

Volný čas dětí staršího školního věku v dětském domově

Armin Renczes

Bakalářská práce
2025



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2024/2025

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení:	Armin Renczes
Osobní číslo:	H220003
Studijní program:	B0111A190011 Sociální pedagogika
Forma studia:	Kombinovaná
Téma práce:	Volný čas dětí staršího školního věku v dětském domově

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti volného času, ústavní výchovy a staršího školního věku.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

- BENDL, Stanislav, 2015. Vychovatelství: učebnice teoretických základů oboru. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4248-9.
- HOFBAUER, Břetislav, 2004. Děti, mládež a volný čas. Praha: Portál. ISBN 80-7178-927-5.
- CHRÁSKA, Miroslav, 2007. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.
- JANSKÝ, Pavel, 2014. Dítě s problémovým chováním a náhradní výchovná péče ve školských zařízeních pro výkon ústavní a ochranné výchovy. Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN 978-80-7435-534-9.
- KNOTOVÁ, Dana, 2011. Pedagogické dimenze volného času. Brno: Paido. ISBN 978-80-7315-223-9.

Vedoucí bakalářské práce: **PhDr. Zuzana Hrnčířiková, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **23. ledna 2025**
Termín odevzdání bakalářské práce: **2. května 2025**

L.S.

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění bez ohledu na výsledek obhajoby;
- bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a bude dostupná k nahlédnutí;
- jedno vyhotovení bakalářské práce v listinné podobě bude ponecháno Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně k uložení;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá; neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji, že

- jsem na bakalářské práci pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem řádně citoval(a); v případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor;
- odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou obsahově totožné.

Ve Zlíně, dne

.....

podpis autora

ABSTRAKT

Tato bakalářská práce se zabývá způsoby trávení volného času dětí staršího školního věku žijících v dětských domovech. Volný čas v institucionálním prostředí představuje významný faktor ovlivňující kvalitu života, osobnostní rozvoj a sociální začlenění dítěte. Cílem práce bylo zjistit, jaké volnočasové aktivity děti nejčastěji vykonávají, s kým čas tráví, zda mají zájem o nové činnosti a jak hodnotí nabídku aktivit v dětském domově.

Výzkum byl realizován kvantitativní metodou prostřednictvím dotazníkového šetření, kterého se zúčastnilo 70 respondentů ve věku 11 až 15 let z různých dětských domovů.

Klíčová slova: dětský domov, volný čas, ústavní výchova, děti, rodina, výchova, volnočasové aktivity.

This bachelor's thesis focuses on the ways in which older school-age children living in children's homes spend their leisure time. Leisure time in an institutional environment represents an important factor influencing the quality of life, personal development, and social inclusion of a child. The aim of the thesis was to identify the leisure activities most frequently pursued by these children, determine with whom they spend their time, explore their interest in new activities, and assess their evaluation of the activity offer in children's homes.

The research was conducted using a quantitative method through a questionnaire survey, which involved 70 respondents aged 11 to 15 from various children's homes.

Keywords: children's house, leisure time, institutional care, children family, education, leisure activities.

Tuto bakalářskou práci bych rád věnoval všem, kteří mi po celou dobu jejího vzniku poskytovali podporu, motivaci a pochopení. Zejména děkuji své vedoucí práce, paní PhDr. Zuzaně Hrnčířikové, Ph.D., za odborné vedení mé práce a poskytnutí veškerých rad. Velmi si vážím její trpělivosti, vstřícnosti a času, který mi věnovala během celého procesu psaní této práce.

Poděkování patří také všem, kteří mi umožnili nahlédnout do problematiky volnočasových aktivit dětí v dětských domovech, a sdíleli se mnou své zkušenosti a poznatky. Velmi si vážím všech pedagogů a dětí, kteří se ochotně zapojili do výzkumu a umožnili mi lépe pochopit skutečný význam trávení volného času v ústavní péči.

OBSAH

ÚVOD.....	11
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 VOLNÝ ČAS.....	13
1.1 DEFINICE VOLNÉHO ČASU.....	13
1.2 FUNKCE VOLNÉHO ČASU	15
1.3 FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ VOLNÝ ČAS	17
2 ÚSTAVNÍ VÝCHOVA	20
2.1 CHARAKTERISTIKA ÚSTAVNÍ VÝCHOVY	20
2.2 DĚTSKÝ DOMOV	23
2.2.1 Děti a dospívající končící v dětském domově.....	23
2.2.2 Volný čas v dětském domově	24
2.2.3 Vychovatel v dětském domově	25
3 CHARAKTERISTIKA VYBRANÉ VĚKOVÉ SKUPINY.....	28
3.1 STARŠÍ ŠKOLNÍ VĚK 11-15 LET	28
3.2 VOLNOČASOVÉ PREFERENCE A POTŘEBY DĚTÍ VE STARŠÍM ŠKOLNÍM VĚKU	30
4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ.....	32
4.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM	33
4.2 CÍLE VÝZKUMU	33
4.3 VÝZKUMNÉ OTÁZKY	34
4.4 VÝZKUMNÝ SOUBOR	34
4.5 METODOLOGIE VÝZKUMU	35
4.6 TECHNIKA SBĚRU DAT	38
5 VÝSLEDKY ŠETŘENÍ	40
5.1 ODPOVĚDI Z DOTAZNÍKU	41
5.2 INTERPRETACE DAT	47
6 DISKUZE	48
ZÁVĚR	50
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	53
SEZNAM TABULEK A GRAFŮ.....	55
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....	56
SEZNAM PŘÍLOH.....	57

ÚVOD

Volný čas je velmi významnou součástí života každého jedince. U dětí a dospívajících hraje zásadní roli nejen v oblasti odpočinku a regenerace, ale také při formování osobnosti, navazování mezilidských vztahů a rozvoji zájmů. Způsob, jakým děti tráví svůj volný čas, ovlivňuje jejich sociální začlenění, emoční pohodu i budoucí životní styl. Zvláštní pozornost si zasluhují děti vyrůstající mimo vlastní rodinu – například v dětských domovech, jejichž podmínky pro trávení volného času se mohou výrazně lišit od podmínek běžného rodinného prostředí.

Tato bakalářská práce se zaměřuje na volnočasové aktivity dětí staršího školního věku, konkrétně ve věku 11 až 15 let, které žijí v dětském domově. Důvodem výběru tohoto tématu je moje dlouholetá profesní zkušenost – jako vychovatel v tomto zařízení působím již 22 let. Během této doby jsem měl možnost každodenně sledovat, jak děti tráví svůj volný čas, jaké aktivity jim přinášejí radost a naplnění, ale také s jakými omezeními a výzvami se v této oblasti potýkají. Téma volného času považuji za klíčové z hlediska výchovné práce.

Hlavním cílem této práce je analyzovat, jak děti ve zmíněném věku v dětském domově tráví svůj volný čas. Mezi dílčí cíle patří zjištění, jaké konkrétní aktivity děti vykonávají, o jaké aktivity by měly zájem, pokud by si mohly vybrat, kde svůj volný čas nejčastěji tráví (zda v areálu dětského domova, nebo mimo něj) a s kým ho obvykle tráví.

Bakalářská práce je rozdělena do dvou částí – teoretické a praktické. V teoretické části se zaměřuji na vymezení pojmu volný čas, jeho funkce, faktory, které ho ovlivňují, a také na prevenci rizikového chování ve volném čase. Dále definuji pojem ústavní výchovy a dětského domova a jejich význam. Závěrem teoretické části je charakteristika vybrané věkové skupiny (11–15 let).

Praktická část je založena na kvantitativním výzkumu realizovaném prostřednictvím dotazníkového šetření mezi dětmi v dětském domově a obsahuje prezentaci, analýzu a interpretaci získaných dat.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 VOLNÝ ČAS

V rámci této kapitoly si definujeme pojem volný čas, budeme se zabývat funkcemi volného času, faktory, které jej ovlivňují, a jakým způsobem lze předcházet rizikovému chování.

