atributy životní spokojenosti a jejich dělení. V předkládané diplomové práci jsou atributy kvality života rozděleny do několika základních skupin, okruhů, které mohou ovlivňovat životní spokojenost. S ohledem na rozdílnost lidí není možné obsáhnout všechny atributy spokojenosti, jelikož každého člověka dělá šťastným něco jiného.

Diplomová práce se zabývá tématem „Životní spokojenost učitelů“. Vzhledem k mému povolání a studovanému oboru mě zaujalo zaměření na profesi učitelů, kteří jsou v dnešní době vystavováni velkému psychickému napětí ve svém zaměstnání. Právě proto práce pojednává o úrovni spokojenosti učitelů. Práce je rozdělena do dvou částí- teoretické a praktické. Teoretická část pojednává o samotné učitelské profesi, jejích charakteristikách a nárocích na ni. Dílčí kapitola teoretické části se snaží zachytit a popsat co nejširší okruh atributů, které mají vliv na životní spokojenost člověka. Praktická část je tvořena samostatným výzkumem, jehož cílem bylo zjistit míru spokojenosti učitelů v jednotlivých podoblastech lidského života a porovnat ji v závislosti na délce vykonávané praxe ve školství. Přínosem diplomové práce by mělo být zjištění, jak délka praxe ovlivňuje životní spokojenost učitelů. K výzkumu byl použit nestandardizovaný dotazník, který vyplnilo 60 učitelů ze tří základních škol v Karlovarském kraji.

Bohužel se v dnešní uspěchané době zvyšuje počet nespokojených lidí, a proto by měl být naším cílem takový život, ve kterém bychom my sami byli spokojeni.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. 1 VYMEZENÍ POJMU UČITEL

O učiteli a učitelské profesi vznikla již celá řada odborné literatury nejen u nás, ale i v zahraničí. S pojmem učitel se setkáváme velmi často, ale téměř nikdy není tento pojem přesně definovaný. V každodenní, neodborné komunikaci je učitel chápán jako osoba, která vyučuje ve škole. Charakteristikami učitelské profese se zabývá mnoho výzkumů, úvah i plánů vzdělávací politiky po celém světě.

Autoři pedagogického slovníku definují pojem učitel jako: „Jeden ze základních činitelů vzdělávacího procesu, profesionálně kvalifikovaný pedagogický pracovník, spoluzodpovědný za přípravu, řízení, organizaci a výsledky tohoto procesu. K výkonu učitelského povolání je nezbytná pedagogická způsobilost. Tradičně byl učitel považován za hlavní subjekt vzdělávání, zajišťující ve vyučování předávání poznatků žákům. Současné pojetí učitele, vycházející z rozšířeného profesionálního modelu, zdůrazňuje jeho subjektivně-objektivní roli v interakci se žáky a prostředím. Učitel spoluvytváří edukační prostředí, klima třídy, organizuje a koordinuje činnosti žáků, řídí a hodnotí proces učení. Stoupá význam sociálních rolí učitele v interakci se žáky, v týmu učitelů, ve spolupráci s rodiči a komunitou. Specifické funkce učitele vyplývají z: 1. Rozdílného charakteru činností na určitých stupních a typech škol, jimž odpovídají příslušné aprobace; 2. Diferenciace rolí ve vzdělávacím procesu. Společenský status učitelského povolání v jednotlivých zemích je závislý na tradici a významu, který je přisuzován vzdělání ve společnosti (Průcha, Walterová, Mareš, 2003, s. 261).

Mezinárodně uznávané je také vymezení pojmu učitel, které definoval mezinárodní tým expertů OECD v publikaci *Education at a Glance: OECD Indicators* z roku 2001 jako: „Učitelé (teachers) jsou osoby, jejichž profesní aktivita zahrnuje předávání poznatků (transmission of knowledge), postojů a dovedností, které jsou specifikovány ve formálních kurikulárních programech pro žáky a studenty zapsané do vzdělávacích institucí. Kategorie učitel zahrnuje pouze pracovníky, kteří přímo provádějí vyučování žáků. Ředitelé škol, kteří nemají vyučovací úvazek, nejsou započítáváni mezi učitele“. Touto definicí se řídí také členské a kandidátské země EU při klasifikaci pedagogického personálu (Průcha, 2002, s. 21-22).

1. 2 CHARAKTERISTIKY UČITELSKÉ PROFESE

Učitelská profese je v mnoha ohledech velmi specifickou a náročnou činností, která se v hodně směrech odlišuje od ostatních profesí. Přináší s sebou spoustu problematických stránek, které kladou vyšší nároky na učitelovu psychiku než u jiných zaměstnání.

1. 2. 1 Profesně- demografické charakteristiky

●Velká profesní skupina

Na celém světě je kolem 30 milionů učitelů, a proto tato profese patří mezi duševně pracujícími k nejvíce zastoupeným. Školství má vysoký personální potenciál. Oproti devadesátým létům v České Republice narůstá od roku 2000 počet pracovníků ve školství. STATISTICKÁ ročenka z roku 2003 uvádí, že v roce 2002 pracovalo v resortu školství přes 309 tisíc pracovníků. Z tohoto počtu pracovníků je však jen 53, 9% učitelů. Zbytek tvoří pedagogičtí pracovníci. Tyto počty jsou bohužel nepřesné z důvodu kvantitativních změn, ke kterým ve školství dochází, nebo kvůli učitelům, kteří pracují na několika školách současně.

● Požadavek vysokého stupně kvalifikace učitelů

Podle Zákona č. 563/ 2004 Sb. o pedagogických pracovnících je po učitelích požadován vysoký stupeň vzdělání, nebo li vysokoškolská příprava. Většina učitelů v České republice je vysokoškolsky vzdělaná na problematiku vyučování. Výjimku tvoří učitelé mateřských škol a ostatní pedagogičtí pracovníci, u kterých však v budoucnu bude také vysokoškolská kvalifikace požadována. V tomto ohledu je příprava budoucích učitelů srovnatelná například s lékaři nebo dalšími vysoce kvalifikovanými profesemi.

● Vysoký podíl nekvalifikovaných pracovníků

Přesto, že většina učitelů v českém školství je vysokoškolsky vzdělaných, vyskytuje se zde stále ještě vleklý problém příliš vysokého počtu těch učitelů, kteří nemají vysokoškolské vzdělání, nebo ho mají, ale bez odborného pedagogického zaměření. Podle odhadů ministerstva školství se tento problém k 1. lednu roku 2014 týkal zhruba 13 000 pedagogických pracovníků, z nichž nejvyšší počet pracuje na středních odborných učilištích.

●Vysoký podíl žen mezi muži

Nejen v českém školství je vysoký stupeň feminizace, tedy velký podíl žen, které pracují ve školství, a do budoucna se nezdá, že by se poměr mezi ženami a muži měl zmenšovat. Podíl mezi ženami a muži ve školství je odlišný pro různé školské stupně. Čím vyšší školský stupeň, tím více mužů v daném typu školy pracuje.

● Vysoký věkový průměr učitelů

Věkový průměr učitelů se oproti feminizaci ve školství dá více korigovat a tyto statistiky jsou dynamičtější. Věková skladba pedagogických sborů je závislá především na sociálně politických podmínkách. V ohledu na mezinárodní srovnání si však české školství nevede ve věkové situaci špatně, což znamená, že například podíly mladých učitelů podle referátu školství Okresního úřadu v Liberci nejsou nepříznivé. Například v Libereckém kraji pracuje přes 42% učitelů mladších než 40 let.

1. 2. 2 Specifikace profesních aktivit učitele

● **Lidský vztah jako součást profese**

Učitelská profese patří k profesím, jejichž podstatou je práce s člověkem a osobní vztah ke druhým. Důležité je, aby učitele zajímaly problémy žáků, aby měl ke druhým pozitivní přístup a aby se ve své práci angažoval. V pomáhajících profesích, kam právě i učitelé patří, je důležitá empatie, porozumění a vnitřní osobní zájem o úspěchy či naopak řešení problémů. Bohužel ne u všech učitelů můžeme tento přístup najít. Angažovaný postoj učitele s sebou nese i negativní stránku, která ho může demotivovat a se kterou se vždy nemusí vyrovnat.

● **Komplexní charakter profese**

Aktivity a kompetence, spojené s prací pedagoga, jsou velmi různorodé. Na jedné straně je potřeba, aby učitel oplýval vynikajícími teoretickými znalostmi ve své aprobaci, na druhé straně však stojí schopnosti didaktické a sociální, které učitelé pomáhají se žáky lépe komunikovat, motivovat je k učení a organizovat a řídit vyučovací proces. Nejspíš neexistuje jiné povolání, které by mělo tak široký záběr požadavků na profesní aktivity a na „role“, které musí učitel během své kariéry hrát. Mezi učitelské role patří například: učitel jako vychovatel, utěšitel, terapeut, opatrovník, poradce, facilitátor, konzultant, druh, vypravěč, organizátor, vůdce, posuzovatel, kontrolor, dozorce, soudce, ale i umělec, krotitel, klaun atd. Havlík (1998, s. 95).

● **Otevřenost profese**

Výše bylo zmíněno, že učitelé jsou velkou profesní skupinou. Ještě s větším množstvím lidí jsou však učitelé v kontaktu a musí s nimi spolupracovat. Učitelství je mnohem více než jiné profese vystaveno veřejnému zájmu a sledování společností. Úzký a specifický vztah nemají učitelé jen se samotnými žáky, ale i rodiči či jinými příbuznými, spolupracovníky. Při řešení nejrůznějších problémů spolupracují učitelé i s úplně jinými lidmi z odlišných pracovních pozic. Každý učitel je závislý na spolupráci právě s těmito ostatními lidmi a podle toho se také odvíjí úspěšnost jeho práce.

● **Vysoké nároky na psychiku učitele**

Dalším charakteristickým rysem učitelského povolání jsou zvýšené nároky na psychiku. Psychický tlak je vyvolán mnoha faktory, které vycházejí právě ze samotné charakteristiky tohoto povolání. O těchto faktorech budu blíže psát v dalších kapitolách této práce. V učitelské profesi se často setkávají nejen zátěž psychická, fyzická, ale roli hraje i zátěž časová.

● **Charakteristiky profesní časové zátěže učitelů**

Délka pracovní doby učitelů je stanovena pracovním řádem (PRACOVNÍ ŘÁD pro zaměstnance škol a školských zařízení, 1996). Tato pracovní doba bývá někdy špatně chápána a interpretována veřejností či médií. Právě tato daná pracovní doba není odlišujícím znakem od ostatních profesí. Typickou charakteristikou učitelské profese jsou individuální rozdíly v časové náročnosti mezi jednotlivými učiteli. Tyto rozdíly v době, po kterou se učitel věnuje své práci, zjistil a zkoumal již v osmdesátých letech Pařízek (1998). Doba, po kterou se učitel své práci věnuje, se odvíjí od náročnosti úkolů, jaké si učitel klade a jak přísně posuzuje výsledky své práce. Právě v těchto individuálních rozdílech, které závisejí na pílí a ochotě samotného učitele, je tato profese velmi specifická (Urbánek, 2005, s. 13- 31).

1. 3 NÁROKY NA UČITELSKOU PROFESI

1. 3. 1 Sociální role učitele

Sociální role učitele je spojována s jeho sociálním statutem a pozicí. Uvažuje se o přijímání a hraní rolí. Se sociální rolí jsou také spojeny očekávání ve vztahu k učitelské profesi. U těchto očekávání sociální skupina (žáci, rodiče, spolupracovníci,...) kontroluje a odměňuje jejich plnění, případně jejich neplnění trestá. Očekávání vůči učiteli vycházejí ze školské legislativy, neformálních norem, tradic a místních zvyklostí. Pedagogická literatura uvádí několik vlastností, které jsou u učitelů žádoucí a které jsou od učitelů očekávány. Do těchto očekávání patří například pedagogický takt, schopnost seberozvíjení, schopnost komunikace, odborné znalosti a didaktické předpoklady, znalosti psychologie a pedagogiky, patřičné morální a charakterové vlastnosti (zodpovědnost, důslednost, svědomitost, sebeovládání,...), přiměřené vystupování ve škole i na veřejnosti apod. Dalším pojetím žádoucích očekávání od učitelů je profesionalita učitele. Tím se rozumí plné odborné zvládnutí a probace a schopnost efektivně řešit pedagogické problémy přesahující rámec předmětové odbornosti (Kurelová, 1998).

Očekávání obsahují někdy i rozpory- aby mohl učitel plnit všechna očekávání své sociální role, je nutné, aby si držel určitý odstup a nadhled. Do rozporu s profesionální rolí se mohou dostat i jiné sociální role, které učitel plní zároveň., například role rodičovská, nebo role kamaráda některých rodičů svých žáků. Učitel je běžně považován za reprezentanta svého zaměstnavatele (školy) a své profese, ovšem ne vždy musí být jeho osobnostní rysy v souladu s požadavky jeho zaměstnavatele. Dalším rozporem v očekávání od učitele souvisí se změnami ve společnosti- ať už jde o změny ekonomické, společenské, změny životního stylu nebo hodnotových orientací. Neúspěch žáků často neodborná veřejnost připisuje selháním učitelů. Součástí učitelské role je i určitá míra zodpovědnosti za žáky. Z této role se odvíjí požadavky na kontrolu vědomostí a chování žáků. Zahraniční výzkumy (např. M. B. Pierce, G. N. Molloy, 1990) však přináší informace o tom, že časté, rozsáhlé a nutné kontroly žáků způsobují právě těmto žákům, ale i učitelům pocit diskomfortu a úzkosti (Paulík, 1999, s. 38- 40).

1. 3. 2 Osobnostní předpoklady potřebné pro výkon učitelské profese

I osobnostní předpoklady mají vliv na efektivitu práce učitele. Těmito předpoklady jsou například: pedagogické myšlení, které se podle Průchy (1997) vztahuje k cílům, učivu, metodám a organizaci výuky i k jeho širším souvislostem (postoj učitele ke své profesi, roli, k žákům, rodičům, kolegům,...) Toto vrozené, nevědomé myšlení, které se spojuje s dalšími osobnostními dispozicemi, tvoří základ pro edukační činnost učitele. Další osobnostní charakteristiky, které jsou předpokladem pro dobrého učitele, například zodpovědnost, spolehlivost, důslednost, výkonnost a pracovní zaujetí jsou potřebné i k vykonávání jiných profesí. Učitelská profese vyžaduje neustálou koncentraci pozornosti při kontaktu se žáky (při výuce, vedení, kontrole). Učitel by měl být vybaven znalostmi o lidské psychice a měl by být schopen a ochoten dále rozvíjet své učitelské kompetence i po skončení vysokoškolského studia. Důležitá je také komunikace se žáky, ať už znalost zvláštností různých vývojových stádií, tak také srozumitelnost výkladu. S výkladem souvisí i stimulace jejich zájmu a motivace, dobrá organizace času výuky, ale také schopnost udržet ve třídě kázeň a řád. Přitom je důležitá také tvořivost, schopnost empatie a citlivého přístupu k žákům a tak dále.

Tyto nároky nemusí při dostatečné odolnosti a pracovní kapacitě ovlivňovat pracovní spokojenost, ale je možné, že některé z nich mohou za určitých podmínek v tomto ohledu působit negativně, převážně v případech, kdy nároky nabývají povahy stresorů (Paulík, 1999, s. 45- 47).

1.3.3 Profesionalizace školství

Společenský kontext v celosvětovém měřítku vznáší nové požadavky na učitelskou profesi. Jedním z těchto požadavků je snaha o profesionalizaci učitelství. Profesionalizace je v literatuře charakterizována těmito znaky:

- soubor profesních, expertních znalostí a dovedností, které výrazně odlišují profesionála od laika
 - dlouhá doba speciálního výcviku
 - smysl pro službu veřejnosti, celoživotní angažovanost a oddanost práci a klientům
 - etický kodex
 - existence profesních komor, které pečují o profesní etiku
 - kontrola nad licenčními standardy nebo požadavky na výkon profese
 - autonomie rozhodování o vybraných sférách činnosti
 - odpovědnost za výkon činnosti
 - vysoká úroveň důvěry, autority a sociální prestiže ve společnosti, vysoký ekonomický status
- Bohužel u nás nejsou učitelé oproti zahraničí všechny tyto požadavky zcela naplňovány (Krykorová, Váňová, 2010, s. 36- 38).

1.4 PRACOVNÍ ZÁTĚŽ UČITELŮ

1. 4. 1 Profesiografický rozbor učitelské profese

Profesiografie je popis, analýza a hodnocení skutečné práce učitelů z různých hledisek. Nejčastěji jde o obecné, lékařské a psychologické hledisko. Tato analýza učitelské profese se provádí na základě informací získaných pozorováním pracovních činností, dotazováním učitelů, žáků a nadřízených. Výsledkem tohoto rozboru je profesiogram. Profesiogram je časový záznam všech pracovních aktivit během jednoho týdne, který provádějí dobrovolně spolupracující učitelé. Z profesiogramů se vyvozují poznatky o pracovní zátěži učitelské profese (Průcha, Walterová, Mareš, 2001, s. 180).

V učitelském povolání převažují intelektuální činnosti nad fyzickými. Cílem profese je výchova nové generace odpovídající společenským potřebám. Stanovení těchto potřeb je bohužel velmi složité (Paulík, 1999, s- 41- 42).

Kurelová ve své publikaci z roku 2000 popisuje profesiogram z výzkumu o souboru 160 učitelů nižšího a vyššího vzdělávacího stupně škol z celé republiky, kteří zaznamenávali své pracovní činnosti jeden týden. Z tohoto výzkumu a nezávislého výzkumu (Urbánek, 1999) vyplývají tyto poznatky o práci učitele: Nejvíce zastoupenou činností je samotné vyučování- to zabírá 1/3 času z pracovní doby, druhou třetinu týdenní pracovní doby zaujímají činnosti související s vyučováním (přípravy na vyučování, opravy žákovských prací, ...) jednotlivé činnosti ve zbývajícím čase získávají jen malý podíl, z nichž nejvyšší procento mají další služby ve škole, jako například dozory (11,8%), zájmové kroužky (1,4%), spolupráce s rodiči (1,9 %) atd.

Z tohoto a jiných profesiogramů stále není zcela jasná znalost o skutečných pracovních činnostech učitelů a jejich časové rozložení. Tyto profesiogramy s sebou nesou určité problémy: velké individuální rozdíly mezi jednotlivými učiteli či rozdíly mezi jednotlivými stupni škol, na kterých učitel pracuje, jelikož pro každý stupeň školy platí jiné specifické znaky a nároky (Průcha, 2002, s. 38-43).

1. 4. 2 Pracovní prostředí

Většina škol nabízí svým zaměstnancům dostatek prostoru a vybavení k přípravě na vyučování i na samostatné vykonávání práce. Škola je však budovou, kde se na celkem malém místě setkává velké množství lidí, a proto jsou učitelé vystaveni požadavkům své práce i mimo přímou pracovní dobu- vyučovací hodiny. Učitelé se mohou se žáky setkávat a potkávat také mimo budovu školy, což znamená, že by se učitelé měli chovat profesionálně, i když opouští pracoviště. Pařízek (1988, s. 18)

V učitelské praxi jsou důležité materiální a sociální podmínky. Z materiálního hlediska je nejdůležitější vybavení učeben (například různorodými didaktickými či technickými pomůckami), knihoven či pracoven učitelů. Učitelé tráví nejvíce času ve sborovně spolu s ostatními učiteli, nebo ve svém kabinetu. Důležitý je také dostatečný prostor jak pro žáky, tak i pro učitelský sbor.

Nejdůležitějším sociálním aspektem ve škole je vztah a komunikace se žáky, spolupracovníky a nadřízenými. Méně často dochází ke kontaktu s rodiči, nebo s lidmi z jiných profesí. U rodičů, především na základní škole a u problémovějších žáků, bohužel dochází k nezájmu o spolupráci s učiteli. Vztahy mezi učiteli i v interakci učitel- žák se dělí na vztahy formální a neformální (Paulík, 1999, s. 44- 45).

Sociální klima ve škole může být důležitým činitelem efektivity práce školy, včetně kognitivních výsledků žáků. Dobré sociální klima dodává žákům jakousi „přidanou hodnotu“- žádoucí model fungující komunity. Učitelé tak mohou lépe působit na úroveň postojů, názorů, přesvědčení, sdílených hodnot atd. Sociální klima také ovlivňuje budoucí sociální a profesní orientaci žáků a je dobrým indikátorem kvality práce školy a vypovídá o fungování školy (Pol, 2007, s. 14- 21).

1. 4. 3 Učitelský stres a jeho důsledky

Specifické stresory učitelské profese:

- Emocionální únava- Je zapříčiněna tím, že v tomto povolání není hodnocen jen výkon člověka, ale i jeho chování. Učitel pořád vystupuje před svými žáky a musí tak upravovat své interpersonální reakce.
- Časový stres- Učitel je mu často vystaven. Výzkumy ukazují, že více neurotizující je pro učitele časový stres, v němž je práce vykonávána, než samotné množství práce.
- Konflikt rolí- Je důsledek pozičního pluralismu, který je u povolání učitele velmi silný (například u žen je obtížné sloučit roli učitelky s rolí manželky či matky).
- Vnitřní konflikt- Je konfliktem mezi emoční a racionální složkou postoje. Učitel se často dostává do situací, ve kterých prožívá tento druh konfliktu. Například u hodnocení a klasifikaci žáků, nebo jednání s rodiči neprospívajících.
- Permanentní svázanost s pracovní problematikou- Učitel se často zabývá pracovními problémy i ve svém volném čase.
- Nepravidelná pracovní doba- Je dána rozvrhem hodin, jež způsobuje problémy s vytvářením pevného dynamického stereotypu. Jiřincová, Holeček, Miňhová (1996, s. 39)

Již spousta autorů se ve svých výzkumech věnovala zátěžovým situacím u učitelů. Fontana (1997) zjistil, že téměř 72% učitelů trpí mírným stresem a 23% silným stresem. Podle Mlčáka (1994) pociťuje téměř třetina učitelů silný stres. V dalších výzkumech se u učitelů na základních školách ukazuje, že trpí zvýšeným neuroticismem, obvykle u 40% zkoumaných osob (Miňhová, 2000). Hlavní zdroje stresu jsou podle Vašiny (1997): nedobrá motivace žáků, nedisciplinovanost žáků, špatné pracovní podmínky, časová tíseň a konflikty s kolegy. Stresující faktory učitelské profese, které stanovili Kyriacou a Sutcliffe (1978) jsou: žáci se špatnými postoji a nedostatečnou motivací ke školní práci, špatná všeobecná kázeň žáků a rušení vyučování, časté reorganizace ve škole a změny učebních programů, špatné pracovní podmínky, problémy s časem, konflikty s kolegy a spolupracovníky a nedostatečné společenské hodnocení práce učitele (Holeček, 2002, s. 33- 34).

1. 4. 4 Syndrom burnout

„Burnout efekt“ pochází z angličtiny a znamená vyhoření, vypálení. Vyčerpání fyzických a psychických sil, ztráta zájmu o práci, eroze profesionálních postojů, které se především projevují u pracovníků tzv. pomáhajících profesí (sociální pracovníci, poradci, pedagogové, zejm. speciální). Značný podíl na tomto jevu mají stres, časová náročnost povolání, administrativní zásahy, které rušivě ovlivňují práci apod. Prevencí je osvojení si technik předcházení a management času, oddělení práce a osobního života a snaha o profesionální růst (Průcha, Walterová, Mareš, 2001, s. 26).

Povolání učitele patří podle výzkumu SZÚ z roku 2009 mezi jedno z nejvíce ohrožených zaměstnání, u kterých se může vyskytnout syndrom vyhoření. Burnout syndrom probíhá v několika fázích, které každý autor popisuje a člení jinak. Některé příznaky syndromu

mohou být zjevné, některé jsou skryté a téměř nepoznatelné. Příznaky můžeme rozdělit do třech podkategorií: psychické (pocit vyčerpání, negativní postoj k práci, pocit neúspěchu, ztráta zájmu o práci, nemotivovanost, deprese, úzkosti, pocit smutku, sebelítost a celkové utlumení atd.); fyzické (únava organismu, poruchy spánku a krevního tlaku, rychlá unavitelnost, problémy se zažíváním, sklony k závislostem, celkové napětí, ...) a příznaky ve vztahu k sociálním vztahům (nízká empatie; omezení komunikace s lidmi, se kterými přichází do styku v práci; nechuť k práci či častější konflikty s okolím) (Vosečková, Hrstka, 2010, s. 29-32).

2. ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST (KVALITA ŽIVOTA)

Pojem životní spokojenost nebo kvalita života je velmi těžko definovatelný, v souvislosti s ním je uváděno několik různých pojmů. Téma životní spokojenosti se prolíná v mnoha společenských oblastech a v mnoha vědních oborech. Každý člověk žije odlišným životem, s individuálními rozdíly a rozdílné jsou u každé osoby i podmínky pracovní. Spokojenost je pro každého člověka velmi důležitá jak po stránce pracovní, tak i po stránce osobního života. Poprvé se pojem „kvalita života“ objevil ve dvacátých letech minulého století v USA ve spojení s ekonomickou situací nižších, chudších vrstev. Výzkumy životní spokojenosti byly poprvé prováděny mezi 60. - 70. lety 20. století, také v Americe a zkoumaly ukazatele spokojenosti a stavu společnosti v ohledu na ekonomické a sociální podmínky. V posledních 20- ti letech se výzkumy zaměřují na subjektivní ukazatele spokojenosti, zaměřené především na zdraví respondentů. V České Republice se již od roku 1989 životní spokojeností zabývají (kromě jiných) například Jaro Křivohlavý a Eva Dragomirecká ve spolupráci s Psychiatrickým centrem v Praze (Vaňurová, Mühlpachr, 2005 s. 5 – 10).

2. 1 Štěstí

Štěstí nemá jednu konkrétní podobu, nemůžeme ho konkrétně pojmenovat. Pro každého člověka představuje štěstí něco jiného. Můžeme se s ním setkávat na různých místech a při různých příležitostech. Asi každý člověk chce být ve svém životě šťastný. Důležité je vědět, že alespoň chvíli a alespoň trochu byl ve svém životě šťastný každý. Šťastní lidé jsou ve svém životě spokojenější, aktivnější a v mnoha směrech také úspěšnější. Štěstí můžeme najít v cílech, které si klademe, ale může být také dílčí cíl k dosažení cílů dalších. V životě se setkáváme s různými vlivy, které naše štěstí ovlivňují jak pozitivně, tak i negativně, což znamená, že intenzita štěstí není po celý život stejná. Na Univerzitě třetího věku v Praze byl mezi jejími studenty proveden výzkum, ve kterém byli starší lidé dotázáni, kdy ve svém životě zažili pocit štěstí. Výsledkem byla spousta rozdílných odpovědí a většina se týkala prožitků s blízkými lidmi. Nezazněla však žádná odpověď spojená s materiální stránkou- nikdo za svůj šťastný zážitek nevybral chvíli, která by byla díky penězům či majetku. Na štěstí se můžeme podívat z několika různých pohledů- jak se na štěstí dívají lidé kolem nás, jak se na štěstí dívali filosofové a v neposlední řadě se také seznámit s tím, co o štěstí zjistili psychologové. Štěstí můžeme hodnotit podle jeho rozměrů.

Pokud mluvíme o šťastném člověku, máme jistě určitou představu o tom, co to je být šťastný. Tento stav člověka můžeme vyjádřit slovem „šťastný“, ale existuje i mnoho podobných, významově příbuzných slov a výrazů, které mohou souviset s pocitem štěstí. V psychologických publikacích se při definici slova štěstí setkáváme s dvěma termíny- „šťěstí“ (happiness), které je ještě upřesněno podle teoretického pojetí, například štěstí (subjektivně vyjádřené sdělení toho, jak mi je dobře či blaze) a také „pocit pohody“ (well - being), který je doplněn ještě o pojetí autora, např. well - being (Ed Diener). Barvitost těchto výrazů, objasňujících pocity štěstí, se objevuje nejen v běžné komunikaci mezi lidmi, ale také v odborných psychologických publikacích. Cílem je co nejpřesnější definování tohoto termínu. Pro pocit štěstí je také velmi důležitá vlastní aktivita jedince a člověk by neměl spoléhat na náhodu či pomoc druhých (Křivohlavý, 2013, s. 9- 14).

2. 1. 1 Štěstí v širším a užším slova smyslu

Štěstí v užším slova smyslu:

- pojmenováno také jako štěstí hédonické
- „*horizontální štěstí*“= má velké množství přirozených- smyslových zážitků
- typickým znakem a typickou vlastností je emoce
- je nazýváno jako „*štěstí jednorozměrné*“= posuzuje se jen podle úrovně intenzity štěstí

Štěstí v širším slova smyslu:

- hodnotí se podle většího okruhu podnětů a trvá delší dobu, není jen momentální
- hlavní podstatou je kvalita dobrého života
- má rozměr horizontální, ale i vertikální= přesahuje štěstí jednoho člověka
- je nazýváno jako „*autentické štěstí*“= je skutečné, opravdové a výplodem je rozkvět osobnosti
- je určeno větším množstvím dimenzí štěstí (Křivohlavý, 2013, s. 23- 24)

2. 1. 2 Rozměry (dimenze) štěstí:

Když chceme definovat štěstí, je nutné se zamyslet nad tím, co vlastně tím štěstím máme konkrétně na mysli.

Rozsah štěstí

Závisí na počtu osob a velikosti skupiny lidí, které štěstí společně prožívají. Je rozdíl mezi individuálním pocitem, nebo například o obecném štěstí některých národů a podobně.

Doba trvání štěstí

Někteří lidé mohou být šťastní po celý svůj život, druzí mohou cítit štěstí jen v krátkých intervalech.

Intenzita štěstí

Síla štěstí může být velmi intenzivní, lidé prožívají tyto pocity velmi silně (například, když vyhrají velkou sumu peněz), na druhé straně stojí také štěstí tiché (například staří manželé, kteří vzpomínají na minulost)

Kvalita štěstí

Štěstí může plynout z různých situací, ne vždy jsou tyto situace slušné a dobré. Šťastný může být například zloděj, kterému se povedlo něco ukrást. Společnost by jistě toto štěstí odsoudila. Naopak lékař, který někomu zachrání život, má jistě právo na štěstí mnohem opodstatněnější (Křivohlavý, 2013, s. 9 – 14).

2. 2 Radost

Radost je emocí velmi blízce příbuznou s pocitem štěstí. V některých publikacích můžeme dokonce radost najít jako synonymum ke slovu štěstí, nebo může být jeho vygradovanou obměnou. Podle M. Nakonečného se dá radost definovat jako: „*Zvláštní emoce, spojená se ziskem či úspěchem. Jako pozitivní a příjemný emocionální požitek může být radost podobně jako štěstí také výsledkem příznivé shody okolností, na níž neseme jen minimální či žádnou zásluhu, nebo může být výsledkem našeho úsilí*“ (Nakonečný, 1997, s. 47).

K tomu, abychom mohli mít radost, je nutné vynaložit určité úsilí, měli bychom dosáhnout určitého cíle, měli bychom uspokojit své potřeby, touhy a měli bychom dosáhnout něčeho nového a zvláštního. S ohledem na předchozí vytyčení podmínek radosti by mělo dojít díky radosti k obohacení života každého člověka. Radost s sebou nese také společenský rozsah. Při prožívání pocitů radosti máme potřebu se o tuto radost dělit s ostatními. Ne vždy se však dostane pochopení ze strany ostatních a může tak u druhých lidí vznikat negativní jev, závist nebo žárlivost. Nejen pocity štěstí, ale i pocity radosti jsou u lidí vnímané a prožívané odlišně. Důležité je říci, že každý člověk prožívá radost jinak. Odborníci z řad psychologie se domnívají, že to, jestli je člověk šťasten, nebo nešťasten a to, jak prožívají pocity radosti, se odvíjí od biologických činitelů jeho osobnosti. Z výsledků některých výzkumů můžeme například zjistit, že existuje vztah mezi pozitivními emocemi, větší mírou radosti a extroverzí, nebo naopak to, že spolu souvisejí negativní emoce, menší výskyt radosti a introverze. Míra radosti souvisí také s prožívanými událostmi. Například pokud člověk ve svém životě prožívá složitější situace, jeho míra radosti se sníží, avšak poté, co se situace vyjasní, radost se člověku opět vrátí do výchozí míry. Temperamentem je ovlivňována radost z toho důvodu, že každý typ temperamentu (sangvinik, flegmatik, melancholik a choleric; nebo introvert x extrovert) vnímá zcela odlišně své okolí a to, co se v něm děje (Křivohlavý, 1994, s. 111 – 115).

2. 3 Uspokojení potřeb

Potřeby jsou nejdůležitější hnací silou, motivací k tomu, aby člověk vyvíjel aktivitu v jakémkoliv odvětví. Při uspokojování potřeb dochází k probuzení a vzbuzení činnosti lidského organismu. Požitky z uspokojování potřeb bývá vždy velmi příjemný. Tyto požitky však netrávají dlouho a brzy se objeví touha po uspokojení jiné potřeby. Ne vždy musí být uspokojení potřeb spojené s pohybem, nebo nějakou aktivitou. Může docházet k naplňování potřeb pomocí klidového stavu, relaxace a odpočinku. Zdroj uspokojení potřeb mohou někteří lidé najít v kognitivních aktivitách. Potřeby se dělí právě podle druhu jejich uspokojení. Jedno z nejznámějších dělení je Maslowovo hierarchické dělení potřeb

Uspokojení potřeb může být někdy ovlivněno a narušeno v ten okamžik, kdy člověk přijde na chyby a nesoulad, které se týkají předmětu, který ho zajímá. Při neuspokojení těchto potřeb dochází k emocionálně negativní reakci, frustraci. Frustrace propuká v okamžiku, kdy nejsou uspokojeny potřeby, po kterých člověk touží, nebo pokud v uspokojení potřeby stojí nějaká překážka. Člověk na frustraci reaguje podrážděně směrem k sobě a okolí.

Žádný člověk nevydrží dlouho v nečinnosti. I ve chvíli, kdy jsou zdánlivě uspokojeny všechny potřeby, se objeví nové, další (Paulík, 1999, s. 9 – 11).

2. 4 Duševní rovnováha

Duševní rovnováha znamená nepřítomnost špatných vnitřních pocitů a negativního napětí. Duševní rovnováha je velmi často dáována do spojitosti s životní spokojeností. Duševní rovnováhu lze dosáhnout pomocí účelného přizpůsobení se vnějšímu světu a jeho stále se měnícím podmínkám. J. Piaget uvedl, že duševní rovnováhy lze dosáhnout při úspěšné rovnováze mezi přizpůsobením se a splynutím s prostředím. Pokud chceme charakterizovat člověka, který zvládl adaptaci dobře, představíme si člověka, který hravě řeší životní úkoly. Naopak osoba, která se nezvládla ideálně adaptovat, bude mít problémy s překonáváním překážek. V tomto ohledu se musíme zaměřit na vnitřní stránku jedince, jeho spokojenost se světem a se sebou samým.

V biologické rovině se rovnováha nazývá homeostáza, nebo-li rovnovážný stav organismu. Naproti tomu je psychická rovnováha dynamická, jelikož člověk touží po klidu, ale zároveň po změně a pohybu. V tomto případě je hlavním úkolem docílit toho, co v daném okamžiku jedinci vyhovuje nejvíce. Sociální rovnováha usiluje o harmonii mezi sociálním postavením daného člověka a jeho očekáváním a skutečnými schopnostmi (Paulík, 1999, s. 13 – 15).

K dosažení duševní rovnováhy je potřeba myslet na určitá pravidla. Jedinec by měl přijímat jen takové sociální a profesní role, které jsou vlastní jeho osobnostním rysům; měl by ctít pozitivní hodnoty; měl by být spokojen se svým životem; měl by mít pozitivní myšlení a patřičné sebepojetí a sebehodnocení (Jiřincová, Holeček, Miňhová, 1996, s. 7).

2. 5 Zdraví

Zdraví je základní a tradiční hodnota, kterou ctí každý člověk. S věkem však stoupá míra důležitosti, kterou přisuzujeme právě zdraví. Zdraví můžeme definovat jako nepřítomnost nemoci a jako správné fungování našeho organismu. Podle WHO (Světová zdravotnická organizace) je zdraví definováno jako stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody. V rámci této definice a tohoto pojetí je kladen důraz na subjektivní pocity. Toto pojetí zdraví přistupuje k osobnosti jako k celostní bio- psycho- sociální jednotě. V dnešní době se upouští od negativního pojetí zdraví, které je chápáno pouze jako nepřítomnost nemoci a čím dál více se upřednostňuje pozitivní definování zdraví. Pozitivní zdraví můžeme vysvětlit jako přístup, jehož řešením je pozitivní přístup, víra v to, že nemoc můžeme ovlivnit= nemoc (negativní vlivy) jsou zvládnutelné a překonatelné. V rámci tohoto přístupu můžeme z velké části ovlivňovat míru našeho zdraví (Paulík, 1999, s. 15 – 16).

Ze tří skupin aspektů zdraví (somatické, psychické a duchovní) jsou zde uvedeny jen některé, vybrané aspekty:

Somatické aspekty zdraví: Dýchání je pravidelné, organismus vykazuje dobrý tonus, kůže je teplá a dobře prokrvená, oči navazují kontakt a září.

Psychické aspekty zdraví: Být beze strachu, pokud nehrozí žádná nebezpečí; člověk je schopný vyjadřovat pocity a umí se rozhodnout.

Duchovní aspekty zdraví: Schopnost přijmout vlastní zodpovědnost; spojení s hodnotami, které člověk ctí.

Důraz by však měl být kladen především na individualitu každého jedince (Jiřincová, Holeček, Miňhová, 1996, s. 4 – 6).

2. 6 Odolnost

Na životní spokojenost člověka může mít velký vliv i jeho psychická odolnost vůči stresu, problémům, konfliktům a dalším zátěžovým situacím. Odolnost obsahuje všechny životní podmínky a způsoby chování, které jsou důležité pro životní spokojenost a které kladou důraz na osobní hodnocení a prožívání dané osoby (Paulík, 2010, s. 128 – 129).

Odolnost osob je závislá především na uspořádání osobnostních rysů daného člověka. Například voluntarismus je přesvědčení, které staví na první místo sílu vůle, která ovlivňuje odolnost člověka během zátěžových situací. Ukázalo se, že dalšími důležitými faktory pro pevnou odolnost jsou také přiměřená snaha a emocionalita. Například Sigmund Freud stavěl v minulosti do popředí sílu ega, které rozhoduje o odolnosti člověka. V dnešním období se vědci přiklánějí k tomu, že odolnost je interakce mezi situačními proměnnými a jedincem. Odolnost vůči stresu a náročným životním situacím se v dnešní době chápe jako odolnost vůči negativnímu zdravotnímu dopadu stresu. Bohužel je dnes brán stres jako běžná součást života a obklopuje každého jedince. Pomalu se začíná ztrácet právě pojem „odolnost vůči stresu a zátěžovým situacím“, ale spíše se pracuje s pojmem přizpůsobivost, pružnost ke stresu, nebo přizpůsobivost ve stresovém stavu (Hošek, 1999, s. 58 – 60).

2. 6. 1 Odolnost a práce

K tomu, aby člověk dobře vykonával svou práci, je nutné, aby si dobře zvykl na pracovní zátěž. S pracovní zátěží jsou spojeny i další pracovní požadavky, jakými jsou i kompetence, fyzická zdatnost nebo výkonnost. S těmito nároky souvisejí i určité osobní předpoklady, díky kterým se člověk lépe či hůře vyrovnává s pracovní zátěží. K posouzení náročnosti v pracovním prostředí lze použít stupnici náročnosti pracovních událostí (např. propuštění ze zaměstnání, pracovní úraz, změna pracovní náplně, ...), kterou sestavili v roce 1967 T. Holmes a R. Hahe. Převážná zátěž v produktivním věku je právě zátěž pracovní, na kterou je nutné vynakládat většinu lidské odolnosti. Pracovní kapacita je název pro soubor předpokladů, s jakými je schopen se člověk vyrovnat s pracovní zátěží a ukazuje na kondici pracovního přizpůsobení daného člověka. Tato pracovní kapacita ukazuje velikost námahy, kterou člověk musí vynaložit, aby odolal pracovní zátěži. Nadměrné vynaložení sil kvůli odolnosti vůči pracovnímu stresu vede k narušení zdraví, zhroucení a při vleklém stavu může dojít k profesionálním deformacím, nebo chorobám z povolání, například syndromu vyhoření, které bylo zmíněno výše. Důležitou prevencí je zajištění dostatečného množství volného času, které člověk může trávit při svých koníčcích a odpočinkem (Paulík, 2010, s. 135 – 138).