Volný čas je velmi důležitou součástí života člověka, ovlivňuje jeho vývoj, seberealizaci a identifikaci sociálních rolí. Pro děti a mladé lidi znamená prostor pro učení, rozvoj dovedností a vytváření zdravých návyků. Každý mladý člověk se učí trávit svůj volný čas smysluplně a dobře ho využívat.

Hofbauer (2004, str. 13) uvádí, že „volný čas (angl. leisure time, franc. le loisir) je čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků, jež vyplývají z jeho sociálních rolí, zvláště z dělby práce a nutnosti zachovat a rozvíjet svůj život“.

Na téma volného času lze nahlížet z různých úhlů pohledu:

Z ekonomického hlediska je důležité, kolik prostředků je společnost ochotna investovat do oblasti volného času a zda se část těchto investic může vrátit, a jakým způsobem. Odvětví volného času má využití jak ve výchově, tak v komerční sféře (Pávková a kolektiv, 2002).

Ze sociologického a sociálně psychologického hlediska je třeba sledovat, jak volnočasové aktivity podporují vytváření mezilidských vztahů a zda pomáhají tyto vztahy rozvíjet. Díky procesu socializace si jedinec buduje jak formální, tak neformální skupiny. Volný čas dětí je nejvíce ovlivňován rodinou a také prostředím, ve kterém se pohybují (Pávková a kolektiv, 2002).

Zdravotní hledisko volnočasových aktivit se zaměřuje především na to, jak podpořit zdravý tělesný a psychický vývoj jednotlivce. Z tohoto úhlu pohledu je klíčové, aby byly aktivity během dne správně uspořádány, respektovaly individuální potřeby a aktivitu člověka a dbaly na hygienu prostředí a mezilidských vztahů. Efektivní využití volného času přispívá k lepšímu zdraví jednotlivce (Pávková a kolektiv, 2002).

1.1 Definice volného času

Volný čas lze vnímat jako období, během něhož si člověk vybírá aktivity podle vlastního přání. Tyto činnosti mu přinášejí radost a potěšení, přispívají k psychickému i fyzickému odpočinku a poskytují prostor pro seberealizaci. Jde tedy o dobu věnovanou oddechu a zábavě, přičemž mezi klíčové aspekty patří například koníčky (Pávková a kolektiv, 2002).

Podobný pohled nabízí Hofbauer (2004), který zdůrazňuje, že volný čas představuje období bez činností spojených s povinnostmi vyplývajícími ze společenských rolí. Je to čas, který zbývá po splnění pracovních úkolů a nezbytných povinností, kdy člověk vykonává aktivity s očekáváním radosti a dobrého pocitu. Tím se koncept volného času přirozeně staví do kontrastu s časem věnovaným povinnostem, jak zdůrazňuje i Novotná (2017). Podle ní je klíčové rozlišit mezi dobou povinných činností a dobou, kdy máme svobodu volby, čemu se budeme věnovat.

Tento kontrast dále rozvíjí definice Pávkové a kolektivu (2011), která vymezuje volný čas jako část života mimo pracovní závazky, školní docházku a základní povinnosti, mezi něž patří péče o fyziologické potřeby (např. spánek, jídlo či hygiena) a péče o rodinu a domácnost. Volný čas je tedy tím, co zbývá po splnění těchto povinností, a nabízí prostor pro sebezdokonalování, relaxaci a rozvoj vlastních zájmů.

Ve všech uvedených přístupech se opakuje základní myšlenka: volný čas je obdobím, kdy si člověk svobodně volí aktivity, které mu přinášejí uspokojení, obnovují jeho fyzické a duševní síly a umožňují mu být sám sebou. Tento čas je nejen zdrojem odpočinku, ale i příležitostí věnovat se činnostem pro sebe nebo pro druhé, pokud k tomu jedince vede jeho vnitřní motivace (Pávková a kolektiv, 2002).

Tuto představu dále rozšiřují zahraniční autoři (Iso-Ahola, Baumeister, 2023), kteří popisují volný čas jako psychologický koncept založený především na vnímání svobody a možnosti volby. Podle nich je klíčové, aby měl člověk možnost se do určité činnosti zapojit, ale stejně tak i rozhodnout se nic nedělat – právě tato vnitřní svoboda odlišuje volný čas od povinnosti. Pokud je jedinec do činnosti nucen, ztrácí daná aktivita charakter volného času.

V odborné literatuře se přitom objevuje ještě další hledisko. Kaplánek (2017) uvádí, že interpretace volného času osciluje mezi dvěma základními přístupy – kvantitativním a kvalitativním. Kvantitativní vymezení chápe volný čas jako „čas zbavený povinností“, tedy jako zbytkový čas po splnění závazků, zatímco kvalitativní přístup jej vnímá jako prostor pro seberealizaci a rozvoj osobnosti. V tomto duchu Kaplánek (2017) zdůrazňuje, že volný čas zahrnuje činnosti, které podporují využití a rozvoj nejrozličnějších lidských schopností.

1.2 Funkce volného času

Rozdělení funkcí výchovy ve volném čase (Pávková, 2014) uvádí čtyři hlavní funkce: výchovně – vzdělávací, zdravotní, sociální a preventivní.

Výchovně-vzdělávací funkce spočívá ve vědomém formování jednotlivců a v dosahování stanovených cílů pomocí pečlivě zvolených pedagogických postupů. Ovlivňuje všechny složky osobnosti – fyzickou, duševní i sociální. Jejím prostřednictvím lze uspokojovat potřeby, rozšiřovat zájmy a rozvíjet schopnosti jednotlivců. Různorodé a atraktivní aktivity mohou podněcovat děti, mládež i dospělé k osobnímu a společenskému naplnění volného času, k získávání nových znalostí a dovedností potřebných pro celoživotní učení. Zároveň se rozvíjejí kognitivní procesy a formují se pozitivní osobnostní vlastnosti. Jedinec si díky zkušenostem z různých aktivit utváří vlastní pohled na svět (Pávková, 2014).

Zdravotní funkce je klíčová pro psychický, fyzický i sociální vývoj jedince. Podpora zdraví může probíhat následujícími způsoby:

- Denní režim je přizpůsoben tak, aby odpovídal biorytmům a individuálním potřebám člověka. Obsahuje různorodé činnosti – fyzické a duševní aktivity, práci a odpočinek, organizované i spontánní aktivity.
- Zajištění pohybových aktivit na čerstvém vzduchu. Organizované pohybové činnosti podporují dostatek pohybu, který je zásadní pro vývoj jedince. Jedním z cílů volnočasových aktivit je, aby se pohyb stal pravidelnou součástí života.
- Podpora zdravých stravovacích návyků a důraz na vyváženou stravu. Školní zařízení často hraje klíčovou roli, protože zabezpečuje stravování mládeže. Stravování je i společenskou záležitostí a mělo by probíhat v klidném a příjemném prostředí.
- Rozvoj hygienických návyků, včetně osobní hygieny a péče o své věci a oblečení.

Sociální funkce zahrnuje péči o děti, dohled nad jejich volným časem a jejich zabezpečení. Tuto roli zajišťují školní družiny, domovy mládeže a zejména zařízení poskytující ústavní a ochrannou péči. Sociální funkce však může mít i širší význam – lidé tráví čas v různých sociálních prostředích, což jim umožňuje navazovat nové sociální vztahy, často s lidmi s podobnými názory a zájmy (Pávková, 2014).

Preventivní funkce hraje klíčovou roli v předcházení negativním jevům, jako je záškoláctví, lhaní, agrese, ničení cizího majetku, experimentování s drogami a jejich zneužívání. Vhodně zvolené volnočasové aktivity fungují jako nespécifická primární prevence proti těmto

rizikům. Dítě, které umí efektivně využívat svůj volný čas a má zájmy, které ho naplňují, obvykle nepodléhá patologickým vlivům (Pávková, 2014).

Prevence zahrnuje aktivity zaměřené na předcházení rizikovému chování nebo na omezení jeho doprovodných jevů v případě, že se již vyskytne. Na vznik rizikového chování přitom působí řada faktorů, mezi které patří rodinné prostředí, výchovný styl, vliv vrstevníků, školní prostředí a další (Bendl, 2015).