2. 7 Sociální vztahy

Sociální vztahy můžeme nazvat jakékoliv vztahy mezi dvěma lidmi. Právě tyto sociální vztahy s sebou nesou neskutečné množství různých emocí. Některé mezilidské vztahy mohou vyvolávat pocity štěstí a spokojenosti, jiné zase vyvolávají negativní atmosféru a emoce. Pro naprostou většinu lidí je důležité s někým druhým udržovat sociální vztah. Ve výzkumu, který psychologové provedli mezi studenty, 78% z nich odpovědělo, že by jim největší radost udělala láska (Myers, 1999, s. 374).

Do sociálních vztahů však nepatří jen láska, ale i vztahy mezi kamarády, vztahy v rodině, nebo například vztahy mezi kolegy v práci. Podle psychologických šetření jsou výrazně více spokojeni ti lidé, kteří ve svém životě upřednostňují dobré vztahy s ostatními lidmi než ti, kterým jde o vyšší kariéru a moc. Největší zásluhu na spokojenosti člověka mají dobré vzájemné vztahy v rodinném prostředí. Velká pozornost je v rámci sociálních vztahů věnována také potřebě někam patřit. Je však nutné dodat, že životní spokojenost určuje více faktorů a nejen dobré sociální vztahy (Křivohlavý, 2013, s. 39 – 41).

Podmínkou ke spokojenosti v rámci sociálních vztahů je objektivní a přesné vnímání druhého člověka. Může se totiž stát, že stejného člověka vidí dva lidé zcela odlišně a mohou tak vznikat konflikty. Tento jev je způsoben skutečností, že člověk vnímá na základě svých subjektivních zkušeností. Vnímání druhých je také odvozeno od našeho aktuálního rozpoložení a naší nálady. Nálada člověka může zcela změnit i vnímání sebe sama a pohled na vlastní schopnosti a možnosti. Dalším důležitým kritériem pro vnímání druhé osoby je také náš aktuální zdravotní a tělesný stav, protože pokud je člověk například unavený, nebo nemocný, vnímá vnější skutečnost více negativně než za normálních okolností (Míček, 1984, s. 119 – 120).

Upřednostňované determinanty, ovlivňující pozitivní sociální vztahy, jsou podle výzkumu Juraje Četečky tyto charakterové vlastnosti: Upřímnost a důvěra; porozumění, ochota pomoci a obětavost; družnost, přátelskost a společenskost; laskavost, přívětivost a dobrosrdečnost; slušnost, zdvořilost a jemnost; shoda názorů, zájmů a povah; veselost, humor a optimismus; skromnost a schopnost ocenit druhé. Právě tyto charakterové

vlastnosti napomáhají člověku utvářet dobré sociální vazby a zvyšovat tak jeho spokojenost (Míček, 1984, s. 129).

2. 8 Pracovní spokojenost

Z výzkumů vyplývá, že spokojenost v práci velmi koresponduje s úrovní celkové životní spokojenosti. Tento jev je jistě způsoben tím, že lidé (nejčastěji v produktivním věku) tráví velkou část každého dne právě ve svém zaměstnání. Stejně tak však celková životní spokojenost ovlivňuje spokojenost člověka v práci. Ze studií Cantora a Sandersona z roku 1999 vyplývá několik faktorů, které ovlivňují právě pracovní spokojenost:

- identita úkolu= to, o co v samotné práci běží
- signifikance= důležitost a obecná hodnota úkolů
- variabilita= příležitost vykonávat práci mnohotvárně, větším množstvím způsobů
- autonomie= nezávislost a samostatnost při výběru postupu práce
- zpětná vazba= vědomí účinku a efektu vlastní práce

Práce, které v sobě nesou i tyto faktory, patří k pracím, které jsou schopny člověka více uspokojit. Dalšími zásadními činiteli pracovní spokojenosti jsou také peněžní ohodnocení, možnost kariérního i odborného růstu, ale také spolupracovníci a nadřízení.

Spokojenost s prací ovlivňují také osobnostní charakteristiky člověka či jeho chování v pracovním prostředí. V tomto ohledu je důležitá motivace osoby pro práci (Křivohlavý, 2013, s. 43 – 47).

2. 8. 1 Pracovní spokojenost učitelů

Pracovní spokojenost má velký vliv na vykonávání práce učitele. Z pohledu veřejnosti a pod tlakem médií je pohled na pracovní spokojenost učitelů velmi negativní. Hodně často se setkáváme s pohledem na frustrovaného a nešťastného učitele. Pracovní spokojenost učitelů se podle některých výzkumů (srov. Mareš, 2000, 2001) naštěstí nejeví zcela záporně a vyvrací tak názor veřejnosti. S pracovní spokojeností učitelů je úzce spjatá pracovní zátěž. Nespokojení některých učitelů vzniká při kladení nadměrně vysokých nároků na vykonávání jejich práce (Průcha, 2002, s. 75 – 79).

Výzkumů na pracovní spokojenost učitelů v České Republice moc neproběhlo. Nejvíce zásadní výzkum provedl v roce 1999 Karel Paulík, který ve svém výzkumu oslovil 1280 učitelů- 924 žen a 356 mužů ze všech typů škol z celé České Republiky. Za metodu výzkumu bylo zvoleno několik dotazníkových technik, například *Inventář hodnocení spokojenosti učitelů*. Ze zmíněného výzkumu vyplývají tyto výsledky:

- Na všech typech škol jsou častěji spokojeny ženy.
- Nejvíce spokojených je mezi učiteli vysokých škol, naopak nejméně spokojeni jsou učitelé z druhého stupně škol základních.
- Velký rozdíl v pracovní spokojenosti je také mezi učiteli 1. a 2. stupně ZŠ. Vyšší pracovní spokojenost vykazují podle výzkumu učitelé 1. stupně (Paulík, 1999, s. 59 – 75).

Dalším důležitým výzkumem pro zjištění pracovní spokojenosti učitelů byl výzkum J. Solfronka a P. Urbánka z roku 2000, ve kterém autoři dospěli k následujícím závěrům:

„Celkově lze konstatovat, že obraz učitele vyplývající z jeho postojů je mnohem příznivější, než jak je často laicky a mediálně prezentován. Je potěšitelné, že v rozhodující většině se naši učitelé jeví jako osoby vstřícné vůči žákům, ochotné se vzdělávat a jsou učitelskou profesí většinou uspokojeny“ (Urbánek, 2000, s. 188).

2. 9 Úspěch

Úspěch může být výsledkem lidského snažení, někdy ho však můžeme připsat i šťastné náhodě. Ve většině případů je k prožití úspěchu potřeba určitých schopností, dovedností, ale také záleží na vnějších okolnostech. Zároveň by se vždy měl člověk při dosahování úspěchu chovat a dodržovat etické zásady, které zaručují slušné chování. Z tohoto důvodu by se člověk neměl hnát za úspěchem za každou cenu a měl by upřednostnit slušné chování.

Naproti úspěchu je znám i opačný pocit, pocit neúspěchu, který občas může prožít každý. I během snažení se dosažení úspěchu se mohou objevit některé negativní pocity a emoce, jako například strach ze selhání, nebo vnitřní napětí při nadměrném vydávání sil.

Rozhodujícím faktorem při dosahování úspěchu je tzv. aspirační úroveň. Aspirační úroveň je definována jako výkonová motivace, se kterou vykonáváme určitou činnost. Míra pocitu úspěchu je většinou odvozena podle míry naplnění právě těchto očekávání. Čím vyšších a lepších výsledků oproti očekávání bude člověk dosahovat, tím větší by měla být jeho spokojenost. Úspěch i neúspěch mohou ovlivňovat úroveň aspirace. To znamená, že pokud například jedinec bude zažívat častěji pocit neúspěchu, sníží se i jeho motivace pro další činnosti. Nejčastějším jevem, vyplývajícím z úspěchu, je zvýšení aspirační úrovně; naopak u neúspěchu se úroveň aspirace snižuje.

Podle některých teorií hraje úspěch v pracovní motivaci klíčovou roli. Člověka však nutí pracovat a jednat na jedné straně touha po úspěchu a spokojenosti z dosažení cíle, na druhé straně stojí potřeba vyhnout se neúspěchu a strach ze zklamání (Paulík, 1999, s. 11 – 12).

3. INFORMAČNÍ ZDROJE- DATABÁZE PRACÍ A ČLÁNKŮ K TÉMATU „ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST UČITELŮ“

Práce na téma „*Životní spokojenost učitelů*“ byly hledány na zahraničních i českých databázích. Článků a publikací na toto téma, nebo článků a publikací příbuzných s tímto tématem, bylo objeveno několik desítek. Pro představu jich bylo několik nejvýznamnějších vybráno a popsáno níže.

Knihovna Západočeské univerzity má předplacenou zahraniční databázi Ebsco. Najdeme ji na internetové adrese <https://www.ebsco.com/>. V této databázi byly zadány následující kritéria k vyhledávání: Recenzovaná periodika kvůli zajištění větší kvality vyhledaných prací; z důvodu aktuálnosti vyhledávaných prací byl zvolen datum vydání mezi roky 2010 – 2015. V logickém výrazu bylo vyplněno heslo *Life satisfaction of teachers* (životní spokojenost učitelů), což je zároveň téma předkládané diplomové práce. V tématech, do kterých by měly vyhledané práce patřit, byla zaškrtnuta témata *psychological aspects* (psychologické aspekty) a *social aspects* (sociální aspekty). Databáze našla 3 výsledky, odpovídající zadaným kritériím. Všechny tři výsledky jsou články v akademických periodikách. Dva články vyšly v časopise *Social Indicators Research*- první, z června roku 2013 s názvem „*Social Relations and School Life satisfaction in South Korea*“ (*Sociální vztahy a životní spokojenost ve školách v Jižní Koreji*), druhý článek je z února 2012 a nese název „*Subjective Well-Being Structure: Confirmatory Factor Analysis in a Teacher's Portuguese Sample*“ (*Subjektivní struktura životní spokojenosti: potvrzení faktorů u vzorku portugalských učitelů*). Poslední článek byl vydán v časopise *Journal of Academic Research* v červenci roku 2013 a nazývá se „*A research on the class management physical education teachers*“ (Výzkum životní spokojenosti učitelů tělesné výchovy).

Další databází, kde byly vyhledávány již vypracované články na téma „*životní spokojenost učitelů*“, byla Pedagogická bibliografická databáze (PBD) na stránce <http://nmpk.cz/knihovna>. Zde bylo objeveno 7 záznamů od roku 2010, které obsahovaly abstrakt životní spokojenosti učitelů. Z nich byl pouze jeden článek český, a to s názvem „*Jak dál*“, který byl vydán v šestém čísle českého časopisu *Rodina a škola* a jehož autorkou je Silvie Kratochvílová. Téma tohoto článku je koučink učitelů s cílem rozvíjení motivace, kreativity a pracovní spokojenosti učitelů. Dalším zajímavým článkem byl článek „*Life satisfaction of Slovak teachers, depending on the school types*“ (Porovnání životní spokojenosti slovenských učitelů podle různého typu škol) z prvního čísla časopisu *New educational review* v roce 2010. Autorkou tohoto článku je Slovenka Lucia Pašková.

Jediným článkem v českých časopisech podle databáze www.nkp.cz, který se zabývá tématem životní spokojenosti učitelů, je článek „*Vztah silných stránek charakteru s životní a pracovní spokojeností učitelů a studentů pedagoiky*“ z 1. a 2. dílu časopisu *Klinická psychologie a osobnost* od autorek Aleny Slezáčkové a Simony Škrabské.

Poslední databází, kde byly hledány práce, spojené s tématem předkládané diplomové práce, byl vyhledávač ve všech databázích na stránkách knihovny Západočeské univerzity SUMMON (<http://zcu.summon.serialsolutions.com/#/>). Zde byla vyhledána diplomová práce studentky Lucie Kolářové s názvem „*Životní spokojenost učitele ZŠ v souvislosti s psychosomatickými problémy*“ z roku 2014.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

1. Cíle a úkoly výzkumu

Profese učitele je velice obtížná zejména po stránce psychické náročnosti. Učitel přichází každý den do styku s velkým počtem mladých lidí, na které působí a do jisté míry je svým chováním ovlivňuje. Právě proto je velmi důležité, aby učitelé byli se svým životem a prací spokojeni po celou dobu své praxe tak, aby jim pozitivní přístup pomáhal lépe zvládat svou profesi.

Cílem praktické části předkládané diplomové práce bylo zmapovat pomocí dotazníkového šetření životní spokojenost učitelů, rozdělených do skupin podle délky praxe, na třech základních školách v Karlovarském kraji. Pozornost byla zaměřena na několik okruhů otázek (osobní život, volný čas, pracovní spokojenost, ...), ve kterých byla zjišťována míra spokojenosti dotazovaných učitelů a porovnávána podle délky jejich praxe. Hlavním úkolem bylo u každé otázky porovnat spokojenost lidí s rozdílnou délkou praxe tak, aby bylo zjištěno, jak doba, po kterou učitelé ve školství pracují, ovlivňuje jejich spokojenost.

2. Metodika výzkumu

Výzkum probíhal dotazníkovou metodou v průběhu ledna a února 2015. Dotazník je velmi často používanou metodou. Mezi jeho největší přednosti jistě patří menší časová náročnost a možnost zkoumat více respondentů najednou. Pomocí dotazníku je možné v relativně krátkém čase shromáždit velké množství odpovědí.

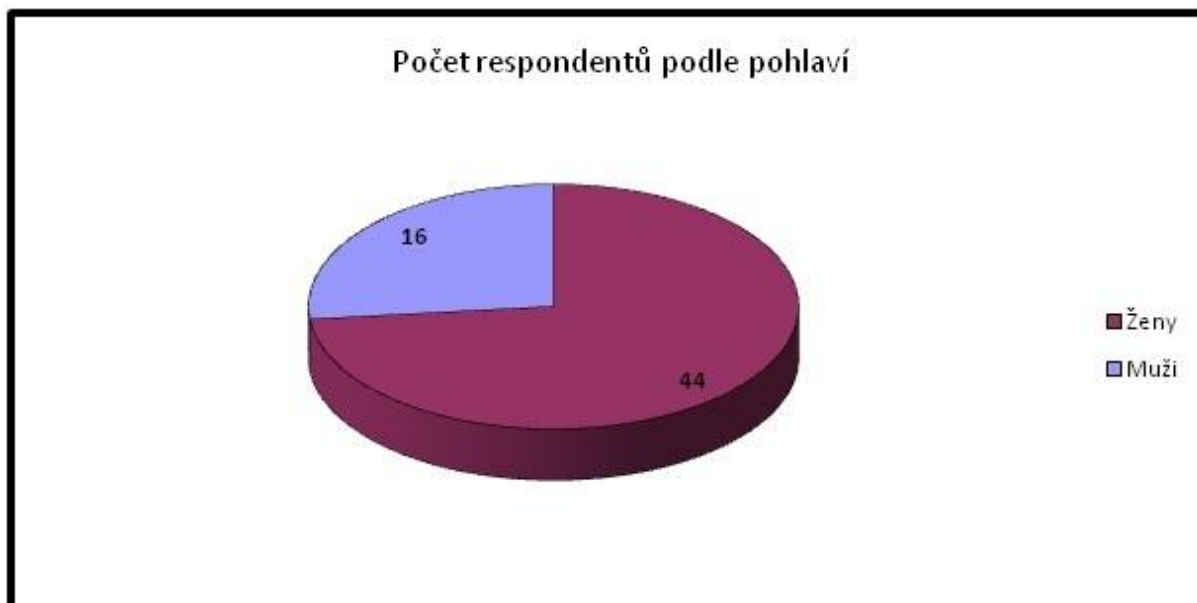
Aby se předešlo neupřímným odpovědím a zkreslení výsledků, byl dotazník zcela anonymní. Základ dotazníku byl inspirován standardizovaným „*Dotazníkem životní spokojenosti*“ Jochena Fahrenberga, který do českého jazyka přeložili Rodná a Rodný. Část dotazníku byla po konzultaci s vedoucí diplomové práce PhDr. Alexandrou Aišmanovou doplněna o vlastní okruhy otázek, zaměřující se na pracovní spokojenost učitelů. Dotazník obsahuje celkem 31 otázek. První tři otázky se týkají osob respondentů (pohlaví, věk a délka praxe) s cílem respondenty blíže charakterizovat. U vyhodnocení dotazníků a porovnávání výsledků byly použity především informace, týkající se délky praxe respondentů. Ostatní informace, týkající se osoby respondentů, ve vyhodnocení již nebyly použity. Ve zbylých 28 kvantitativních otázkách měli respondenti na výběr z uzavřených odpovědí se škálovým hodnocením:

- rozhodně spokojen
- spíše spokojen
- spíše nespokojen
- rozhodně nespokojen

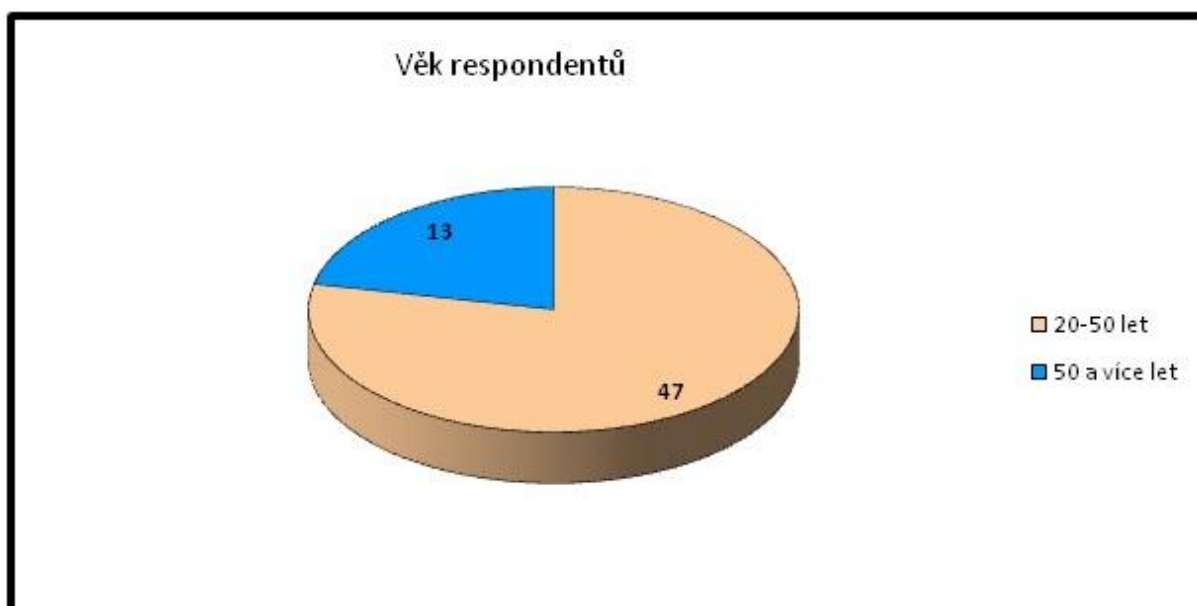
Čtyři možnosti odpovědí byly zvoleny záměrně. Neutrální odpověď by respondenty mohla svádět k tomu, aby nejčastěji odpovídali neutrálním způsobem, a proto byla vynechána. Nestandardizovaný dotazník je přiložen na konci diplomové práce.