Podle Bendla (2015) lze prevenci rozdělit do tří kategorií: primární prevence, jejímž cílem je zabránit vzniku rizikového chování – a to buď specificky, se zaměřením na konkrétní formu a typ chování, nebo nespecificky, působením obecně; sekundární prevence, která se uplatňuje, pokud již jedinec rizikové chování projevuje, a jejímž cílem je jeho omezení či minimalizace dopadů; a terciární prevence, která nastupuje po výskytu rizikového chování a zaměřuje se na minimalizaci jeho následků.

Dle Hofbauera (2004) jsou hlavními funkcemi volného času odpočinek

(obnovení sil po pracovním vyčerpání), zábava (duševní obnova) a osobnostní rozvoj (zapojení do kulturních aktivit).

Autor uvádí funkce volného času podle Horsta W. Opaschowského:

- rekreaci (zotavení a uvolnění),
- kompenzaci (odstraňování zklamání a frustrací),
- výchovu a další vzdělávání (učení o svobodě a ve svobodě, sociální učení),
- kontemplaci (hledání smyslu života a jeho duchovní výstavba),
- komunikaci (sociální kontakty a partnerství),
- participaci (podílení se, účast na vývoji společnosti),
- integraci (stabilizaci života rodiny a vyrůstání do společenských organismů),
- enkulturaci (kulturní rozvoj sebe samých, tvořivé vyjádření prostřednictvím umění, sportu, technických a dalších činností).

Tento široký výčet doplňuje i Kaplánek (2017), který upozorňuje, že v moderní společnosti je volný čas vnímán nejen jako prostor pro odpočinek, ale i jako nástroj osobního růstu,

socializace a dalšího vzdělávání. Podle něj je volný čas v dnešní době také spotřebováván jako „čas konzumu“, čímž se zároveň stává podmínkou pro pokračující produkci.

1.3 Faktory ovlivňující volný čas

Pro děti a mládež je rodina stále prvním prostředím, které podporuje pozitivní podmínky pro trávení volného času. Poskytuje hodnoty a motivaci k dosahování životních cílů, organizuje rodinný život tak, aby dětem dala dostatek času a umožnila jim podílet se na plánování a prožívání volného času. Dále zajišťuje finanční a materiální potřeby, jako je osobní vybavení a placené služby, a poskytuje informace a inspiraci pro aktivity mimo rodinu. Rodina jako motivátor, podporovatel a tvůrce volného času může děti naučit kreativně přistupovat k trávení volného času a formovat postoje, které budou schopny uplatnit v budoucnu i ve vlastní rodině (Hofbauer, 2004).

Rodina působí na jedince zejména skrze napodobování a opakování vzorců pozitivního trávení volného času rodičů prostřednictvím účasti dětí na rodinných aktivitách, jako jsou společenské hry, domácí zábava, setkávání s příbuznými, návštěvy kulturních a zábavních zařízení, divadel, výlety do přírody či rodinné dovolené. Následování životního stylu rodičů však není vhodné, pokud vede k zahálce, nudě, konzumu nebo dokonce protispolečenskému chování (Hofbauer, 2004).

Pravidelné rodinné aktivity, jako je sport, turistika či kulturní činnosti, mohou dítě zapojit již tím, že projeví zájem. Rodiče v dětech nacházejí své následovníky a snaží se na ně výchovně působit (Hofbauer, 2004).

S ohledem na potřeby, zájmy a schopnosti dětí v rodině citlivě a cíleně reagujeme – děti se mohou k takovým aktivitám samy připojit nebo jsou přímo podporovány rodiči, kteří je povzbuzují k zapojení i mimo rodinné prostředí. S tím, jak děti rostou a jejich zájmy se vyvíjejí, se postupně osamostatňují a opouštějí rodinný rámec. Spolu s vrstevníky pak nacházejí uplatnění v různých vzdělávacích prostředích (sportovní týmy, výtvarné a kreativní skupiny, technická zájmová sdružení atd.), kde dále rozvíjejí své zájmy a dovednosti na vyšší vzdělávací úrovni (Hofbauer, 2004).

Je však zásadní věnovat dětem dostatečnou pozornost, aktivně se zajímat o to, jak tráví svůj volný čas, a učit je jej využívat k vlastnímu rozvoji. V dnešní době ale tento přístup zdaleka není samozřejmostí v každé rodině; naopak, nezájem o volný čas dětí je poměrně častý (Hofbauer, 2004).

Média a komunikace

V dnešní době má mezilidská komunikace, jako forma sociálního kontaktu pro přenos informací, stále větší význam. Komunikace může probíhat osobně, tváří v tvář, ale stále častěji se využívají masová média pro šíření informací. Masmédia zejména umožňují oslovit velké skupiny lidí a v poslední době také aktivně zapojit veřejnost do komunikace. Děti a mladí lidé přicházejí do styku s médii každodenně a kdykoli, mnohdy již od předškolního věku. Média jim poskytují informace o světě, pomáhají rozvíjet a uspokojovat jejich zájmy, nabízejí nové formy relaxace a zábavy a umožňují prožít vzrušení či radost z dosažených cílů. Média se tak stala novým a jedinečným zdrojem zájmu, který bude mít v budoucnu pravděpodobně stále větší význam (Hofbauer, 2004).

Vztah mezi mládeží a médii lze rozdělit do několika forem:

- děti a mládež se stávají předmětem zájmu médií zaměřených na dospělé,
- vystupují jako čtenáři a diváci,
- přímo se podílejí na tvorbě mediálního obsahu (Hofbauer, 2004).

Současné využívání médií poskytuje širší možnosti pro vyjádření názorů a přístup k rozmanitým informacím. Má však také negativní dopady, například může vést k závislostem, které omezují jiné aktivity, jako je například pohyb (Hofbauer, 2004).

Aktuální studie však ukazují, že digitální média se stala nejen nástrojem zábavy, ale také prostředkem sociální interakce a seberealizace. Na druhé straně se s rostoucí mírou užívání objevuje vyšší riziko sedavého způsobu života a narušení spánkových vzorců u dětí a dospívajících. Přístup k médiím a jejich vliv na volný čas je zároveň ovlivněn socioekonomickými podmínkami a digitální gramotností rodiny (Gao, 2023, Patel & Johnson, 2024).

Vrstevnícké skupiny

Mladý člověk se začíná vzdalovat od své původní rodiny a nachází smysl života ve skupině vrstevníků. Většinu času tráví s přáteli a kamarády. Má silnou potřebu být ve skupině přijat kvůli tzv. skupinové identitě, a proto přejímá pravidla a chování skupiny. Přijetím do skupiny často dochází ke ztrátě individuální zodpovědnosti a zvýšení sebevědomí. Mladí lidé často upřednostňují své přátele, což vede k omezení dřívějších zájmů. Motivace k dalším

aktivitám a udržení jiných zájmů je pro ně složitá (Pávková, Pavlíková, Hrdličková, 2008, Vágnerová, 2005).

Současné výzkumy vrstevnických vztahů ukazují, že pozitivní skupinová dynamika může podporovat zapojení do sportovních, kulturních či dobrovolnických aktivit, zatímco negativní vliv vrstevníků zvyšuje pravděpodobnost zapojení do rizikového chování. Klíčovým ochranným faktorem je propojení vrstevnických aktivit s podporou dospělých a dostupností bezpečných míst pro trávení volného času (Nguyen, 2023).

Škola

Hlavním posláním školy je poskytovat kvalitní vzdělání, ale zaměřuje se také na volný čas žáků mimo výuku. Nejefektivnější je, když propojí vzdělávání s atraktivními aktivitami, což zvyšuje zájem dětí o daný předmět. Aktivita, ve které děti vynikají a které je baví, mohou mít pozitivní vliv i na jejich školní výsledky. Například výuka cizích jazyků, sport nebo přírodní vědy nabízejí možnost účastnit se ve volném čase soutěží či odborných seminářů. Škola dokáže žákům nabídnout široké spektrum aktivit, které jim pomohou smysluplně vyplnit volný čas, například různé kroužky, plesy, exkurze a další akce, které posilují vztahy mezi studenty a učiteli. Škola také plní funkci koordinátora volnočasových aktivit, shromažďuje informace o možnostech trávení volného času a díky spolupráci s neziskovými organizacemi poskytuje mnoho dalších možností (Bendl, 2015).