3. Charakteristika vzorku respondentů

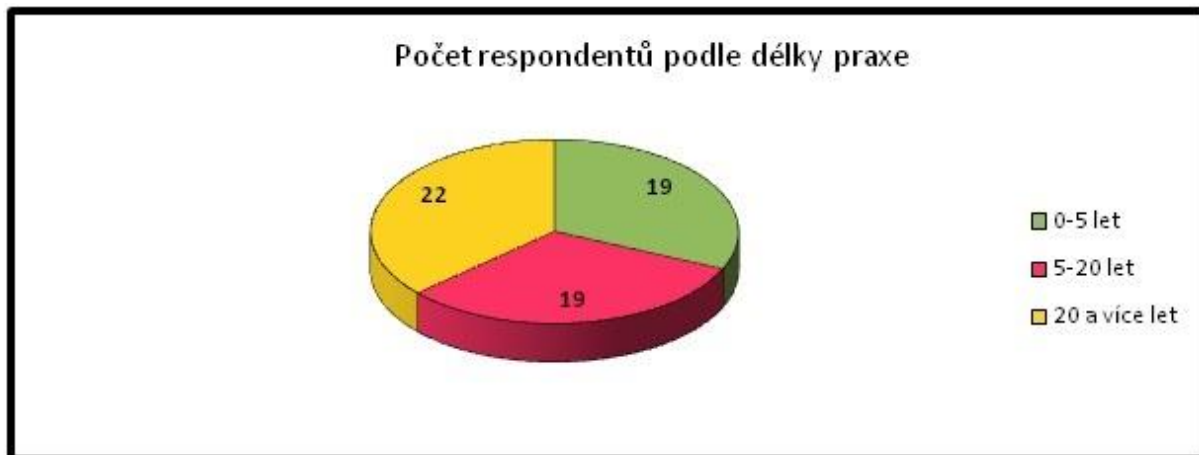
Dotazníkového šetření se zúčastnilo 60 učitelů ze tří základních škol v Karlovarském kraji. Díky ochotě všech oslovených učitelů byla návratnost dotazníků stoprocentní. Bohužel díky velké nevyrovnanosti počtu mužů a žen v českém školství je i počet respondentů mužského pohlaví nižší než počet respondentů ženského pohlaví. Výzkumu se zúčastnilo 16 mužů a 44 žen. U respondentů nebylo rozlišováno, zda učí na prvním nebo druhém stupni.



Další informací obsaženou v dotazníku byl věk respondentů. Výzkumu se zúčastnil větší počet učitelů mladší či střední generace. 47 dotazovaných je ve věku 20-50 let, zbytek dotazovaných, tedy 13, je starších než 50 let.



Nejdůležitější informací pro porovnávání výsledků je délka praxe. Učitelé byli rozděleni do tří skupin podle délky praxe ve školství: do pěti let (celkem 19 respondentů); pět až dvacet let (celkem 19 respondentů); dvacet a více let (celkem 22 respondentů), z čehož vyplývá, že procentuální zastoupení všech tří skupin bylo celkem vyrovnané.

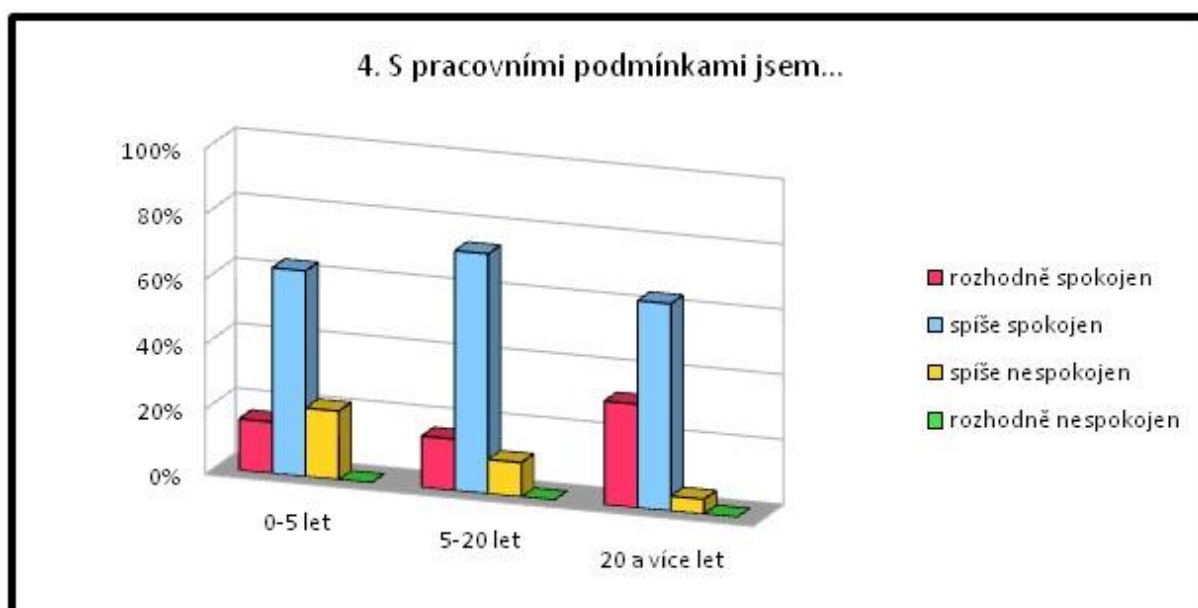


4. Interpretace výsledků výzkumu

Dotazník se skládá z 31 otázek. První tři otázky a jejich odpovědi, týkající se osob respondentů, jsou popsány výše, v kapitole „Charakteristika vzorku respondentů“. Ve zbylých 28 otázkách má respondent na výběr z uzavřených odpovědí škálového typu. Dotazník se dělí do sedmi tematických okruhů- pracovní prostředí; zdraví; finance; volný čas; přátelé; vlastní osoba a celková spokojenost. Tyto okruhy se vždy dále dělí na několik podotázek. U každé podotázky bude vyhodnocení. Odpovědi respondentů jsou vždy rozděleny a porovnávány ve třech skupinách podle délky jejich praxe (0 – 5 let; 5 – 20 let; 20 a více let). Údaje, získané z výzkumu, jsou vyhodnoceny v tabulkách, 3D sloupcových grafech a mají procentuální hodnoty. Hodnoty jsou zaokrouhleny na celá desetinná místa. Je tedy možné, že součty těchto hodnot nemusí vždy dát v konečném výsledku 100%. Každý graf bude dále doplněn o slovní interpretaci. Vyhodnocení začíná otázkou číslo 4, jelikož první tři otázky byly interpretovány v předešlé kapitole.

Tvrzení č. 4: S pracovními podmínkami jsem...

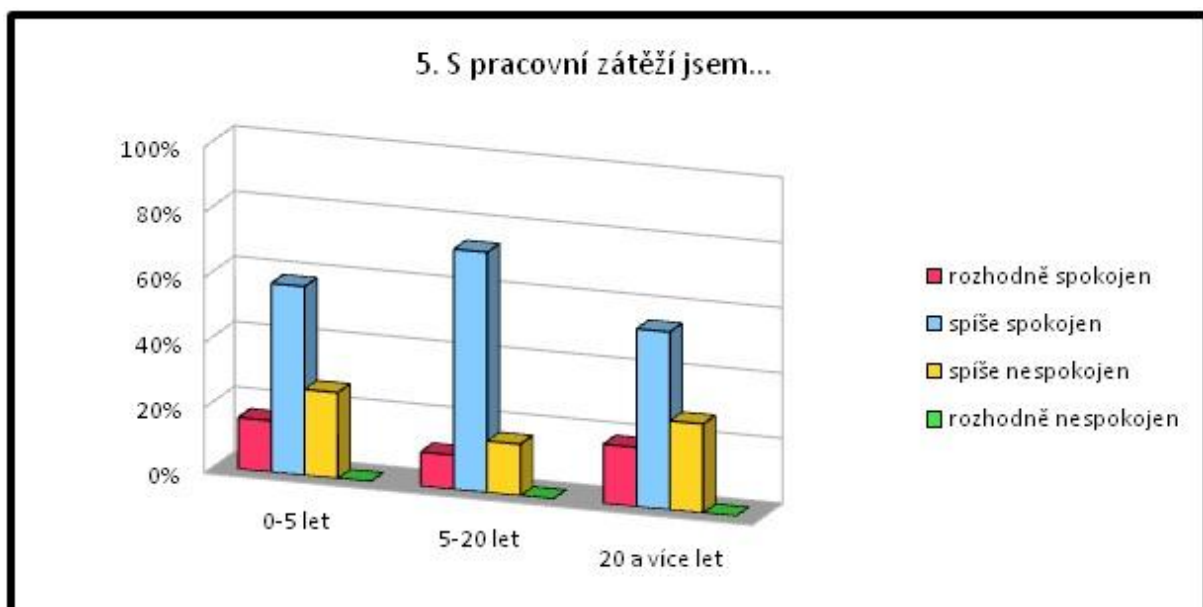
Otázka č. 4	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	16%	3	16%	3	32%	7	21%	4,3
spíše spokojen	63%	12	74%	14	64%	14	67%	13,3
spíše nespokojen	21%	4	11%	2	5%	1	12%	2,3
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0



Ve čtvrté otázce, která zjišťovala spokojenost učitelů s pracovními podmínkami, převládaly kladné odpovědi a většina dotazovaných ve všech třech skupinách odpověděla, že je s podmínkami, ve kterých pracuje, spíše spokojena. Z toho vyplývá, že učitelé s různou délkou praxe jsou spíše spokojeni s pracovními podmínkami (63% učitelů s nejkratší dobou praxe, 74 % s praxí 5- 20 let a 64% učitelů s praxí delší než 20 let)

Tvrzení č. 5: S pracovní zátěží jsem...

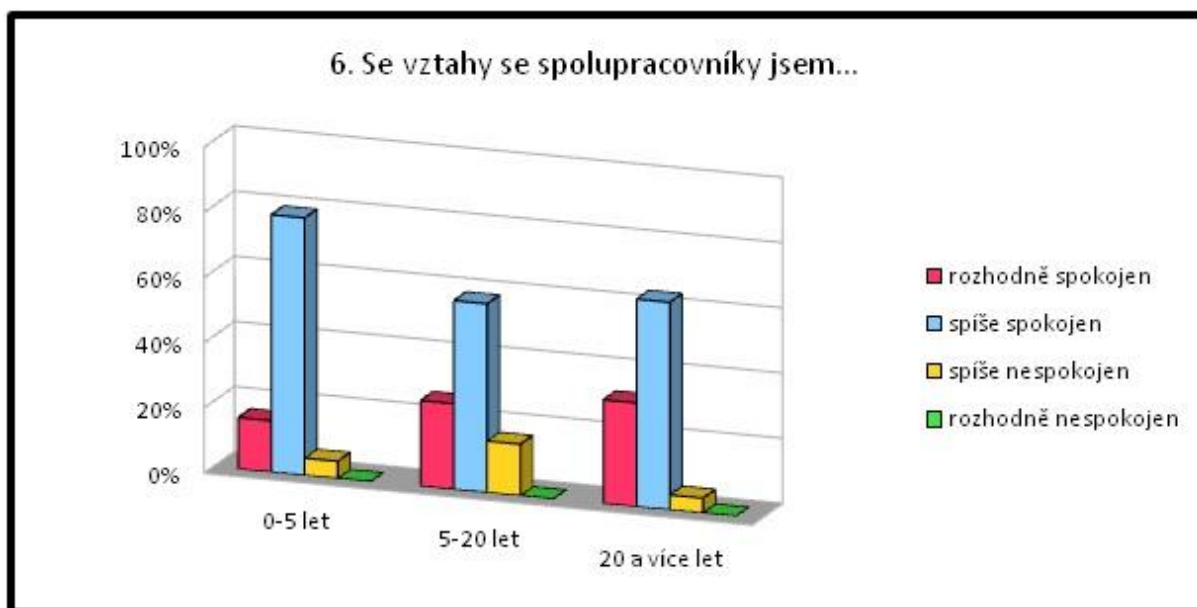
Otázka č. 5	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	16%	3	11%	2	18%	4	15%	3,0
spíše spokojen	58%	11	74%	14	55%	12	62%	12,3
spíše nespokojen	26%	5	16%	3	27%	6	23%	4,7
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0



Další otázka, která se týkala pracovní zátěže, vyšla u všech skupin v podobném poměru všech odpovědí. Nejčastěji jsou učitelé spíše spokojeni s pracovní zátěží (58%; 74% a 55%). O něco častěji se objevuje odpověď „spíše nespokojen“ bez rozdílu délky praxe.

Tvrzení č. 6: Se vztahy se spolupracovníky jsem...

Otázka č. 6	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	16%	3	26%	5	32%	7	25%	5,0
spíše spokojen	79%	15	58%	11	64%	14	67%	13,3
spíše nespokojen	5%	1	16%	3	5%	1	9%	1,7
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0



U otázky číslo 6, týkající se vztahů se spolupracovníky a kolegy, se objevují převážně kladné odpovědi u všech učitelů, bez rozdílu délky praxe. Nejčastější odpovědí je u všech tří skupin znovu odpověď „spíše spokojen“ - učitelé s délkou praxe 0 - 5 let- 58%, 5 – 20 let 74% a 20 a více let 55 %. Většina zbylých respondentů zaškrtnla odpověď „rozhodně spokojen“. Z těchto výsledků můžeme vyvodit informaci, že dotazovaní učitelé spolu dobře vycházejí a dokážou tak spolu velmi dobře spolupracovat a řešit různé situace bez problémů.

Tvrzení č. 7: S kázní mých žáků jsem...

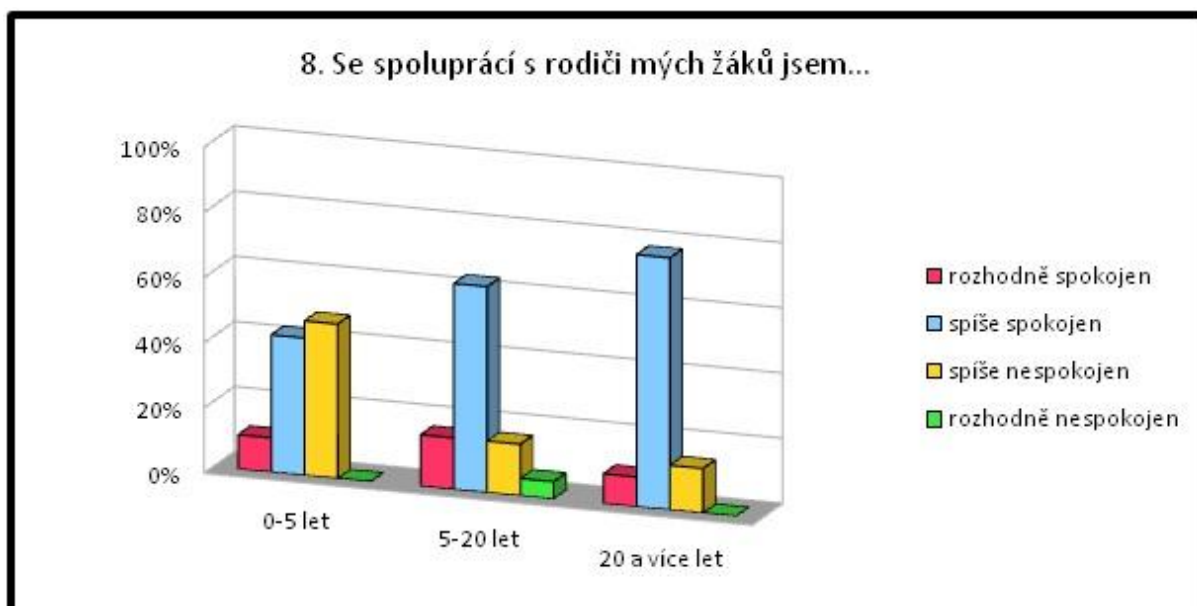
Otázka č. 7	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	16%	3	0%	0	9%	2	8%	1,7
spíše spokojen	47%	9	68%	13	82%	18	66%	13,3
spíše nespokojen	37%	7	26%	5	9%	2	24%	4,7
rozhodně nespokojen	0%	0	5%	1	0%	0	2%	0,3



Otázka, zjišťující učitelskou spokojenost s kázní žáků, byla první otázkou, na kterou se objevila odpověď „*rozhodně nespokojen*“, a to u 5 % učitelů s praxí dlouhou 5- 20 let. Častěji se zde také objevovaly odpovědi „*spíše nespokojen*“. Na druhou stranu jako u předešlých otázek převažovala odpověď „*spíše spokojen*“. Z odpovědí můžeme usoudit, že se na těchto vybraných základních školách nenachází problémovější žáci, u kterých by byl problém s autoritou učitelů a kázní při hodinách.

Tvrzení č. 8: Se spoluprací s rodiči mých žáků jsem...

Otázka č. 8	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	11%	2	16%	3	9%	2	12%	2,3
spíše spokojen	42%	8	63%	12	77%	17	61%	12,3
spíše nespokojen	47%	9	16%	3	14%	3	26%	5,0
rozhodně nespokojen	0%	0	5%	1	0%	0	2%	0,3

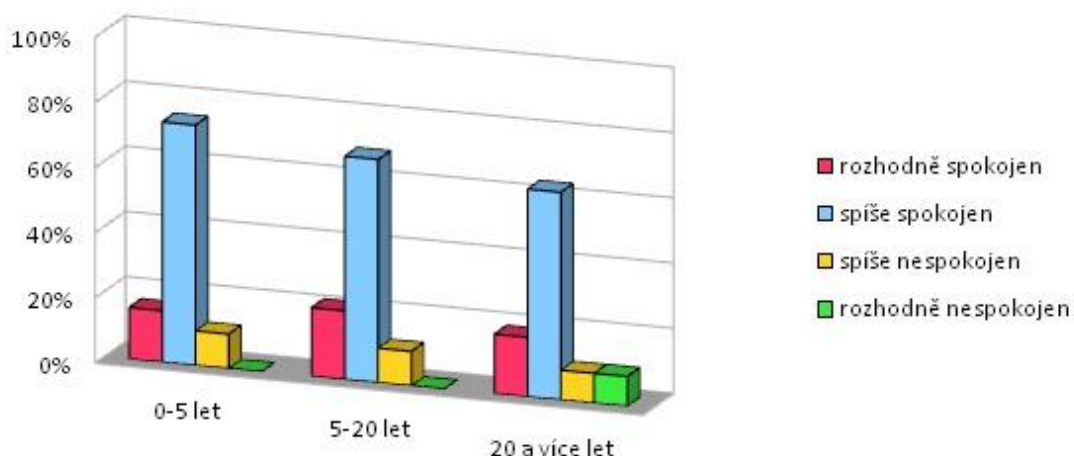


Se spoluprací s rodiči je spíše spokojeno 63 % učitelů s délkou praxe 5 – 20 let a 77% učitelů s praxí delší než 20 let. Oproti tomu jsou spíše nespokojeni se spoluprací s rodiči mladší učitelé, kteří učí méně než 5 let. U těch převládala odpověď „spíše nespokojen“ – 47 %. Podobné číslo se však objevilo i u odpovědi „spíše spokojen“, kterou zvolilo 43% učitelů. Z výsledků na tuto otázku se dozvídáme, že většina učitelů je spokojených se spoluprací s rodiči, jen mladší učitelé s kratší praxí jsou o něco více nespokojeni. Je možné, že se postupem času tato spolupráce s rodiči zlepšuje.

Tvrzení č. 9: S časovým pracovním vytížením jsem...

Otázka č. 9	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	16%	3	21%	4	18%	4	18%	3,7
spíše spokojen	74%	14	68%	13	64%	14	69%	13,7
spíše nespokojen	11%	2	11%	2	9%	2	10%	2,0
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	9%	2	3%	0,7

9. S časovým pracovním vytížením jsem...

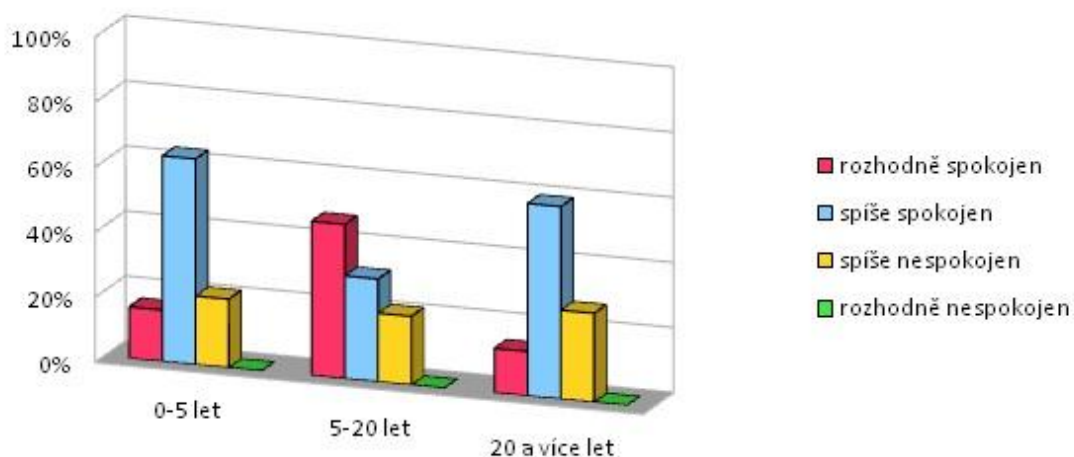


S časovým pracovním vytížením je spokojeno více než 80% dotazovaných učitelů ve všech třech skupinách- 90%, 89% a 82%. Nejvíce jsou spokojeni s časovým vytížením nejmladší z dotazovaných učitelů. Je možné, že o něco více jsou spokojenější učitelé s kratší praxí proto, že ještě nemají povinnosti, týkající se vlastních rodin, které už nejspíš učitelé s delší dobou praxe mají. Nejvíce nespokojených s časovým pracovním vytížením je učitelů s praxí delší než 20 let. „spíše nespokojen“, nebo „rozhodně nespokojen“ uvedlo 18% učitelů.

Tvrzení č. 10: S možností dalšího vzdělání jsem...

Otázka č. 10	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	16%	3	47%	9	14%	3	26%	5,0
spíše spokojen	63%	12	32%	6	59%	13	51%	10,3
spíše nespokojen	21%	4	21%	4	27%	6	23%	4,7
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

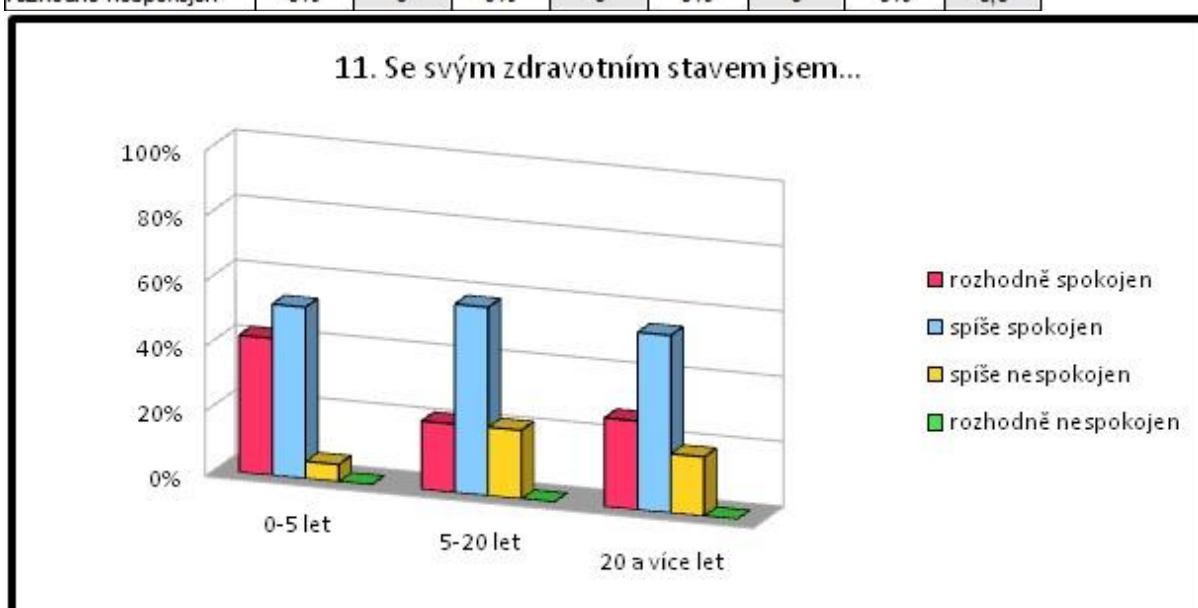
10. s možností dalšího vzdělávání jsem...



Většina všech dotazovaných učitelů je spokojena s možnostmi dalšího vzdělávání. U kategorií s délkou praxe 0-5 let (63%) a více než 20 let (59%) převládají odpovědi „spíše spokojen“, u kategorie 5- 20 let praxe byla nejčastější odpověď „rozhodně spokojen“- u 47% dotazovaných. Odpověď „spíše nespokojen“ se objevila nejčastěji u 27% dotázaných s délkou praxe 20 a více let. Otázkou však zůstává, zdali by učitelé dalšího vzdělání využili, i kdyby byli všichni spokojeni.

Tvrzení č. 11: Se svým zdravotním stavem jsem...

Otázka č. 11	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	42%	8	21%	4	27%	6	30%	6,0
spíše spokojen	53%	10	58%	11	55%	12	55%	11,0
spíše nespokojen	5%	1	21%	4	18%	4	15%	3,0
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

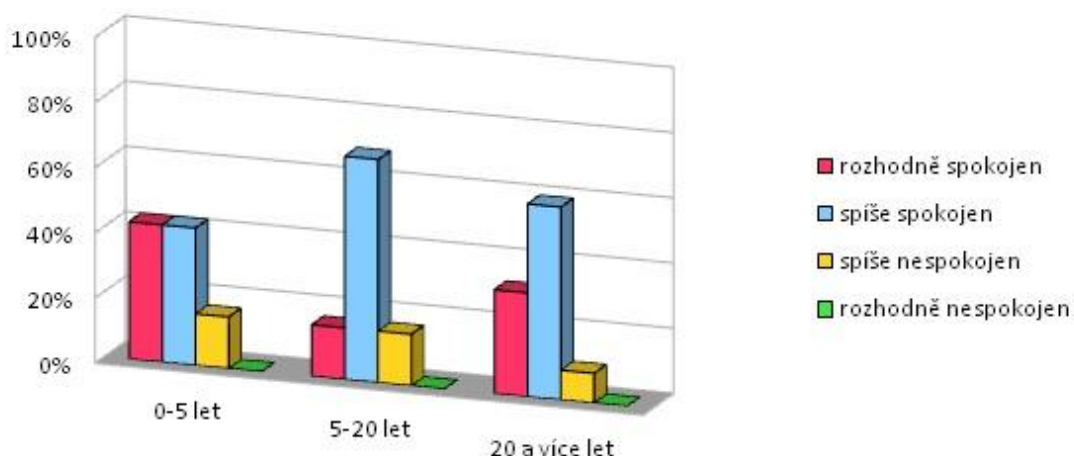


Se svým zdravotním stavem jsou nejspokojenější učitelé s nejkratší dobou praxe (42% je rozhodně spokojených, 53% spíše spokojených), u kterých se dá předpokládat, že jsou také nejmladší. S přibývajícimi roky v praxi, s nimiž se paralelně navyšuje také věk, o něco klesá spokojenost se zdravotním stavem. U většiny ostatních dotázaných učitelů se však objevuje odpověď „spíše spokojen“ nejčastěji. U zbývajících kategorií je téměř vyrovnaný počet osob, které odpověděly „spíše nespokojen“- u osob s praxí 5-20 let to bylo 21%, u lidí s praxí nad 20 let 18%.

Tvrzení č. 12: Se svou duševní kondicí jsem...

Otázka č. 12	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	42%	8	16%	3	32%	7	30%	6,0
spíše spokojen	42%	8	68%	13	59%	13	57%	11,3
spíše nespokojen	16%	3	16%	3	9%	2	14%	2,7
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

12. Se svou duševní kondicí jsem...

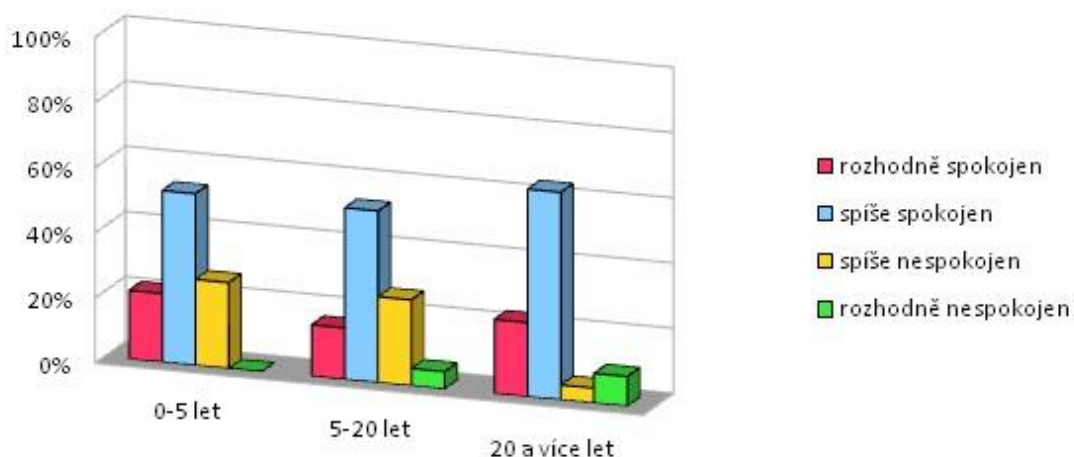


Podle výzkumu jsou naopak nejvíce spokojení se svou duševní kondicí učitelé s nejdelsí délkou praxe. V součtu odpovědí „spíše spokojen“ a „rozhodně spokojen“ je těchto učitelů 92%. Graf tak vypovídá o tom, že učitelům pomáhají v utužování jejich duševní kondice jejich zážitky a zkušenosti z praxe.

Tvrzení č. 13: Se svou tělesnou kondicí jsem...

Otázka č. 13	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	21%	4	16%	3	23%	5	20%	4,0
spíše spokojen	53%	10	53%	10	64%	14	56%	11,3
spíše nespokojen	26%	5	26%	5	5%	1	19%	3,7
rozhodně nespokojen	0%	0	5%	1	9%	2	5%	1,0

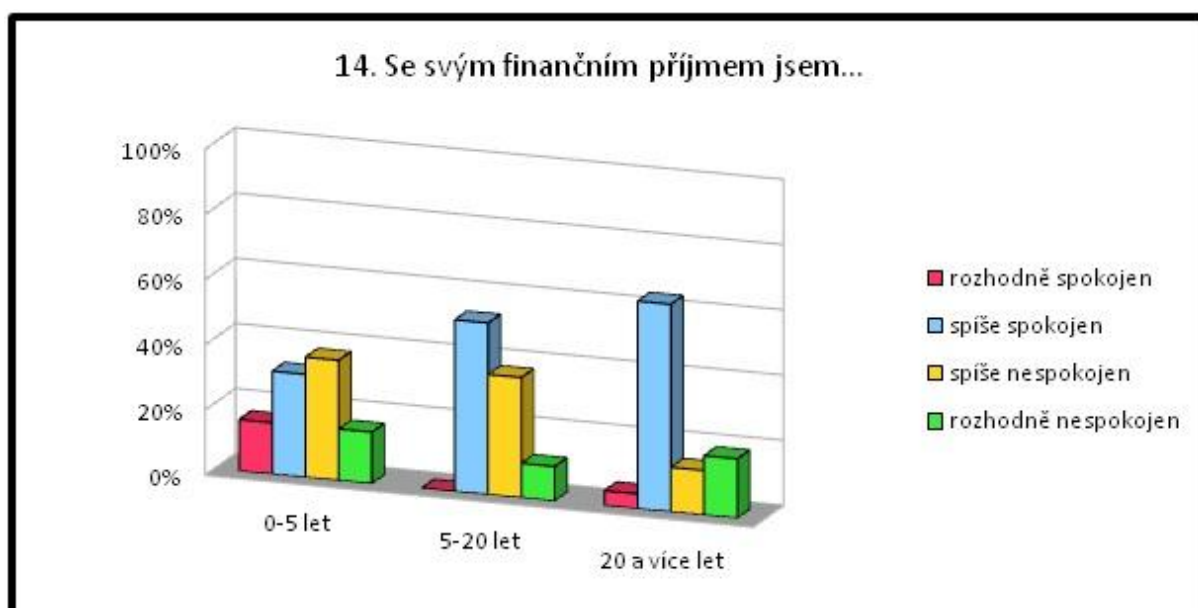
13. Se svou tělesnou kondicí jsem...



Otázka, která se týká spokojenosti s tělesnou kondicí, dopadla celkem vyrovnaně, všechny tři kategorie učitelů odpovídaly nejčastěji odpovědi „spíše spokojen“ - 53%, 53% a 64%. U dvou kategorií s kratší dobou praxe se objevily i odpovědi „spíše nespokojen“ - v obou kategoriích po 26%. Naopak u kategorie s dobou praxe nad 20 let odpovídali někteří respondenti více negativně, zde se v 9% objevila odpověď „rozhodně nespokojen“. Znovu se v této otázce může propojovat délka praxe ve školství s věkem a z toho může plynout i závěr, že čím starší učitelé (a nejen učitelé) jsou, tím méně spokojeni se svou tělesnou kondicí mohou být. Pozitivní však je fakt, že si svou nespokojenost s tělesnou kondicí učitelé uvědomují a je tu možnost, že svou tělesnou kondici pokusí zlepšit.

Tvrzení č. 14: Se svým finančním příjmem jsem...

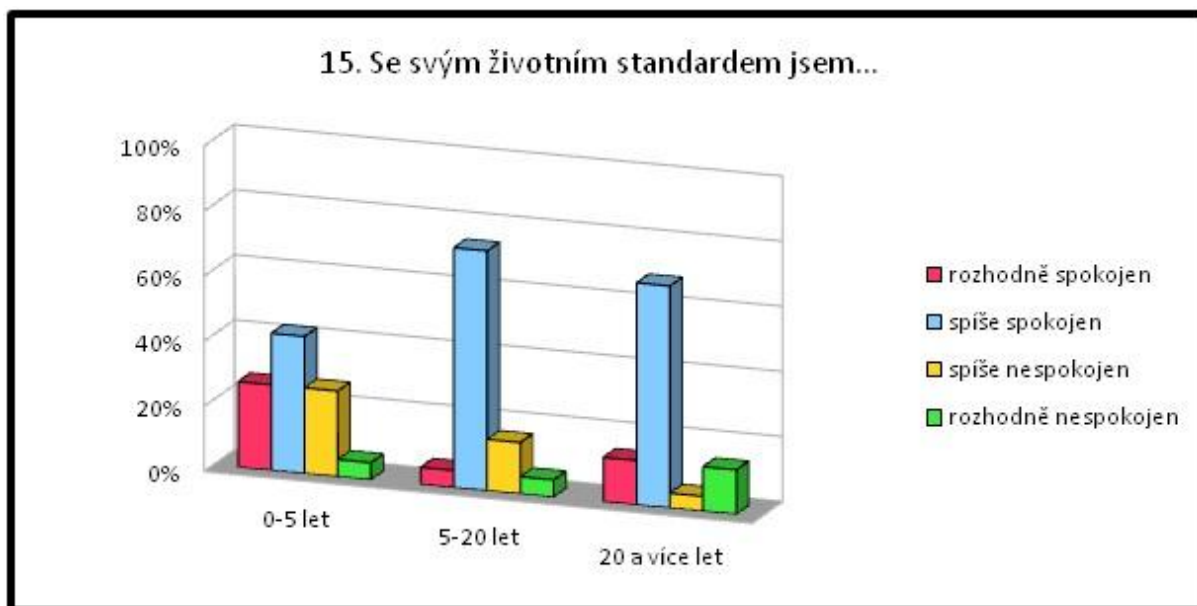
Otázka č. 14	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	16%	3	0%	0	5%	1	7%	1,3
spíše spokojen	32%	6	53%	10	64%	14	49%	10,0
spíše nespokojen	37%	7	37%	7	14%	3	29%	5,7
rozhodně nespokojen	16%	3	11%	2	18%	4	15%	3,0



U otázky číslo čtrnáct stojí za povšimnutí kategorie učitelů s délkou praxe do pěti let. V této kategorii došlo k téměř rovnoměrnému rozložení odpovědí do všech možností. Můžeme zde vidět různorodost v očekávání finančního ohodnocení u mladších lidí. Nejčastěji odpovídali (37% dotázaných), že jsou se svým finančním stavem spíše nespokojeni. U obou dalších kategorií je většina dotázaných se svým finančním stavem spíše spokojena. (doba praxe 5- 20 let- 53% a nad 20 let praxe 64%). Tento stav může být zapříčiněn například očekáváním vysokého platu a následným zklamáním při nástupu do práce, nebo například tím, že mladší, začínající učitelé ještě neumí hospodařit se svými penězi jako jejich zkušenější kolegové.

Tvrzení č. 15: Se svým životním standardem jsem...

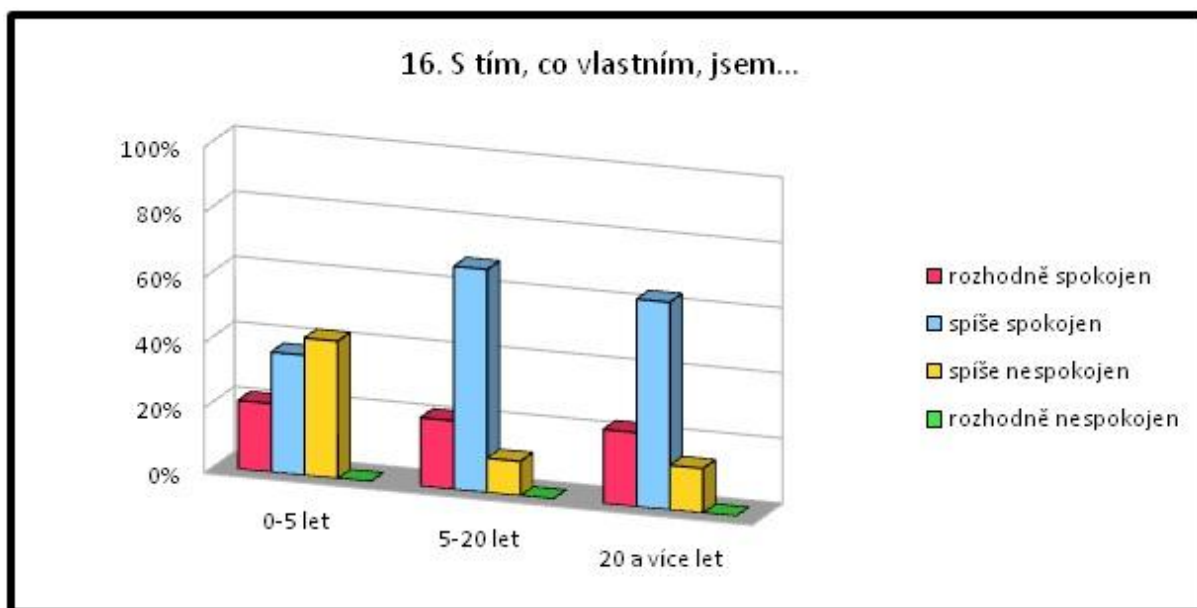
Otázka č. 15	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	26%	5	5%	1	14%	3	15%	3,0
spíše spokojen	42%	8	74%	14	68%	15	61%	12,3
spíše nespokojen	26%	5	16%	3	5%	1	16%	3,0
rozhodně nespokojen	5%	1	5%	1	14%	3	8%	1,7



Nejvíce spokojených učitelů s životním standardem je v kategorii s praxí delší než 20 let. Z těchto respondentů jich právě 82 % uvedlo, že jsou rozhodně či spíše spokojeni s tím, jaký standard jejich život má. Kladné odpovědi převažovaly také v prostřední skupině učitelů. Učitelé s nejkratší dobou praxe rozdělili své volby nejčastěji do tří odpovědí- rozhodně spokojen (26%, spíše spokojen 42%, spíše nespokojen 26% a rozhodně nespokojen 5%). Když srovnáme výsledky všech tří skupin učitelů, můžeme zhodnotit, že učitelé s krátkou dobou praxe zatím nebyli schopni svůj životní standard dostat na takovou úroveň, aby s ní byli stejně spokojeni jako jejich služebně starší kolegové.