Novější analýzy zdůrazňují, že kvalita školního prostředí – dostupnost mimoškolních programů, zapojení pedagogů a propojení školy s komunitou – významně ovlivňuje míru a kvalitu trávení volného času žáků. Školy, které nabízejí pestrý a flexibilní program, podporují vyšší míru participace dětí, zejména pokud jsou aktivity finančně dostupné a fyzicky přístupné (Thomas, 2024).

2 ÚSTAVNÍ VÝCHOVA

Tato kapitola se zaměřuje na problematiku ústavní výchovy jako specifické formy náhradní péče, která je určena dětem, jež nemohou vyrůstat ve své biologické rodině. Vysvětlen bude nejen samotný pojem ústavní výchovy a její legislativní ukotvení, ale také jednotlivé typy zařízení, ve kterých je ústavní výchova vykonávána. Zvýšená pozornost je věnována zejména dětskému domovu jako jednomu z hlavních typů těchto zařízení – jeho charakteristice, organizaci, důvodům umisťování dětí a fungování rodinných skupin. Dále se kapitola věnuje volnočasovým aktivitám dětí žijících v dětském domově, které hrají důležitou roli v jejich socializaci, a v neposlední řadě je pozornost zaměřena také na roli vychovatele, jenž je klíčovým odborným pracovníkem zajišťujícím každodenní výchovné, vzdělávací i podpůrné činnosti.

Děti a mladí lidé jsou umisťováni do ústavní a ochranné výchovy, pokud jsou sirotci, děti, které vyrůstají v sociálně nestabilním prostředí, děti vykazující rizikové chování jako jsou například útoky z domova, užívání návykových látek nebo záškoláctví. Mohou sem být umístěny také děti, které mají problémy na podkladě psychiatrického nebo neurologického onemocnění a děti potýkající se s kriminální činností. Nefunkční rodinné zázemí a celková nestabilita rodiny je hlavním důvodem, proč jsou děti umístěny do těchto zařízení (Knotová, 2011).

Soud nařizuje ústavní výchovu dětem s vážnými poruchami chování, pokud selhala jiná preventivní výchovná opatření (Pávková, 2002).

2.1 Charakteristika ústavní výchovy

Podle § 1 odst. 1, 2 a 3 zákona č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů:

(1) Ve školských zařízeních pro výkon ústavní výchovy nebo ochranné výchovy (dále jen „zařízení“) a ve školských zařízeních pro preventivně výchovnou péči musí být zajištěno základní právo každého dítěte na výchovu a vzdělávání v návaznosti na ústavní principy mezinárodní smlouvy o lidských právech a základních svobodách, jimiž je Česká republika vázána, vytvářeny podmínky podporující sebedůvěru dítěte, rozvíjející citovou stránku jeho osobnosti a umožňující aktivní účast dítěte ve společnosti. S dítětem musí být zacházeno v zájmu plného a harmonického rozvoje jeho osobnosti s ohledem na potřeby osoby jeho věku.

(2) Účelem zařízení je zajišťovat nezletilé osobě¹), a to zpravidla ve věku od 3 do 18 let, případně zletilé osobě do 19 let (dále jen „dítě“), na základě rozhodnutí soudu o ústavní výchově nebo ochranné výchově nebo o předběžném opatření náhradní výchovnou péči v zájmu jeho zdravého vývoje, řádné výchovy a vzdělávání.

(3) Účelem školských zařízení pro preventivně výchovnou péči je předcházet vzniku a rozvoji negativních projevů chování dítěte nebo narušení jeho zdravého vývoje, zmírňovat nebo odstraňovat příčiny nebo důsledky již vzniklých poruch chování a přispívat ke zdravému osobnostnímu vývoji dítěte.“

Podle § 2 odst. 1 zákona č. 109/2002 Sb. zařízeními jsou:

- a) diagnostický ústav
- b) dětský domov
- c) dětský domov se školou
- d) výchovný ústav

Školská zařízení určená pro ústavní nebo ochrannou výchovu se dělí na:

1. **Diagnostický ústav:** Je zařízení, které zajišťuje umístění dítěte do příslušného školského zařízení jako je dětský domov, dětský domov se školou nebo výchovný ústav na základě celkového zhodnocení zdravotního stavu dítěte a kapacity jednotlivých zatížení. Může také v určitých případech, kdy je to v nejlepším zájmu dítěte umístit dítě do smluvní rodiny. Diagnostický ústav plní řadu úloh podle potřeb dítěte. Pobyt dětí zde trvá osm týdnů (Křístek, 2017). Mezi tyto úlohy patří: Diagnostické, které zajišťují vyšetření dítěte prostřednictvím pedagogických a psychologických metod. Vzdělávací, mají za úkol zjistit již dosažené znalosti dítěte a stanovit jeho vzdělávací potřeby. Terapeutické, zajišťují řešení poruch v sociálních vztazích a v chování dítěte. Výchovné a sociální zahrnují práci s osobnostmi dítěte a jeho rodinou situací. Organizační zajišťují umístování dítěte do zařízení. Koordinační směřují k zajištění jednotného přístupu v zařízeních a spolupráce s orgány státní správy.

2. **Dětský domov:** Tato instituce zajišťuje péči o děti a jejich individuální potřeby na základně nařízení ústavní výchovou. Jsou zde umístovány děti ve věku 3-18 let nebo nezletilé matky s dítětem. Dětský domov plní vzdělání, sociální a výchovné funkce (Křístek, 2017).

3. **Dětský domov se školou:** Tento domov poskytuje péči dětem s nařízenou ústavní nebo ochrannou výchovou. Jedná se o děti se závažnými poruchami chování nebo duševním onemocněním, které vyžaduje výchovně léčebnou péči. Do tohoto typu zařízení mohou být uloženy děti od věku 6 let až do doby, kdy dokončí povinnou školní docházku (Křístek, 2017).

4. **Výchovný ústav:** Do tohoto zařízení jsou umisťovány děti starší 15 let, které mají těžké poruchy chování a byla u nich nařízena ústavní nebo ochranná výchova. Plní vzdělávací, sociální a výchovné funkce. Pokud má dítě závažné poruchy, pro které nemůže být umístěno jinde, může být uloženo do výchovného ústavu již ve věku starších 12 let. Pro děti je vždy zajištěna základní, speciální škola nebo střední škola (Křístek, 2017).

Systematická review od Turgut Atak & Bebiş (2024) zkoumá rizikové faktory psychické odolnosti adolescentů v ústavní výchově, přičemž identifikuje řadu negativních podnětů — od nízkého sebevědomí a nedostatku sociální opory až po komplikované interpersonální vztahy uvnitř zařízení. Autoři důrazně doporučují vyvíjet cílené intervence zaměřené na posilování resilience, jejichž součástí by měla být odborná podpora personálu i systémová prevence.

Závěry uvedené ve sborníku z konference Kvalita péče o děti v ústavní výchově (Pacnerová, 2015) shrnují, že zařízení poskytující ústavní péči by měla splňovat jasně definované standardy kvality. Mezi nejdůležitější patří přizpůsobení péče potřebám každého dítěte, zajištění kvalifikovaného a stabilního personálu, cílená podpora dětí s poruchami chování a pravidelné vyhodnocování poskytovaných služeb. Autoři upozorňují na význam promyšlených postupů, které napomáhají rozvoji adaptačních schopností, posilují psychickou odolnost a podporují celkový zdravý vývoj dětí. Tento přístup rozšiřuje legislativní definici ústavní výchovy o pohled, který ji chápe jako dynamickou oblast sociální péče vyžadující vysokou odbornost, kontinuální kontrolu kvality a komplexní zaměření na výchovné, terapeutické i preventivní cíle.

2.2 Dětský domov

Děti z rodin, kde nejsou splněny základní materiální podmínky, jako je vhodné bydlení a dostatečná hygiena, bývají často umisťovány do dětských domovů. Dalšími důvody mohou být závislosti rodičů, přítomnost prostituce, kriminální aktivity rodičů, nevhodné výchovné přístupy a podobně (Knotová, 2011).