Tvrzení č. 16: S tím, co vlastním, jsem...

Otázka č. 16	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	21%	4	21%	4	23%	5	22%	4,3
spíše spokojen	37%	7	68%	13	64%	14	56%	11,3
spíše nespokojen	42%	8	11%	2	14%	3	22%	4,3
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

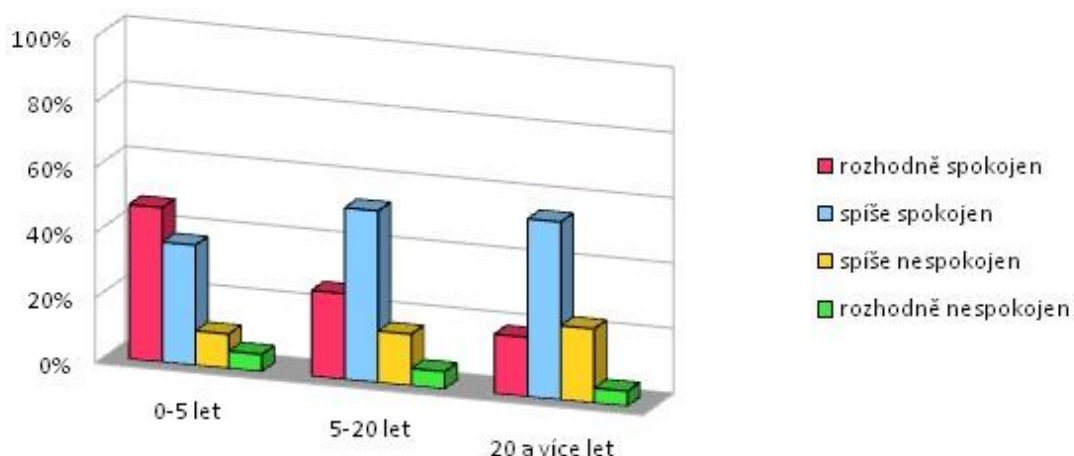


Podobně jako otázka číslo 14 dopadl i dotaz na celkové vlastnictví dotázaných. Zatímco učitelé s praxí do 5 ti let jsou s tím, co vlastní, spíše nespokojeni (42%), kolegové, působící ve školství delší dobu, nejčastěji odpovídali, že jsou se svým majetkem spíše spokojeni. (praxe 5- 20 let- 68%, nad 20 let- 64%). Důležité však je, že nikdo z dotazovaných neodpověděl, že je s tím, co vlastní, rozhodně nespokojen. Tudíž máme důvod se domnívat, že finanční stav dotazovaných učitelů je alespoň natolik uspokojivý, aby byli schopni si koupit to, s čím budou ve svém životě spokojeni. Podle grafu, který se nachází výše, vyplývá, že většina učitelů je se svou prací spokojena a nejspíše by si ji vybrala znovu. Spokojenost s prací je jedním ze základních kamenů pro celkovou životní spokojenost. Nejvíce kladných odpovědí se nachází u respondentů s délkou praxe 5 – 20 let- 89%.

Tvrzení č. 17: S množstvím času, který mám pro své koníčky, jsem...

Otázka č. 17	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	47%	9	26%	5	18%	4	31%	6,0
spíše spokojen	37%	7	53%	10	55%	12	48%	9,7
spíše nespokojen	11%	2	16%	3	23%	5	16%	3,3
rozhodně nespokojen	5%	1	5%	1	5%	1	5%	1,0

17. S množstvím času, které mám pro své koníčky, jsem...

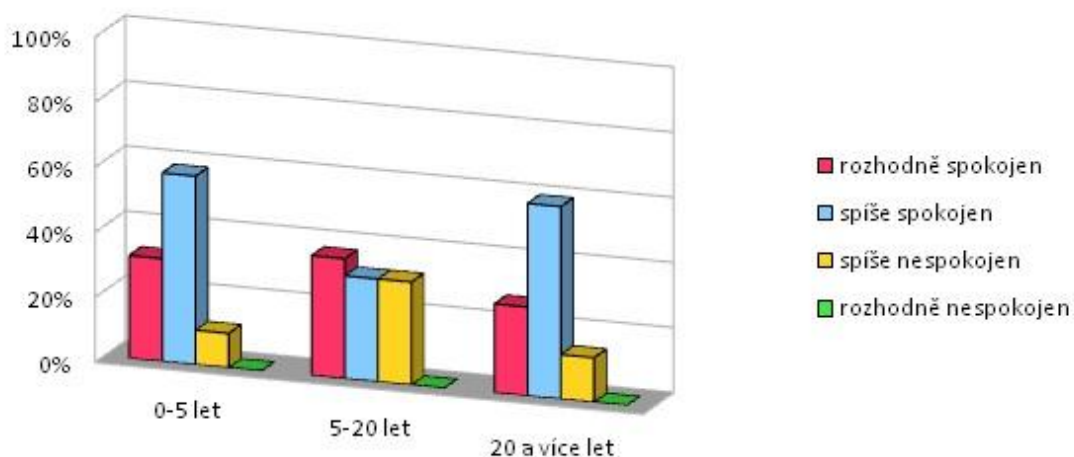


Množství času, které mají učitelé vyčleněné pro své koníčky, se zdá být podle odpovědí respondentů dostatečné. Největší rozdíl se nachází mezi skupinou s nejkratší a nejdelší dobou práce ve školství. V prvním případě jsou nejčastěji učitelé s množstvím volného času „rozhodně spokojeni“ (46%) a jen 11% je „spíše nespokojeno“, zatímco u kategorie s nejdelší praxí je tento poměr opačný a více učitelů je „spíše nespokojených“ (23%) než „rozhodně spokojených“ (18%).

Tvrzení č. 18: S kvalitou odpočinku, který mi přináší volný čas, jsem...

Otázka č. 18	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	32%	6	37%	7	27%	6	32%	6,3
spíše spokojen	58%	11	32%	6	59%	13	50%	10,0
spíše nespokojen	11%	2	32%	6	14%	3	19%	3,7
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

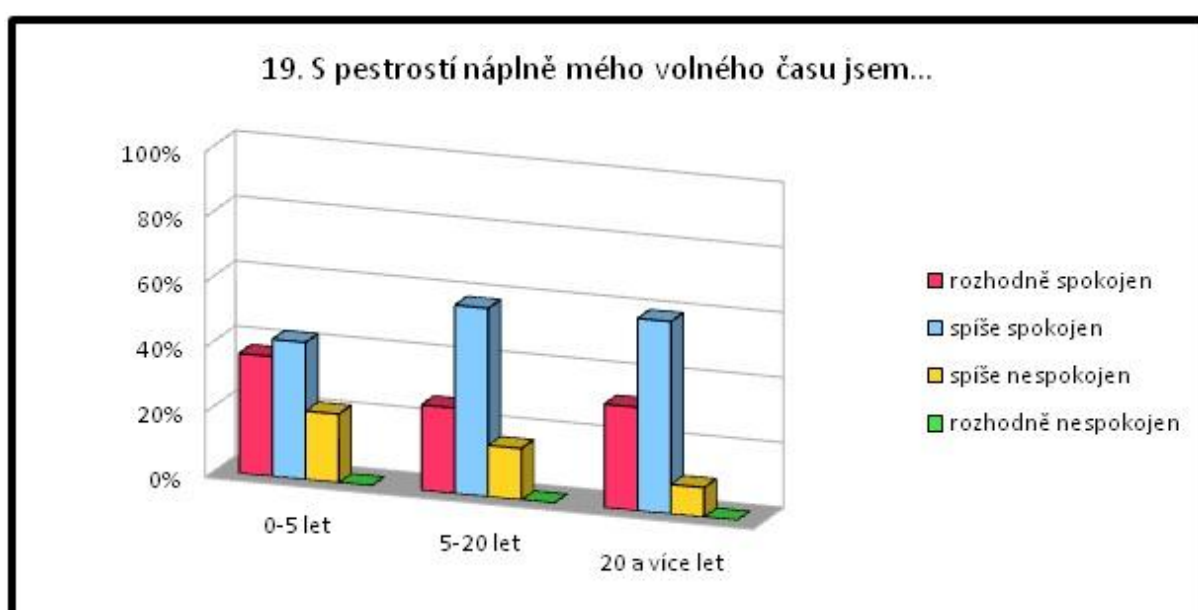
18. S kvalitou odpočinku, který mi přináší volný čas, jsem...



Podle výzkumu tráví neefektivněji svůj volný čas učitelé s nejkratší dobou praxe. Naopak nejvíce nespokojených učitelů s kvalitou odpočinku je učitelů se střední délkou praxe (32%). Je však nutné dodat, že v této kategorii byly všechny tři typy odpovědí velice vyrovnané a nelze tak skupinu generalizovat.

Tvrzení č. 19: S pestrostí náplně mého volného času jsem...

Otázka č. 19	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	37%	7	26%	5	32%	7	32%	6,3
spíše spokojen	42%	8	58%	11	59%	13	53%	10,7
spíše nespokojen	21%	4	16%	3	9%	2	15%	3,0
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

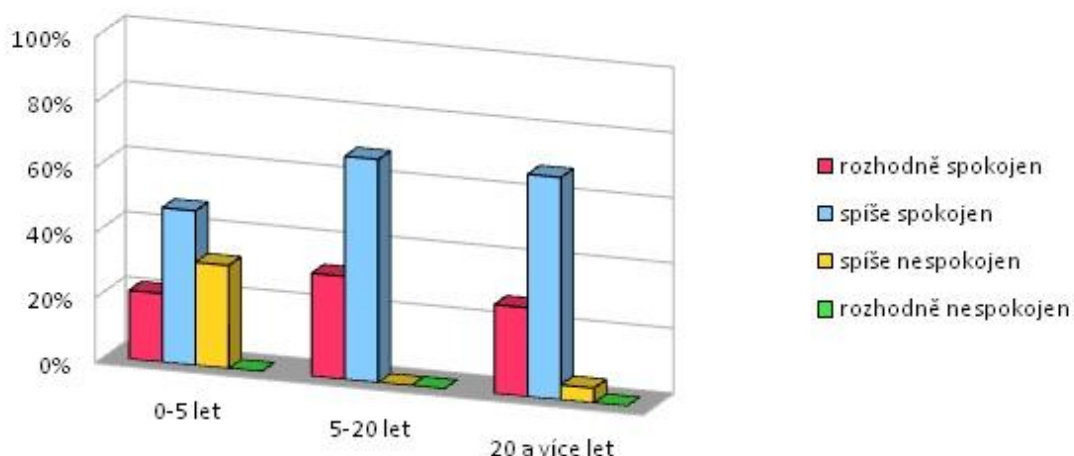


U kategorie s délkou praxe 5-20 let a s délkou praxe nad 20 let se nejčastěji na otázku, která se zaměřovala na pestrost trávení volného času, objevovala odpověď „spíše spokojen“ (58 a 59 procent). Naopak u první skupiny byly odpovědi „rozhodně spokojen“ a „spíše spokojen“ téměř stejně časté. Častěji se zde vyskytovala i odpověď „spíše nespokojen“. Je tedy možné, že mladší generace učitelů ještě hledá rozptyl koníčků, které je uspokojí.

Tvrzení č. 20: S pochopením, které pro mě moji přátelé mají, jsem...

Otázka č. 20	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	21%	4	32%	6	27%	6	27%	5,3
spíše spokojen	47%	9	68%	13	68%	15	61%	12,3
spíše nespokojen	32%	6	0%	0	5%	1	12%	2,3
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

20. S pochopením, které pro mě přátelé mají, jsem...

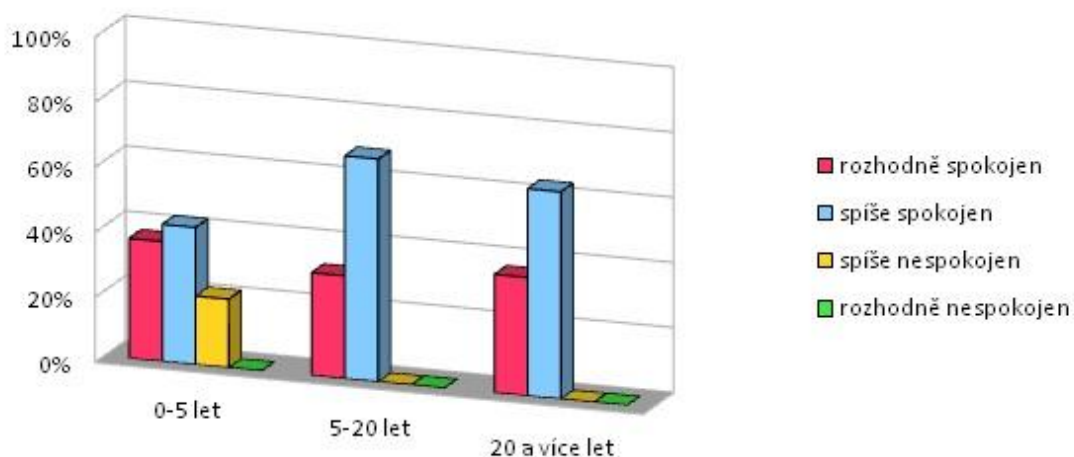


Kategorie, zaměřená na výzkum spokojenosti učitelů s vlastními přáteli, dopadla ve srovnání s jinými okruhy otázek pozitivně. Ze tří otázek, které se věnovaly spokojenosti učitelů s přátelstvím, dopadla tato otázka, co se týče negativních odpovědí, nejhůře. 32 % učitelů s praxí kratší než 5 let a 5% učitelů s praxí nad 20 let je s pochopením, které pro ně přátelé mají, spíše nespokojeno. Naopak učitelé se střední délkou praxe nezmínili svou nespokojenost s pochopením od přátel ani jednou.

Tvrzení č. 21: S pomocí a podporou, kterou mi moji přátelé poskytují, jsem...

Otázka č. 21	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	37%	7	32%	6	36%	8	35%	7,0
spíše spokojen	42%	8	68%	13	64%	14	58%	11,7
spíše nespokojen	21%	4	0%	0	0%	0	7%	1,3
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

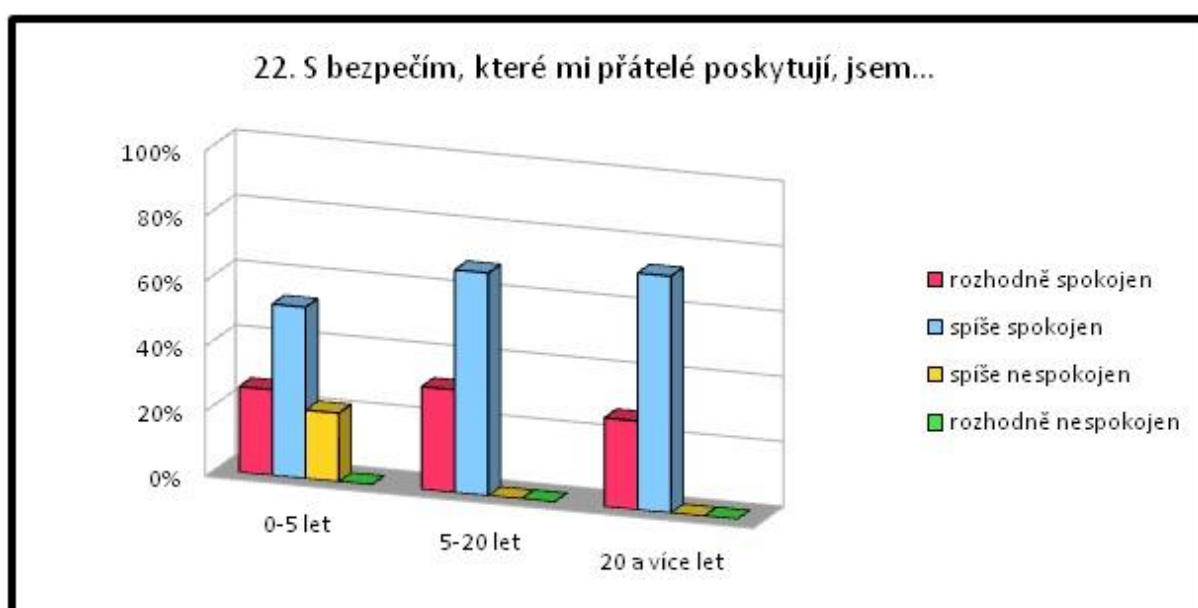
21. S pomocí a podporou, kterou mi přátelé poskytují, jsem...



U otázky, která se týkala pomoci a podpory ze strany přátel, dopadly výsledky o něco lépe. Jedinou skupinou, kde respondenti odpovídali „spíše nespokojen“, byla skupina učitelů s praxí do pěti let. Je možné, že mladší generace si všímá sama sebe a raději vlastní problémy, než aby spoléhala na pomoc druhých. Naštěstí 21% není tak vysoká hodnota a dá se vzhledem k výsledkům výzkumu předpokládat, že časem budou lidé více schopni si pomáhat.

Tvrzení č. 22: S bezpečím, které mi přátelé poskytují, jsem...

Otázka č. 22	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	26%	5	32%	6	27%	6	28%	5,7
spíše spokojen	53%	10	68%	13	73%	16	65%	13,0
spíše nespokojen	21%	4	0%	0	0%	0	7%	1,3
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

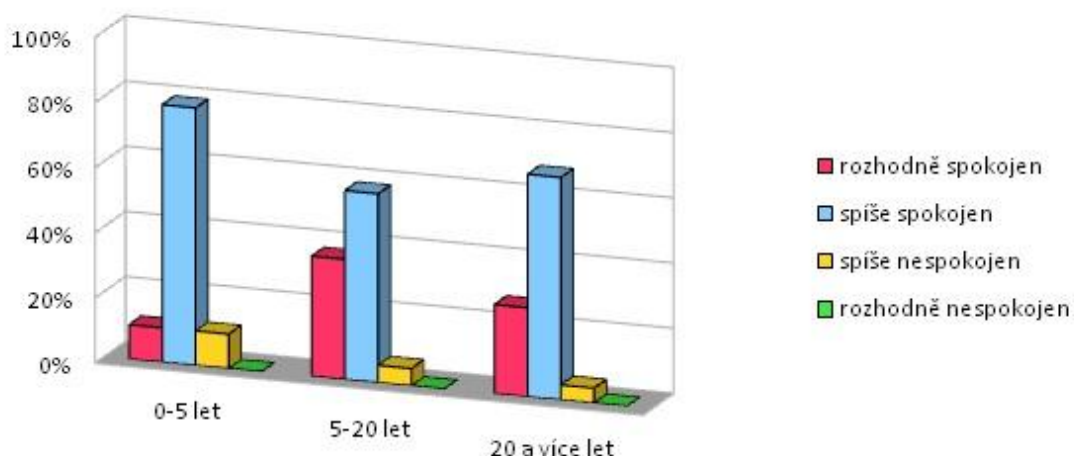


Vyhodnocení otázky číslo 22 je velmi podobné jako u předchozí otázky. Obě dvě kategorie s delší praxí neobsahují žádnou odpověď, která by se týkala nespokojenosti s bezpečím, které učitelům z těchto skupin jejich přátelé poskytují. Zároveň se v této otázce objevují podobné poměry odpovědí „spíše spokojen“ a „rozhodně spokojen“ jako v předešlé otázce.

Tvrzení č. 23: Se způsobem, jakým jsem až doposud žil, jsem...

Otázka č. 23	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	11%	2	37%	7	27%	6	25%	5,0
spíše spokojen	79%	15	58%	11	68%	15	68%	13,7
spíše nespokojen	11%	2	5%	1	5%	1	7%	1,3
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

23. Se způsobem, jakým jsem až doposud žil, jsem...

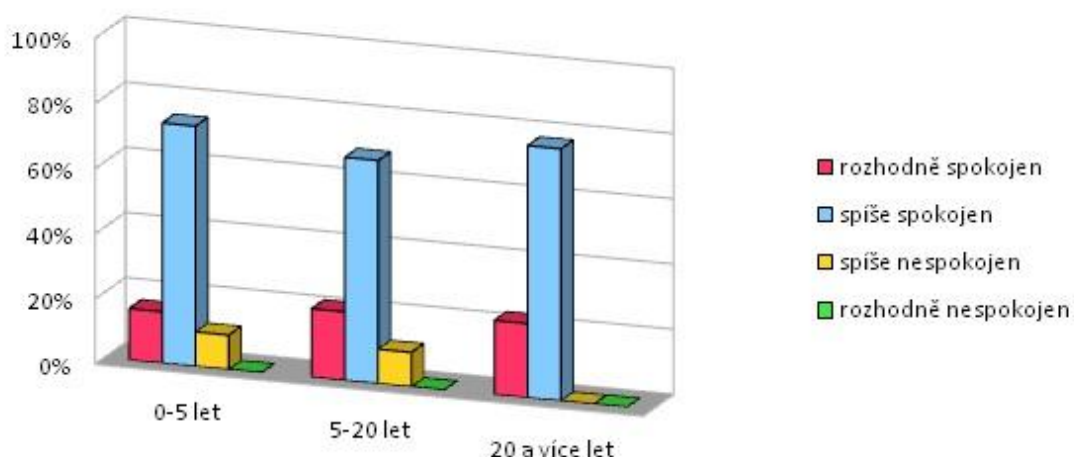


Se způsobem, jakým až doposud žili, jsou učitelé s různou délkou praxe ve více než polovině případů spokojeni. V součtu odpovědí „spíše spokojen“ a „rozhodně spokojen“ se u všech skupin dostáváme nad hodnotu 90%, z čehož vyplývá, že naprostá většina učitelů dodnes žila spokojeným životem.

Tvrzení č. 24: Se svými schopnostmi a dovednostmi jsem...

Otázka č. 24	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	16%	3	21%	4	23%	5	20%	4,0
spíše spokojen	74%	14	68%	13	77%	17	73%	14,7
spíše nespokojen	11%	2	11%	2	0%	0	7%	1,3
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

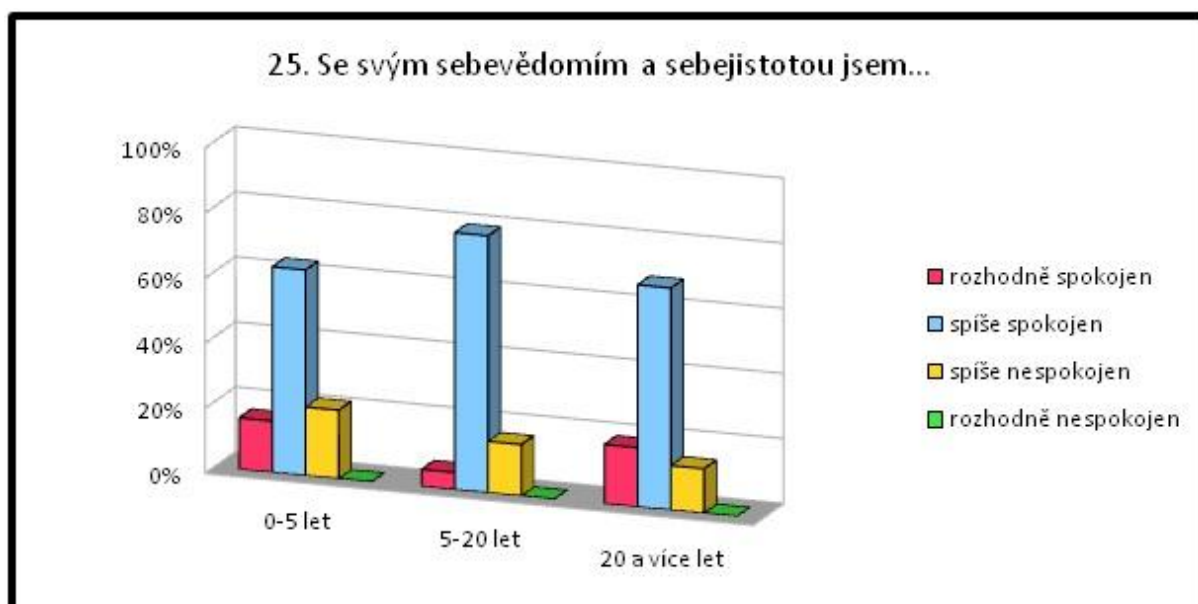
24. Se svými schopnostmi a dovednostmi jsem...



Se svými schopnostmi a dovednostmi je největší počet učitelů ze zkoumaného vzorku spíše spokojených. Nejvíce „rozhodně spokojených“ učitelů se svými dovednostmi se nachází u učitelů s praxí delší než 20 let. Tento jev bude nejspíš zapříčiněn právě nejdelší praxí a také nejvíce zkušenostmi v oboru učitelství. Naopak u obou skupin s kratší dobou praxe ve školství se nachází 11% učitelů, kteří jsou „spíše nespokojeni“ se svými schopnostmi a dovednostmi a chtěli by se zlepšit.

Tvrzení č. 25: Se svým sebevědomím a sebejistotou jsem...

Otázka č. 25	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	16%	3	5%	1	18%	4	13%	2,7
spíše spokojen	63%	12	79%	15	68%	15	70%	14,0
spíše nespokojen	21%	4	16%	3	14%	3	17%	3,3
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

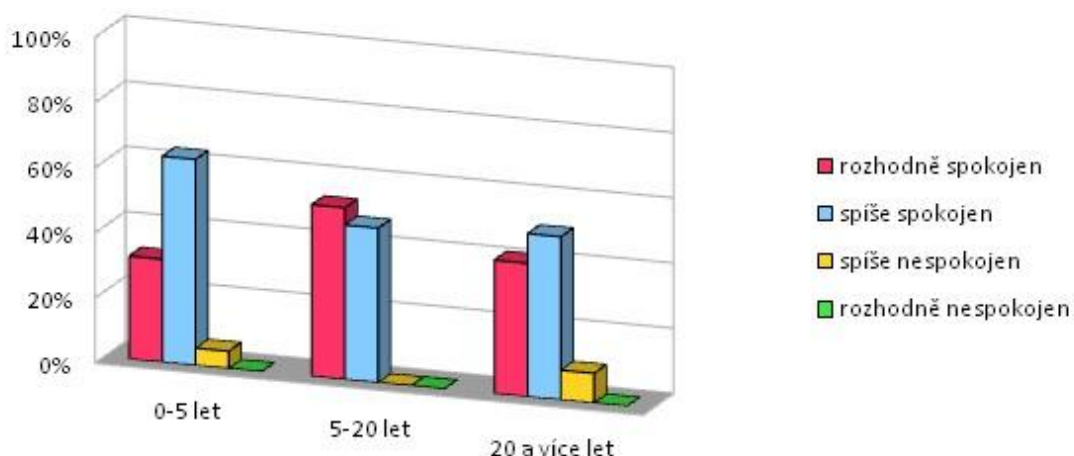


O něco méně učitelů je spokojených se svým sebevědomím a sebejistotou. Nejméně spokojení se svým sebevědomím jsou učitelé s dobou praxe do pěti let. (21% učitelů uvedlo, že je se svým sebevědomím spíše nespokojeno). Je možné, že se nižší sebevědomí učitelů odvíjí od dnešního trendu podhodnocovat práci učitelů ze strany veřejnosti a především rodičů. Podle grafu se dá určit, že nespokojenost s vlastním sebevědomím a sebejistotou díky délce praxe klesá a je tedy zřejmé, že s praxí může narůst i sebevědomí učitelů.

Tvrzení č. 26: S atmosférou v rodině jsem...

Otázka č. 26	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	32%	6	53%	10	41%	9	42%	8,3
spíše spokojen	63%	12	47%	9	50%	11	54%	10,7
spíše nespokojen	5%	1	0%	0	9%	2	5%	1,0
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

26. S atmosférou v rodině jsem...

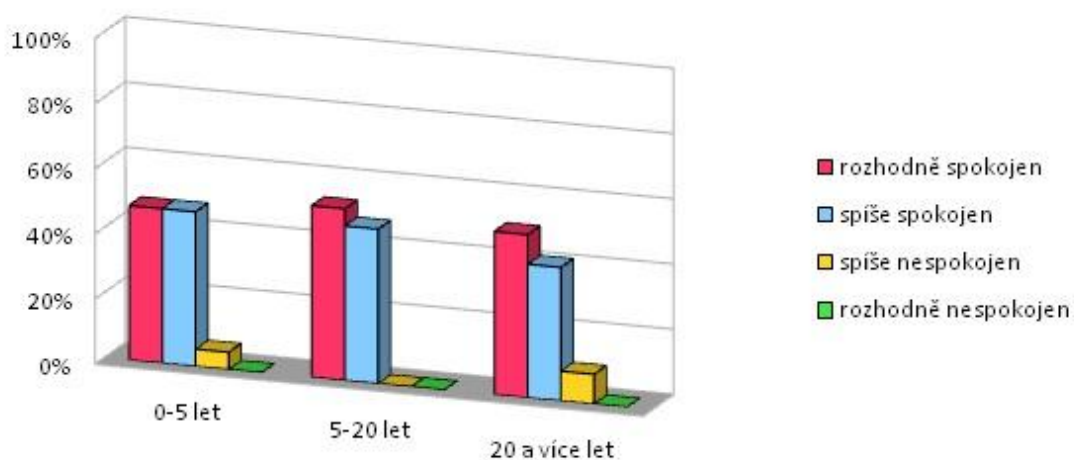


Okruh otázek, týkající se rodiny, byl hodnocen nejčastěji kladnými odpověďmi. S atmosférou v rodině je spokojena většina učitelů ve všech třech kategoriích. V prostřední kategorii (délka praxe 5- 20 let) neodpověděl žádný respondent záporně. Ve zbylých dvou kategoriích odpověděli „spíše nespokojen“ dohromady jen 3 lidé.

Tvrzení č. 27: S komunikací v rodině jsem...

Otázka č. 27	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	47%	9	53%	10	50%	11	50%	10,0
spíše spokojen	47%	9	47%	9	41%	9	45%	9,0
spíše nespokojen	5%	1	0%	0	9%	2	5%	1,0
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

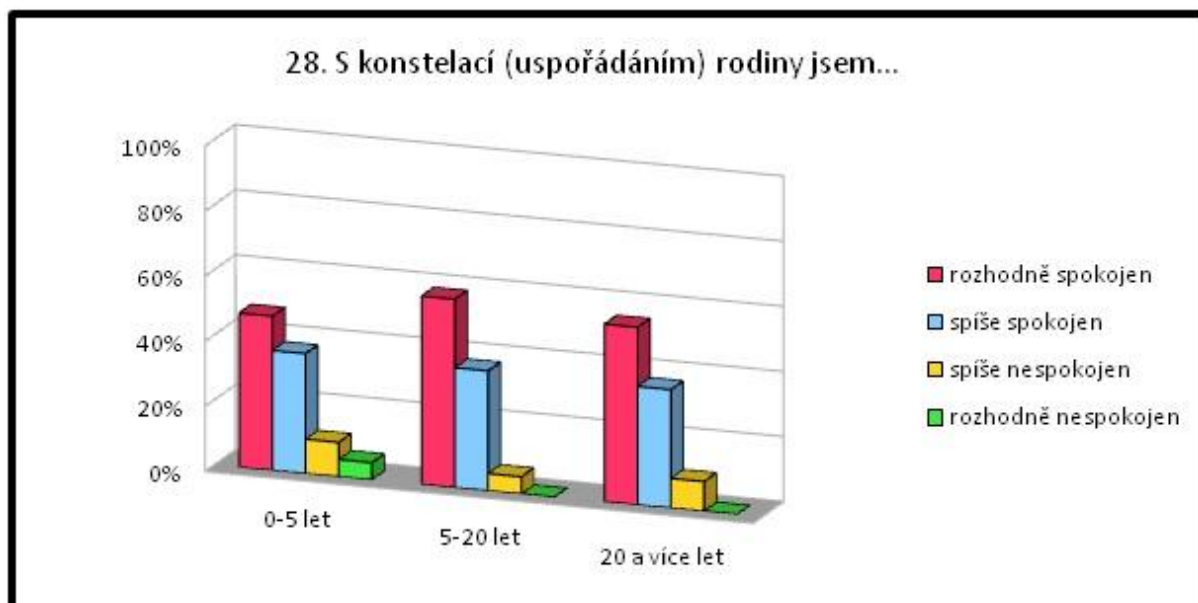
27. S komunikací v rodině jsem...



Dotaz na komunikaci v rodině dopadl stejně jako předchozí otázka. Můžeme se tedy domnívat, že „spíše nespokojeni“ jsou ti samí lidé jako v otázce č. 26. Důležitá a příznivá však je, že rozhodně nebo spíše spokojeno je s komunikací v rodině 98% z celkového počtu respondentů.

Tvrzení č. 28: S konstelací (uspořádáním) rodiny jsem...

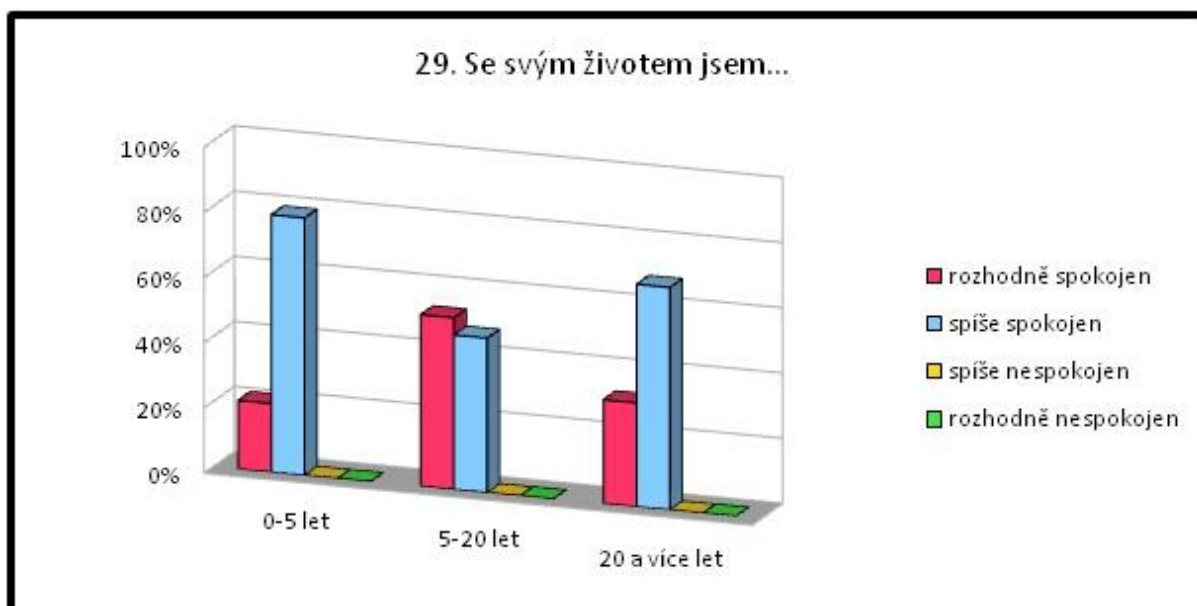
Otázka č. 28	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	47%	9	58%	11	55%	12	53%	10,7
spíše spokojen	37%	7	37%	7	36%	8	37%	7,3
spíše nespokojen	11%	2	5%	1	9%	2	8%	1,7
rozhodně nespokojen	5%	1	0%	0	0%	0	2%	0,3



V této otázce se již objevilo více negativních odpovědí. U skupiny učitelů, kteří mají nejkratší praxi, se objevil jeden případ, kdy je učitel/ka zcela nespokojen/ a s uspořádáním své rodiny. Na rozdíl od předešlých otázek, týkajících se situace v rodině, se v prostřední skupině (praxe 5-20 let) poprvé objevila odpověď „spíše nespokojen“. Naštěstí jen jednou.

Tvrzení č. 29: Se svým životem jsem...

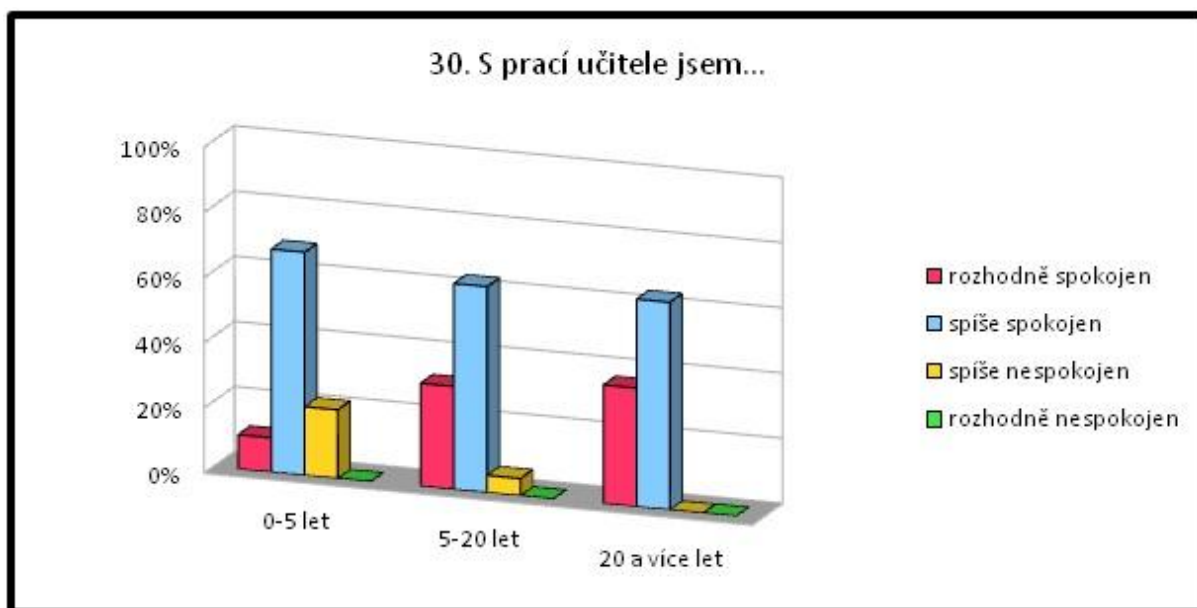
Otázka č. 29	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	21%	4	53%	10	32%	7	35%	7,0
spíše spokojen	79%	15	47%	9	68%	15	65%	13,0
spíše nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0



Jedinou otázkou, ve které nepadla žádná negativní odpověď, byla otázka, týkající se spokojenosti s vlastním životem. Z výzkumu můžeme tedy usoudit, že v globálních souvislostech jsou dotazovaní učitelé se svým životem spokojeni. Někteří rozhodně spokojeni, někteří spíše spokojeni. Pouze u skupiny s délkou praxe 5- 20 let převažovala u 53% odpověď „rozhodně spokojen“. U dvou dalších skupin převládaly odpovědi „spíše spokojen“

Tvrzení č. 30: S prací učitele jsem...