Základní organizační složkou v dětských domovech je rodinná skupina, která je obvykle různorodá z hlediska pohlaví a věku. Ve skupině mohou být i děti se zdravotním postižením, kterým je přizpůsobeno jak vybavení interiéru, tak speciální programy, které pomáhají zmírnit dopady jejich postižení. Organizace rodinné skupiny a denní režim jsou navrženy tak, aby co nejvíce připomínaly fungování běžné rodiny. Skupina mívá přibližně 6–8 dětí, ačkoliv počet může záviset na podmínkách konkrétního dětského domova (Pávková a kol., 2002).

Cílem dětského domova je zajistit dětem péči podobnou rodinnému prostředí. Navštěvují školy v okolí domova a ve svém volném čase se mohou zapojit do zájmových aktivit jak přímo v domově, tak v dalších zařízeních, která nabízejí volnočasové aktivity podle jejich vlastního výběru. Nabídka volnočasových aktivit je navíc obohacena o prázdninové programy, výlety a různé jednorázové akce (Knotová, 2011).

V dětských domovech je zajištěno sociální a výchovné zázemí. Často zde končí děti, které byly nechtěné nebo přicházejí přímo z diagnostických ústavů. Důvody k umístění dětí do těchto zařízení jsou většinou sociálního charakteru, ale mohou být způsobeny také zdravotními či výchovnými problémy (Jánský, 2014).

2.2.1 Děti a dospívající končící v dětském domově

Každý člověk se rodí bezbranný a zcela odkázaný na podporu a péči svých rodičů. Ti hrají zásadní roli při formování osobnosti a životní dráhy dítěte. Ne všichni rodiče však tuto zodpovědnou úlohu zvládnou tak, jak by jejich dítě potřebovalo. V situacích, kdy rodina selhává, může být jedním z možných řešení také umístění dítěte do dětského domova.

Výsledky této studie ukazují, že ve všech zkoumaných případech bylo nařízení ústavní výchovy způsobeno výskytem patologických jevů v prostředí původní rodiny. Mezi nejčastější příčiny patřily alkoholismus, kriminalita, domácí násilí, užívání návykových látek, zneužívání dítěte a zanedbávání rodičovských povinností. Nařízení ústavní výchovy tedy nevycházelo z nepříznivé sociální či ekonomické situace rodiny.

Zjištění výzkumu potvrzují fakt, že sociálně ekonomické podmínky nejsou hlavním důvodem pro umístění dítěte do ústavní péče. Klíčovou roli zde hrají faktory sociálně patologické. Je však třeba dodat, že často dochází ke kombinaci těchto dvou oblastí – tedy ke komorbiditě sociálně patologických a sociálně ekonomických vlivů. Dítě je umístěno do dětského domova kvůli sociálně patologickým důvodům, které však mohly být zapříčiněny nebo zhoršeny celkovou sociálně ekonomickou situací rodiny. Za zmínku rovněž stojí, že některé děti nejsou do dětského domova umístěny přímo z původního rodinného prostředí, ale až po předchozím neúspěchu jiných forem náhradní péče – například pěstounské péče nebo pobytu v zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc. Tyto situace často ukazují na hlubší a dlouhodobější problémy, které nelze vyřešit krátkodobým zásahem. Výzkum rovněž ukazuje, že důvodem pro nařízení ústavní výchovy nebývá chování samotného dítěte, ale zejména dlouhodobě nevyhovující či přímo ohrožující podmínky v rodinném prostředí, které vedou příslušné orgány k podání návrhu a následnému rozhodnutí soudu. Dítě tak nebývá nositelem problému, ale jeho obětí. Tato skutečnost zdůrazňuje potřebu včasné podpory ohrožených rodin, která by mohla předejít umístění dítěte do ústavní péče (Daněk, 2025).

2.2.2 Volný čas v dětském domově

Děti žijící v dětských domovech patří často do skupiny ohrožené sociálním vyloučením. V této souvislosti sehrává organizované trávení volného času důležitou roli nejen v rozvoji jejich osobnosti, ale i při začleňování do širší společnosti. Podle Knotové (2011) jsou pro děti z institucionální péče připravovány různé volnočasové programy, které zahrnují jak pravidelné zájmové aktivity, tak jednorázové akce, například výlety, kulturní či sportovní události nebo prázdninové programy. Tyto činnosti bývají realizovány nejen v rámci samotných zařízení, ale i ve spolupráci s nízkoprahovými kluby, neziskovými organizacemi a školskými institucemi. Cílem těchto aktivit je nabídnout dětem smysluplné využití volného času, podporovat jejich sociální dovednosti, posilovat sebevědomí a omezit negativní důsledky sociální izolace.

Významnou roli v oblasti trávení volného času dětí v dětských domovech sehrávají také školská výchovná a ubytovací zařízení. Mezi ně patří například domovy mládeže, které poskytují nejen ubytování, ale i podmínky pro plnohodnotné využití volného času. Dětem a mládeži je v těchto zařízeních nabízena možnost věnovat se sportovním, kulturním i jiným zájmovým činnostem. Součástí režimu je také příprava na vyučování, která probíhá podle individuálních potřeb žáků. Vychovatelé zde sehrávají důležitou úlohu nejen při zajištění

klidového prostředí, ale také v podpoře vzdělávacích a volnočasových aktivit, které přispívají k osobnostnímu rozvoji dětí (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2012).

Vedle formálních zařízení hrají důležitou úlohu také subjekty neformální výchovy, mezi které patří nízkoprahová zařízení pro děti a mládež (NZDM). Tato zařízení se zaměřují především na děti ohrožené sociálním vyloučením a poskytují jim bezpečný prostor pro trávení volného času, podporu, krizovou intervenci i sociální služby. Nízkoprahový přístup znamená, že služby jsou dostupné bez nutnosti předchozí registrace, s možností anonymity a bezplatnosti. Nabízené činnosti bývají orientovány na zájmové, vzdělávací i preventivní aktivity a respektují osobní potřeby a tempo klientů. Zvláštní důraz je kladen na spontánnost, dobrovolnost a vytváření důvěry mezi pracovníky a dětmi. Cílem těchto zařízení je nejen smysluplné naplnění volného času, ale také podpora kompetencí a prevence rizikového chování (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2012).

Další důležitou oblastí jsou organizované aktivity probíhající buď přímo v dětských domovech, nebo ve spolupráci se zájmovými a sportovními kluby. Dětem jsou nabízeny různé druhy činností, které podporují jejich osobnostní růst, dovednosti a zdravé trávení volného času pod odborným vedením. Pravidelná účast v těchto aktivitách přispívá nejen k posilování individuálních zájmů a schopností, ale také k navazování nových sociálních vazeb a pozitivních mezilidských vztahů.

Programy v dětských domovech bývají často obohaceny o sportovní a kulturní akce, výstavy výtvarných a rukodělných prací či účast na soutěžích na regionální i mezinárodní úrovni. V období letních prázdnin se volný čas naplňuje prostřednictvím rekreačních a turistických aktivit, které dětem částečně nahrazují rodinné zázemí a přispívají k prožitku běžného dětství. Takové činnosti nejenže rozšiřují jejich obzory, ale zároveň posilují pocit sounáležitosti, který je pro děti v institucionální péči mimořádně důležitý (Pávková a kol., 2002).

2.2.3 Vychovatel v dětském domově

Pojem „vychovatel“ lze vykládat různě. V širším smyslu se může jednat o jakýkoli prvek, který cíleně ovlivňuje chování a postoje jednotlivce nebo skupiny – například jiný člověk, prostředí nebo technologie. V užším, profesním pojetí pak označuje kvalifikovaného pracovníka, jehož činnost je legislativně vymezena a který vykonává výchovu jako odbornou praxi. V tomto smyslu je vychovatel klíčovým aktérem formálního výchovného systému, který naplňuje společenské očekávání směrem k mladé generaci. Výchovná práce je úzce propojena s hodnotami společnosti – vychovatel tak nejen formuje osobnost dítěte, ale také

přispívá k rozvoji celé společnosti. Jeho úkolem je podporovat takové postoje, dovednosti a hodnoty, které vedou k osobnímu růstu dítěte a zároveň prospívají okolnímu prostředí. I když je dítě vnímáno jako aktivní účastník výchovného procesu, hlavní odpovědnost nese vychovatel – je to on, kdo zná vývojové zákonitosti, chápe vliv vnějších podmínek na dítě a dokáže efektivně pracovat se skupinovou dynamikou. Zároveň se podílí na vytváření bezpečného prostředí a individuálně rozpoznává potřeby a možnosti svěřených dětí (Bendl, 2015).