Otázka č. 30	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně spokojen	11%	2	32%	6	36%	8	26%	5,3
spíše spokojen	68%	13	63%	12	64%	14	65%	13,0
spíše nespokojen	21%	4	5%	1	0%	0	9%	1,7
rozhodně nespokojen	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0,0

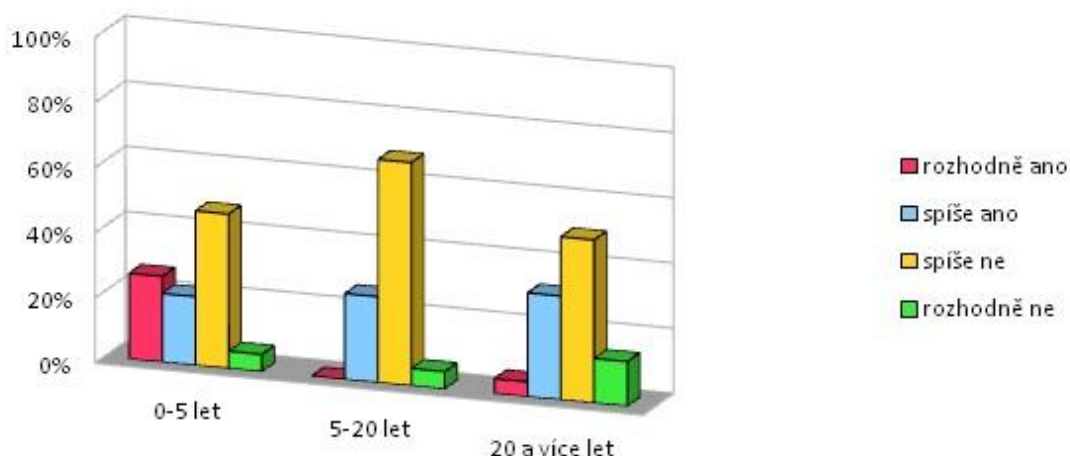


Když se podíváme na celkové výsledky otázky č. 30, dozvíme se, že naprostá většina učitelů je se svou prací více či méně spokojená. Například žádný z učitelů s praxí delší než 20 let není s prací učitele nespokojen. Naopak 21% učitelů s krátkou praxí (do 5 ti let) je se svou prací spíše nespokojeno. Pozitivním faktem může být to, že nikdo z dotázaných neodpověděl „rozhodně nespokojen“, z čehož vyplývá, že minimálně učitelé ze zkoumaného vzorku dělají svou práci rádi.

Tvrzení č. 31: Toužím po změnách ve svém životě...

Otázka č. 31	0-5 let		5-20 let		20 a více let		Ø	
	%	osoby	%	osoby	%	osoby	%	osoby
rozhodně ano	26%	5	0%	0	5%	1	10%	2,0
spíše ano	21%	4	26%	5	32%	7	26%	5,3
spíše ne	47%	9	68%	13	50%	11	55%	11,0
rozhodně ne	5%	1	5%	1	14%	3	8%	1,7

31. Toužím po změnách ve svém životě



Poslední otázka, týkající se změn v životě dotazovaných učitelů s sebou přinesla nejširší množství různých odpovědí. Učitelé se u této otázky více lišili než u předešlých. U všech tří skupin však zvítězila možnost, že spíše netouží po změnách ve svém životě. (47% s praxí do pěti let, 68% s praxí dlouhou 5- 20 let a 50% u učitelů s praxí nad 20 let). Druhou nejčastější odpovědí u všech skupin bylo, že spíše touží po změnách v životě. Jen u skupiny učitelů s praxí 5- 20 let se nenajde nikdo, kdo rozhodně netouží po změnách v životě. S ohledem na nejčastější odpověď můžeme říct, že jsou učitelé se svým životem spokojeni, když většina z nich rozhodně netouží po změnách ve svém životě.

5. Shrnutí výzkumné části

V této kapitole budou shrnuty výsledky výzkumné části předkládané diplomové práce. Výzkumná část byla provedena na třech základních školách v Karlovarském kraji za pomoci dotazníkové metody. Nestandardizovaný a anonymní dotazník vyplnilo 60 učitelů, kteří učí na prvním i druhém stupni základních škol. Dotazník obsahoval 31 tvrzení, která byla rozdělena do několika podskupin, podtémat, které ovlivňují životní spokojenost učitelů. Učitelé byli rozděleni podle délky jejich praxe ve školství do tří skupin: 0- 5 let praxe, 5 – 20 let praxe a více než 20 let praxe. Celá praktická část byla zaměřena na zjištění životní spokojenosti učitelů a na porovnávání atributů životní spokojenosti vzhledem k délce praxe ve školství. V dotazníku se bylo tázáno na co možná nejvíce atributů životní spokojenosti a každý tento atribut byl porovnáván tak, aby bylo zjištěno, jak délka učitelské praxe ovlivňuje jednotlivé podoblasti životní spokojenosti. V globálním shrnutí bylo odpovídáno převážně kladně, z čehož vyplývá, že většina učitelů je se svým životem spokojena. V jednotlivých tvrzeních se našli i občasné výjimky, kde někteří učitelé odpovídali záporně. V celkovém podílu odpovědí však ty negativní naštěstí množstvím zaostávaly.

První okruh tvrzení (položky č. 4 až 10) se týkal pracovní spokojenosti učitelů. V práci trávíme velkou část našich životů. Navíc učitelské zaměstnání je specifické v tom, že si ho učitelé přenášejí i do osobního života a nekončí spolu s koncem pracovní doby. Právě proto je důležité, aby učitelé byli se svou prací a pracovním prostředím spokojeni a aby se zde cítili dobře. Ve většině otázek, které se týkaly pracovní spokojenosti, učitelé odpovídali kladně a často vyšlo najevo, že jsou učitelé v práci spíše spokojeni. Vyzdvihla bych především tvrzení č. 9 „*S časovým pracovním vytížením jsem...*“, které vyšlo navzdory veřejnému mínění o časové vytíženosti učitelů s kladným hodnocením.

Největším problémem v pracovní spokojenosti jsou zkušenosti, které mají učitelé s kázní svých žáků a se spoluprací s rodiči. Zde se častěji objevovaly negativní odpovědi a o trochu větší nespokojenost. Je však důležité dodat, že i v této oblasti se stále objevovalo více kladných odpovědí než záporných.

Druhý okruh tvrzení (položky č. 11 – 13) byl věnován zdraví učitelů. V tomto okruhu se znovu objevovala převážně kladná hodnocení. Občas učitelé odpovídali také možností „*spíše nespokojen*“ - nejčastěji u zdravotního stavu zkušenějších kantorů. Bohužel se několik nespokojených ohlasů vyskytlo i u hodnocení vlastní duševní kondice. Se svou duševní kondicí je nespokojeno 16% začínajících učitelů, s praxí do pěti let a stejné množství učitelů s praxí dlouhou 5 – 20 let. Toto množství není v ohledu na velký počet učitelů nikterak velké, zároveň však není zanedbatelné a učitelé by proto měli dodržovat správnou duševní hygienu.

Třetí okruh tvrzení (položky č. 14 – 16) se zabývá finanční situací učitelů. Učitelská profese patří k méně placeným vysokoškolským zaměstnáním, a proto se ve školství vyskytuje větší množství nespokojených zaměstnanců. V provedeném výzkumu bylo v tvrzeních, věnovaných financím, odpovídáno spíše kladně, avšak finanční spokojenost s učitelskou profesí patřila k těm okruhům, ve kterých se i velmi často objevovaly odpovědi „*spíše nespokojen*“ a „*rozhodně nespokojen*“. Nejvíce nespokojeni se svou finanční situací jsou podle výzkumu učitelé s nejkratší praxí.

Čtvrtý okruh tvrzení (položky č. 17 – 19) byl věnován spokojenosti učitelů s volným časem. Naprostá většina učitelů je spokojena s tím, kolik volného času jim umožňuje mít jejich zaměstnání. Více nespokojených odpovědí se objevovalo u tvrzení, která se zaměřovala na kvalitu odpočinku a pestrost náplně ve volném čase. Tato nespokojenost není zapříčiněna profesí učitele, ale závisí na každém jednotlivci.

Pátý okruh tvrzení (položky č. 20 – 22) se týká učitelů a jejich přátel. Přátelé a jejich pochopení, podpora a pomoc se zdá být podle výzkumu pro učitele dostatečná. Nejčastěji se znovu objevovaly odpovědi „spíše spokojen“. Je dosti pravděpodobné, že si učitelé vybírají přátele v okruhu svých spolupracovníků a podle odpovědí je zřejmé, že jsou respondenti se svými přáteli spokojeni.

V šestém okruhu tvrzení (položky č. 23 – 25) učitelé doplňovali tvrzení, týkající se jejich vlastní osoby. Zajímavým zjištěním je určitě fakt, že téměř 90% učitelů je spokojených se svými schopnostmi a dovednostmi bez rozdílu délky praxe. Naopak statistika z výzkumu ukazuje na menší spokojenost s vlastním sebevědomím, které se týká celé šestiny dotázaných.

Sedmý okruh tvrzení (položky č. 26 – 28) se věnoval situaci v rodině. Rodinné zázemí je jedním ze základních atributů životní spokojenosti. S rodinou tráví učitelé nejvíce času a mají s ní nejužší vztah. Proto je důležité udržovat s rodinnými příslušníky pozitivní vztahy, které se podle výzkumu většině dotazovaných učitelů daří. Můžeme se domnívat, že ve všech třech tvrzeních, týkajících se rodiny, odpovídali negativně jedni a ti samí jedinci.

Poslední okruh tvrzení (položky č. 29 – 31) se týkal obecné životní spokojenosti učitelů. Velmi pozitivním zjištěním je, že v tomto okruhu se nachází největší počet kladných, spokojených odpovědí, především v otázce spokojenosti s vlastním životem. Spokojenost s prací učitele vyšla ve výzkumu také velice dobře, jelikož 88% učitelů je se svou profesí více či méně spokojena.

Výše zmíněné shrnutí praktické části diplomové práce pomáhá více přiblížit životní spokojenost učitelů a blíže se seznámit s jejími atributy. V porovnání učitelů s různou délkou praxe nebyly výsledky totožné, ani podobné. Bohužel se z výzkumu nedá vysledovat zvyšování či snižování spokojenosti úměrně s délkou praxe ve školství, jelikož délka praxe a spokojenost s jednotlivými atributy v žádném tvrzení nekorespondovala. Z výzkumu tak můžeme usoudit, že rozdíl ve spokojenosti učitelů není otázkou délky praxe, ale individuality každého jedince. Pro podrobnější zjištění informací by bylo vhodné zaměřit se na konkrétní otázky a problémy, týkající se životní spokojenosti učitelů.

ZÁVĚR

Životní spokojenost ovlivňuje kvalitu života každého člověka. Životní spokojenost však závisí na mnoha faktorech, podmiňuje ji několik atributů z různých oblastí lidského života, se kterými se každý den setkáváme. V teoretické části předkládané diplomové práce byly ty nejdůležitější faktory životní spokojenosti popsány a byly zaměřeny na souvislost s učitelskou profesí.

Učitelská profese patří mezi psychicky náročnější povolání. Každý den se učitelé setkávají s velkým množstvím žáků, studentů a dalšími spolupracovníky. Specifická je tato profese také v tom, že většina učitelů si problémy a starosti spojené se svou prací musí brát domů a řešit je i ve svém volném čase. Z tohoto důvodu stráví práci učitelé velkou část svého života. Časová a pracovní náročnost může velkou mírou ovlivňovat právě životní spokojenost učitelů.

Záměrem předkládané diplomové práce bylo zamyslet se nad atributy životní spokojenosti a ve výzkumné části tyto atributy prověřit a zjistit tak, jak velká spokojenost učitelů s jednotlivými atributy ve skutečnosti je. Tvrzení, na která se bylo v praktické části dotazováno, byla záměrně uskupena do menších oddílů tak, aby zmapovala co nejdělněji jednotlivé oblasti lidské spokojenosti. Respondenti byli úmyslně rozděleni do tří skupin podle délky jejich praxe ve školství. Důvodem tohoto rozdělení byl druhý cíl praktické části, a to porovnat jednotlivé oblasti lidské spokojenosti daných učitelů v závislosti na délce praxe a zjistit tak, jak délka učitelského povolání ovlivňuje jejich spokojenost.

Z výsledků praktické části vyplývá, že většina dotazovaných učitelů je v jednotlivých oblastech svého života spokojena. Nejčastější odpovědí, kterou učitelé zvolili, byla odpověď „spíše spokojen“, což vypovídá o tom, že by v určitých směrech mohli být ještě šťastnější, zároveň by se mohli mít mnohem hůř a cítit se více nespokojeni. Nejvíce jsou všichni učitelé spokojeni v oblasti hodnocení svého života. U tvrzení „*se svým životem jsem...* „ nepadla ani jedna negativní odpověď. I zde jako u většiny položek převládaly odpovědi „spíše spokojen“. Naopak nejméně spokojeni jsou učitelé s oblastí své finanční situace a s tím, co vlastní. O této nespokojenosti vypovídá například 26 záporných odpovědí, týkajících se vlastního finančního stavu. Nejméně vyrovnanou položkou v závislosti na rozložení odpovědí se stala otázka, týkající se touhy po změnách ve vlastním životě. Výsledek u této položky napovídá, že se učitelé liší v přání změnit něco ve svém životě. Z rozložení těchto odpovědí se dá vysledovat, že učitelé nemusí toužit po změnách ve svých životech z nepříjemných důvodů. Při detailnějším porovnání jednotlivých skupin s odlišnou délkou praxe ve školství není možné přijít na určitou spojitost právě mezi délkou praxe a životní spokojeností. Z výsledků se zdá, že není rozdíl ve spokojenosti mezi celou skupinou učitelů, kteří učí déle a těmi, co jsou ve školství kratší dobu. Životní spokojenost byla u každého člověka odlišná bez ohledu na délku praxe. Po shrnutí praktické části - výzkumu, zaměřeném na zjištění životní spokojenosti učitelů, je možná lehce překvapující, že převládají pozitivní odpovědi a dá se tak předpokládat, že učitelé jsou více či méně se svým životem spokojeni.

Spokojenost v jednotlivých oblastech života je velmi individuální a závisí na konkrétní osobní situaci každého člověka, a není proto v kompetenci autorky předkládané diplomové práce určit globální doporučení pro větší spokojenost učitelů. Každý člověk by se měl sám zamyslet nad tím, co by mohl udělat a co by mohl změnit pro to, aby byl ve svém životě spokojený, jelikož spokojenost se promítá do všech oblastí a činností v životě člověka.

RESUMÉ

Profese učitele je psychicky velmi náročná, a aby učitel vykonával dobře svou práci, je nutné, aby byl vyrovnaný a byl se svým životem spokojen. Předkládaná diplomová práce byla psána právě kvůli představení učitelství a výzkumu životní spokojenosti učitelů. Diplomová práce na téma „Životní spokojenost učitelů“ je rozdělena do dvou částí – teoretické a praktické. V prvním podtématu teoretické části byla představena učitelství s ohledem na profesně- demografické charakteristiky, specifikace profesních aktivit učitele, nároky na učitelství či pracovní zátěž učitelů. Druhým podtématem teoretické části byla životní spokojenost, v této části byly postupně představeny jednotlivé atributy životní spokojenosti.

V praktické části předkládané diplomové práce byl proveden výzkum, který měl za úkol zjistit úroveň spokojenosti učitelů a porovnat odpovědi všech respondentů s ohledem na délku jejich praxe ve školství. Výzkum byl proveden u učitelů na třech základních školách v Karlovarském kraji. Použita byla metoda nestandardizovaného dotazníku, který obsahoval 31 tvrzení. Tvrzení byla seskupena do několika okruhů, vztahujících se k základním atributům spokojenosti (práce, zdraví, finance, volný čas, přátelé, vlastní osoba a osobní spokojenost). U každého tvrzení měli respondenti možnost odpovědět jednou ze čtyř uzavřených odpovědí. Při vyhodnocování byly posuzovány výsledky celkové u všech učitelů, ale také byly porovnávány výsledky mezi jednotlivými skupinami učitelů, kteří byli rozděleni do těchto skupin podle délky praxe ve školství. Výsledky jsou vyhodnoceny kvalitativně i kvantitativně a pro lepší přehlednost jsou znázorněny i graficky.

RÉSUMÉ

The teacher's profession is psychologically very demanding. To practise the work well, it is important for the teacher to be even-tempered with their life. The presented graduate thesis is written due to introduction of teacher's profession and research of teacher's life satisfaction. My graduate thesis is divided into two parts. Theoretical part and practical part. In one section of the theoretical part the teacher's profession is introduced according to vocational – demographical characteristics, specification of teacher's professional activities, requirements of the teacher's profession as well as work strain of teachers. Another section is dealing with life satisfaction. In this part individual attributes of life satisfaction were introduced item - by - item.

In the practical part of my graduate thesis the research was conducted to ascertain the level of the teacher's satisfaction and compare the answers of all respondents with regard to the duration of their professional experience in teaching. The research was performed in three primary schools in Karlovy Vary region. The method of non standardized questionnaire was used. The questionnaire contained thirty-one statements. The statements were grouped in several categories related to key attributes of satisfaction (job, health, finances, free time, friends, individual person and personal satisfaction). For each statement four closed answers were given to be chosen by the respondents. In the process of evaluation the results were assessed in general and in groups which were created according to the length of their teaching practise. The results were evaluated of quality and quantity and for better overview the results are represented by diagrams.

SEZNAM LITERATURY

BARTKO, Daniel. *Moderní psychohygienu*. Praha: Orbis, 1976.

HENNIG, Claudius., KELLER, Gustav. *Antistresový program pro učitele*. 1. vydání. Praha: Portál, 1996. ISBN 80 – 7178 – 093 – 6.

HOLEČEK, Václav, MIŇHOVÁ, Jana, PRUNNER, Pavel. *Psychologie pro právníky*. Dobrá Voda: Aleš Čeněk, 2003. ISBN 80 – 86473 – 50 – 3.

HOŠEK, Václav. *Psychologie odolnosti*. Praha: Karolinum, 1999. ISBN 80 – 7184 – 889 – 1.

JIŘINCOVÁ, Božena, HOLEČEK, Václav, MIŇHOVÁ, Jana a kol. *Vybrané kapitoly z psychologie zdraví*. Plzeň: Vydavatelství ZČU, 1996. ISBN 80- 7082- 308- 9.

KOVÁČ, Damián. *Psychologiu k metanoi*. Bratislava: Veda, 2007. ISBN 80 – 2240 – 965 - 0.

KOVÁČ, Damián. *Osobnosť: od formovania k sebauváraui*. Bratislava: Ústav experimentálnej psychológie SAV, 2002. ISBN 80 – 8891 – 008 - 0.

KRYKOROVÁ Hana, VÁŇOVÁ, Růžena a kol. *Učitel v současné škole*. Praha: Karolinum, 2010. ISBN 978- 80- 7308- 301- 4.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie pocitů štěstí*. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978- 80- 247- 4436- 0.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80- 7178- 551- 2.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak zvládat stres*. Praha: Grada, 1994. ISBN 80 – 7169 – 121 – 6.

LANGOVÁ, Marta, KODÝM, Miloslav a kol. *Psychologie činnosti a osobnosti učitele*. Praha: Academia, 1987.

MÍČEK, Libor., ZEMAN, Vladimír. *Učitel a stres*. Brno: Masarykova univerzita, 1992. ISBN 80 – 8604 – 125 – 5.

MÍČEK, Libor. *Duševní hygiena*. Praha: SPN, 1984.

NAKONEČNÝ, Milan. *Encyklopedie obecné psychologie*. Praha: Academia, 1997. ISBN 80 – 2000 – 625 – 7.

PAŘÍZEK, Vlastimil. *Učitel a jeho povolání*. Praha: SPN, 1988.

PAULÍK, Karel. *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978- 80- 247- 2959- 6.

PAULÍK, Karel, GRUBER, David. *Trénink radosti: sebepoznání, seberozvoj, emotion management*. Ostrava: Repronis, 2001. ISBN 80 – 8612 – 274 – 3.

PAULÍK, Karel. *Psychologické aspekty pracovní spokojenosti učitelů*. Ostrava: Ostravská univerzita Ostrava, 1999. ISBN 80- 7042- 550- 4.

PRŮCHA, Jan. *Učitel- současné poznatky o profesi*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80- 7178- 621- 7.

PRŮCHA, Jan, WALTEROVÁ, Eliška a MAREŠ, Jiří. *Pedagogický slovník*. 3.vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178- 579- 2.

URBÁNEK, Petr a CHVÁL, Martin. *Klima učitelského sboru*. Praha: Národní ústav pro vzdělávání, 2012. ISBN 978- 80- 87063- 59- 0.

VAĎUROVÁ, Helena, MÜHLPACHR, Pavel. *Kvalita života: teoretická a metodologická východiska*. Brno: Masarykova Univerzita, 2005. ISBN 80 – 2103 – 754 – 7.

VOSEČKOVÁ, Alena, HRSTKA, Zdeněk. *Kapitoly z psychologie zdraví*. Hradec Králové: Univerzita obrany, 2010. ISBN 978- 80- 7231- 344- 0.

SEZNAM PŘÍLOH

- 1- Dotazník- předloha
- 2- Dotazník- ukázka vyplněného dotazníku