Tato odborná role však nezahrnuje pouze výchovu v teoretickém slova smyslu, ale vychovatel svou činností zároveň naplňuje specifická očekávání v rámci instituce, v níž působí. Jeho práce se odehrává na pomezí profesní odbornosti a každodenního praktického fungování s dětmi – spojuje v sobě prvky péče, podpory, administrativy i výchovné strategie. Vychovatel v dětském domově se tedy musí vyrovnávat nejen s nároky kladenými na jeho odborné kompetence, ale i s vysokými nároky na jeho osobnostní výbavu (Pacnerová, Kupcová a Žufníček, 2012).

Profese vychovatele vyžaduje systematickou přípravu, schopnost týmové spolupráce a rovněž odolnost vůči emočně náročným situacím. Dle očekávání odborníků i samotné praxe by měl být vychovatel spravedlivý, empatický, trpělivý, důsledný a důvěryhodný. V mnoha situacích je to právě jeho osobnost, která rozhoduje o kvalitě vztahu s dětmi a tím i o efektivitě celého výchovného procesu. Negativní charakterové rysy, jako je neschopnost naslouchat, autoritářství či impulzivita, mohou naopak vážně narušit klima zařízení a důvěru dětí v dospělou (Pacnerová, Kupcová a Žufníček, 2012).

Konkrétní činnosti, které vychovatel vykonává, jsou obvykle stanoveny v jeho pracovní náplni, jež vychází z platového zařazení i specifík daného zařízení. V praxi se tyto činnosti dělí do několika oblastí: zajištění každodenní péče o děti (např. stravování, hygiena, podpora při školní přípravě), dohled nad bezpečností (včetně krizových situací jako je šikana nebo útěk), administrativní práce (vedení záznamů, dokumentace), odborný růst a vzdělávání a zejména přímá výchovná činnost. Ta je jádrem profese vychovatele – zahrnuje plánování a realizaci volnočasových aktivit, trénink sociálních dovedností, edukaci i terapeutické přístupy (Pacnerová, Kupcová a Žufníček, 2012).

Důležitým rysem práce vychovatele je právě schopnost propojit běžné každodenní situace s výchovnými cíli – například při společném úklidu, přípravě jídla či sportovních aktivitách rozvíjí děti nejen v praktických dovednostech, ale také v sebedisciplíně, odpovědnosti a spolupráci. Právě v těchto zdánlivě běžných momentech se skrývá prostor pro osobnostní růst dětí i pro posilování vztahu mezi dítětem a vychovatelem. Kvalitní vychovatel umí tyto

situace využít nejen k naplňování každodenních potřeb, ale i k rozvoji hlubších hodnot (Pacnerová, Kupcová a Žufníček, 2012).

Součástí profese je rovněž povinnost vychovatele nadále se vzdělávat, pracovat na sobě, reflektovat svou praxi a účastnit se supervizí. V prostředí dětského domova je tato potřeba o to důležitější, že vychovatel je často vystaven zvýšené zátěži, emočně náročným situacím a různorodým potřebám jednotlivých dětí. Sám by měl být modelem zdravé osobnosti a mít jasné hranice – jen tak může děti efektivně provázet jejich vlastním vývojem (Pacnerová, Kupcová a Žufníček, 2012).

3 CHARAKTERISTIKA VYBRANÉ VĚKOVÉ SKUPINY

Cílovou skupinou této bakalářské práce jsou děti ve starším školním věku (11-15 let), proto jim je věnována tato kapitola. Vymezení školního věku se může lišit, neboť každý autor jej definuje odlišně v závislosti na kontextu a účelu svého výzkumu. Dle Pugnerové je školní věk 11–15 let, a pro potřeby této bakalářské práce je tedy vycházeno z tohoto věkového rozmezí.

V průběhu života prochází osobnost každého člověka složitým vývojovým procesem, který ovlivňuje řada faktorů. Kromě vrozených faktorů hraje významnou roli také prostředí, ve kterém se člověk pohybuje, především sociální okolí, důležité osoby a sociální skupiny. Mezi klíčové faktory patří i způsob výchovy, stanovené výchovné cíle a formy výchovného působení, zejména vztah mezi vychovatelem a vychovávaným. Kromě těchto faktorů ovlivňuje rozvoj také vlastní aktivita jedince, jeho úsilí, cíle a vytrvalost. Procesy socializace a individualizace probíhají u každého jedince odlišně (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008).

3.1 Starší školní věk 11-15 let

Období dospívání, zejména mezi 11. a 15. rokem života, bývá často označováno jako jedno z nejnáročnějších a nejsložitějších etap lidského vývoje. Jeho průběh závisí na řadě faktorů, mezi které patří kulturní a společenské vlivy (hodnoty, tradice a normy společnosti), rodinný životní styl, kvalita vztahů mezi rodiči a dětmi a také osobnost samotného dospívajícího (Pugnerová a kolektiv, 2019).

Dospívání je zároveň obdobím, kdy dochází ke konfliktům a nepochopení mezi generacemi. U dětí, které mají s rodiči intenzivnější konflikty, se obvykle tyto problémy objevily již v raných fázích jejich vývoje. Lze tedy říci, že dospívání odráží dlouhodobě budovanou kvalitu rodinných vztahů, která byla utvářena již od dětství (Pugnerová a kolektiv, 2019).

Rozvoj pohlavního dozrání:

Podle S. Freuda spadá toto období do genitálního stadia, kde hrají klíčovou roli biologické faktory, především pohlavní zrání a nástup sexuality. V tomto stádiu se završuje předchozí falické stadium a některé jeho charakteristiky se znovu objevují, byť s významnými odlišnostmi. Dospívající začíná navazovat vztahy mimo svou rodinu, kde jedním z důležitých hledisek je kvalita vztahů v původní rodině. Klíčovým aspektem tohoto období je schopnost odpoutat se od závislosti na rodičích (Pugnerová a kolektiv, 2019).

Rozvoj poznávacích procesů:

Vnímání dospívajících se zlepšuje díky rozvoji myšlení, pozornosti a logické paměti. Jejich schopnost vnímat se stává systematictější, protože dokáží rozpoznávat klíčové rysy situací. Pozornost je selektivnější, lépe zaměřená a trvalejší, i když se může dočasně zhoršovat vlivem fyziologických změn způsobených dospíváním, což může negativně ovlivnit výkon a schopnost učení. Paměť se stává více logickou a záměrnou. Významnou roli získávají fantazijní představy, často vyjádřené denním sněním, které má relaxační či kreativní funkci. Jazyk dospívajících se obohacuje o abstraktní pojmy a nové, méně běžné výrazy, přičemž v komunikaci často používají slang a vulgární výrazy, což odráží jejich snahu o sociální vymezení. Moderní technologie, jako počítače, smartphony či herní konzole, přinášejí do kognitivních procesů nové výzvy a ovlivňují je kvalitativními změnami (Pugnerová a kolektiv, 2019).

Rozvoj identity:

Dospívání je klíčové období pro hledání vlastní identity. Identita úzce souvisí s osobnostními rysy, ale není přímo spojena s inteligencí. Dospívající často zažívají nejistotu ohledně své role a postavení, protože předchozí hodnoty se mohou zdát nejasné a nestabilní. Identita zahrnuje vnímání vlastní kontinuity v čase a smyslu existence v širším společenském kontextu. Na počátku tohoto procesu přikládají větší důležitost tomu, jak je vnímají ostatní než tomu, co cítí sami k sobě. Významnou roli hraje skupinová identita – příslušnost k určité skupině, která pomáhá zmírnit pocit ztráty dětské identity a podpořit hledání nové (Pugnerová a kolektiv, 2019).

Rozvoj mravních norem a hodnot:

Osvojení si morálních norem a společenských hodnot je zásadním krokem v procesu socializace. Již v předškolním věku dítě získává základní vědomí o pravidlech a hodnotách, která si přináší z rodiny. Postupně, během školní docházky dochází k upevňování a stabilizaci těchto pravidel díky rozvoji intelektu a logického uvažování. V období dospívání se jedinec stává schopen samostatné sebereflexe a začíná si formovat vlastní hodnotový systém, který je základem pro jeho budoucí životní filozofii. V této fázi se také rozvíjí citlivost a přesvědčení o tom, co je správné a co špatné, což napomáhá utváření osobní morálky (Pugnerová a kolektiv, 2019).

Vztahy s rodinou:

Dospívání bývá komplikováno tím, že rodiče často procházejí krizí středního věku, během níž bilancují svůj život a hledají nové možnosti osobního či profesního rozvoje. Tato fáze se časově překrývá s obdobím, kdy dospívající hledá svou vlastní identitu, což může vést ke konfliktům. Zatímco dospívající se snaží osamostatnit a odpoutat od rodiny, rodiče mohou vnímat tento proces jako narušení citového pouta. Tento konflikt však obvykle nesměřuje k úplnému přerušení vztahu, ale k jeho přetvoření. Dospívající často začínají vidět rozdíly mezi názory rodičů a lidí, k nimž nyní vzhlížejí. Kritizují rodiče, bouří se proti nim a usilují o větší nezávislost, přestože si přejí zachovat pozitivní vztah (Pugnerová a kolektiv, 2019).

Vztahy s vrstevníky:

S oslabováním vazeb v rodině získávají na významu vztahy s vrstevníky. Ty poskytují dospívajícímu pocit jistoty, který ztrácí při odpoutávání se od rodiny a připravují ho na budoucí partnerské vztahy. Zpočátku se formují skupiny složené z jedinců stejného pohlaví (izo-sexuální fáze), které jsou stabilnější a vyžadují vzájemnou loajalitu. Postupně se pak začíná objevovat potřeba intimního přátelství, což vede k vytváření užších vazeb a později k prvnímu zájmu o opačné pohlaví. Na přelomu dospívání a adolescence se rozvíjejí první romantické vztahy, které jsou sice často proměnlivé, ale intenzivně prožívané jako počátky milostného života. Tyto vztahy jsou doprovázeny flirtováním, koketováním a prvními sexuálními zkušenostmi, obvykle mezi 14. a 16. rokem (Pugnerová a kolektiv, 2019).

3.2 Volnočasové preference a potřeby dětí ve starším školním věku

Volnočasové preference dětí ve starším školním věku jsou výsledkem kombinace více faktorů – od jejich osobních zájmů a dovedností až po dostupnost aktivit a podporu, kterou jim poskytuje rodina či škola. V tomto období mají zásadní význam zejména organizované volnočasové aktivity, mezi něž patří například sportovní oddíly, umělecké kroužky nebo zájmové kluby. Jak uvádí Baďura a kol. (2017), zapojení adolescentů do těchto organizovaných volnočasových aktivit je u nás poměrně časté a přináší řadu pozitivních efektů. Děti, které se těchto činností pravidelně účastní, méně často vykazují rizikové chování, jako je kouření, nadměrná konzumace alkoholu či záškoláctví. Zároveň se u nich rozvíjejí sociální dovednosti, schopnost spolupracovat v týmu a posiluje se pocit sounáležitosti. Autoři navíc upozorňují, že tyto přínosy jsou patrné bez ohledu na pohlaví

nebo socioekonomické podmínky, přičemž u dívek se ochranný efekt proti rizikovému chování projevuje ještě výrazněji.

Vedle organizovaných činností mají význam i každodenní návyky a způsob využití volného času. Podle Kváskové a kol. (2022) existuje úzká souvislost mezi životní spokojeností adolescentů a faktory, jako je dostatek spánku, pravidelný pohyb a omezené používání digitálních zařízení. Studie ukazuje, že alespoň jedna hodina pohybové aktivity denně zlepšuje psychickou pohodu a celkovou spokojenost, zatímco více než hodina hraní počítačových her denně působí opačně. Autoři také zaznamenali dlouhodobý trend poklesu aktivního trávení volného času a nárůst pasivních forem, zejména spojených s používáním moderních technologií.

Tyto zjištění potvrzují, že při plánování volnočasových programů pro starší školní děti je nutné vycházet nejen z jejich zájmů, ale také z vědecky doložených poznatků o vlivu různých aktivit na zdraví, sociální rozvoj a celkovou pohodu. Nejlepších výsledků lze dosáhnout kombinací organizovaných činností a podpory zdravých každodenních návyků, které společně naplňují preventivní i rozvojový potenciál volného času.

4 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Tato kapitola představuje praktickou část bakalářské práce, jejímž cílem je získat přehled o způsobu trávení volného času dětí ve věku 11–15 let žijících v dětských domovech. Obsahuje vymezení výzkumného problému, formulaci cílů a otázek, popis výzkumného souboru, zvolenou strategii, použité metody a postup sběru i zpracování dat.

Výzkum vychází z předpokladu, že podmínky pro trávení volného času dětí v ústavní výchově se liší od podmínek dětí vyrůstajících v rodině. Zatímco volný čas běžně slouží k rozvoji osobnosti, odpočinku a socializaci, v dětských domovech jej mohou omezovat prostorové, personální či organizační faktory. Cílem šetření je zjistit, jak děti svůj volný čas vnímají, jaké aktivity preferují a do jaké míry se mohou podílet na jejich výběru.

Výzkumný problém reaguje na potřebu lépe porozumět specifickým podmínkám, potřebám a zájmům těchto dětí prostřednictvím jejich každodenní zkušenosti. Cíle a otázky jsou formulovány tak, aby bylo možné zachytit kvantitativní charakteristiky (frekvence, preference, prostředí, společnost) i kvalitativní aspekty – osobní postoje, názory a návrhy dětí.

Následující podkapitoly uvádějí konkrétní výzkumné cíle a otázky, popis zkoumaného souboru a metodologii výzkumu založenou na kvantitativním přístupu formou anonymního dotazníkového šetření. Součástí je i popis techniky sběru dat, etické aspekty a způsob zpracování výsledků.

4.1 Výzkumný problém

Výzkumný problém této práce je definován, jako zkoumání toho, jak děti staršího školního věku žijící v dětském domově tráví svůj volný čas. Zkoumá, jaké aktivity děti preferují, s kým a kde svůj volný čas nejčastěji tráví, a zda pocítují potřebu širší nabídky volnočasových činností. Výsledky mohou napomoci lepšímu porozumění volnočasovému chování této specifické skupiny a mohou posloužit jako podklad pro rozvoj cílených volnočasových programů.

Volný čas je významnou součástí života dítěte, neboť napomáhá nejen regeneraci sil, ale i rozvoji osobnosti, navazování sociálních vztahů a osvojování hodnot. U dětí vyrůstajících v ústavní péči však mohou být možnosti trávení volného času omezeny faktory spojenými s institucionalizovaným prostředím. Jak uvádí Knotová (2011) nebo Hájek, Hofbauer a Pávková (2012), tyto děti mají často omezený přístup k podnětným, strukturovaným a rozmanitým aktivitám, což může negativně ovlivňovat jejich psychosociální vývoj a schopnost sociální integrace.

4.2 Cíle výzkumu

Výzkumné cíle představují konkrétní vymezení zkoumané problematiky a určují směr celého výzkumného procesu. Vyplývají přímo z formulovaného výzkumného problému a jejich správná formulace umožňuje efektivní sběr a analýzu dat (Chrásková, 2011).

V kontextu této práce je cílem výzkumu poznat způsoby trávení volného času dětí staršího školního věku žijících v dětském domově a identifikovat faktory, které jejich volnočasové aktivity ovlivňují. Dílčí cíle se zaměřují na popis konkrétních aktivit, preferencí prostředí a společnosti, zájmu o nové činnosti a spokojenosti s nabídkou volnočasových aktivit.

Hlavní cíl výzkumu:

- Zjistit způsoby trávení volného času dětí staršího školního věku žijících v dětském domově.

Dílčí cíle výzkumu:

- Zjistit nejčastěji vykonávané volnočasové aktivity dětí.
- Zjistit, s kým děti nejčastěji tráví svůj volný čas.
- Zjistit, spokojenost a zda projevují děti zájem o nové volnočasové aktivity.

4.3 Výzkumné otázky

Výzkumné otázky navazují na stanovené výzkumné cíle a jsou koncipovány tak, aby pokrývaly jednotlivé dimenze volného času dětí žijících v dětském domově. Slouží jako základ pro sběr dat, jejich analýzu i interpretaci v závěru práce.

Hlavní výzkumná otázka:

Jak děti staršího školního věku žijící v dětském domově tráví svůj volný čas?

Tato otázka je stěžejní pro celou výzkumnou část práce. Smyslem je získat komplexní přehled o tom, jaké činnosti děti v rámci volného času realizují, jaké mají možnosti v institucionálním prostředí a zda jejich trávení volného času naplňuje jejich potřeby. Otázka vychází z hlavního výzkumného cíle a tvoří zastřešující rámec celého šetření.

Díličí výzkumné otázky:

1. Jaké konkrétní volnočasové aktivity děti v dětském domově nejčastěji vykonávají?

Tato otázka se zaměřuje na zjištění toho, které činnosti děti ve svém volném čase skutečně provozují. Záměrem je identifikovat nejčastěji vykonávané aktivity, rozlišit mezi aktivními a pasivními formami trávení času a zjistit, zda děti mají možnost volby mezi různými typy činností. Výsledky pomohou pochopit každodenní zvyklosti dětí v oblasti volného času.

2. S kým děti nejčastěji tráví svůj volný čas?

Smyslem této otázky je zjistit, s jakými osobami děti svůj volný čas tráví – zda s vrstevníky, vychovateli, o samotě nebo jinak. Otázka se dotýká sociální dimenze volného času a pomáhá pochopit, jak důležité jsou pro děti sociální vazby, sdílení a vztahy v rámci prostředí dětského domova.

3. Jaký je zájem dětí o nové volnočasové aktivity a jak hodnotí současnou nabídku?

Tato otázka zjišťuje míru spokojenosti dětí s aktuální nabídkou volnočasových aktivit v dětském domově a zároveň mapuje jejich případný zájem o rozšíření této nabídky. Sleduje, zda děti pociťují potřebu nových činností a jaké konkrétní aktivity by uvítaly.

4.4 Výzkumný soubor

- **Charakteristika výzkumného souboru**

Výzkumný soubor tvořily děti ve věku 11–15 let, které v době realizace výzkumu pobývaly v dětském domově. Celkem se výzkumu zúčastnilo 70 respondentů z více zařízení. Výběr

probíhal cíleně s ohledem na věková kritéria a dostupnost respondentů v době sběru dat. Záměrem výzkumu bylo získat relevantní a věrohodné informace o způsobech trávení volného času v prostředí ústavní výchovy.

Zvolená věková kategorie 11–15 let odpovídá období staršího školního věku, které je z hlediska formování zájmů a osobnostního rozvoje považováno za velmi důležité. Děti v tomto věku již mají rozvinutější schopnost samostatně volit a hodnotit volnočasové aktivity, a jejich výpovědi proto poskytují cenné informace o osobních preferencích a postojích k trávení volného času.

4.5 Metodologie výzkumu

Pro realizaci výzkumného šetření byla zvolena kvantitativní strategie, konkrétně metoda anonymního dotazníkového šetření. Dotazník patří k nejrozšířenějším nástrojům sběru dat ve společenskovědním výzkumu a je využíván v mnoha oborech zaměřených na člověka (Skutil a kol., 2011). Smyslem dotazníku je získat data o respondentech, jejich názorech, postojích a preferencích k určité problematice prostřednictvím písemných odpovědí na předem stanovené otázky.

Výhodou dotazníku je především časová nenáročnost, možnost oslovit větší počet respondentů a zachování anonymity, která podporuje upřímnost odpovědí (Eger; Egerová, 2017). Díky jednotné formulaci otázek lze navíc zvýšit objektivitu získaných údajů. Dotazník však má i svá omezení – zejména omezenou možnost ověřit pravdivost odpovědí, riziko nesprávného pochopení otázek a skutečnost, že údaje zachycují pouze to, co o sobě respondenti uvádějí, nikoli objektivní realitu jejich chování (Joshi, Kale, 2023).

Nástroj sběru dat

Dotazník byl vytvořen na základě odborné literatury a částečně vychází z konceptu CLASS – Children's Leisure Assessment Scale (King et al., 2004) a LSS-Short – Leisure Satisfaction Scale (Beard & Ragheb,; přizpůsobeno pro dětskou populaci). Tyto nástroje byly zjednodušeny a adaptovány na věkovou skupinu respondentů (11–15 let) s důrazem na srozumitelnost a využití ve specifickém prostředí dětského domova.

V dotazníku se tak objevují položky zaměřené na frekvenci, preferenci, sociální kontext aktivit a také subjektivní spokojenost s volným časem. Tento přístup umožnil nejen

kvantifikaci odpovědí, ale také zachycení individuálních postojů a zkušeností dětí žijících v dětském domově.

Výzkumný přístup

Zvolený výzkum se zaměřil na popis a porozumění volnočasovým aktivitám dětí ve věku 11–15 let, které žijí v ústavní péči. Kvantitativní přístup byl zvolen zejména proto, že umožňuje porovnat odpovědi jednotlivých respondentů a vytvořit si přehled o opakujících se vzorcích chování. Výsledky pak mohou sloužit jako podklad pro praktické využití v oblasti výchovy a plánování volnočasových programů.

Metoda sběru dat

Pro sběr dat byl vytvořen strukturovaný dotazník, který byl dětem nabídnut k vyplnění v tištěné podobě. Dotazník byl anonymní a určen k samostatnému vyplnění bez zásahu výzkumníka. Dětem byla zajištěna dostatečná míra soukromí i podpory – přítomen byl pracovník zařízení, který mohl pomoci s vysvětlením otázek, ale nijak nezasahoval do samotných odpovědí. Tento přístup podpořil autenticitu odpovědí a zvýšil důvěryhodnost získaných dat.

Struktura dotazníku

Dotazník obsahoval celkem 13 otázek a byl rozdělen do pěti tematických částí. Využíval kombinaci uzavřených, polouzavřených a otevřených otázek, čímž umožnil jak kvantitativní zpracování údajů, tak zachycení individuálních postojů a zkušeností respondentů:

- Volný čas – obecně – otázky mapující množství volného času, jeho subjektivní vnímání a způsob trávení.
- Volnočasové aktivity v dětském domově – nabídka aktivit, jejich využívání a spokojenost s nimi.
- Spolužití a přátelé – otázky zaměřené na sociální vazby a trávení času s ostatními.
- Závěr – otázky zjišťující subjektivní význam volného času a poskytující prostor pro vlastní vyjádření.
- Základní informace – otázky zaměřené na pohlaví, věk, a délku pobytu v dětském domově.

Při konstrukci dotazníku byl kladen důraz na to, aby jednotlivé položky odpovídaly stanoveným výzkumným cílům této práce. Každá otázka tak byla navržena s ohledem na to, aby poskytla konkrétní odpovědi související s hlavním či dílčími cíli výzkumu. Přehledná provázanost jednotlivých otázek s výzkumnými cíli je uvedena v následující tabulce:

Tabulka: Provázanost položek dotazníku s výzkumnými cíli

Číslo otázky	Znění otázky	Odpovídající výzkumný cíl
1	Kolik volného času máš během týdne?	Hlavní cíl
2	Aktivity – jak často, s kým a jak moc tě baví?	Hlavní cíl, dílčí cíl 2 – s kým trávíš volný čas
3	Spokojenost s volným časem	Dílčí cíl 3 – spokojenost s nabídkou
4	Co v nabídce organizovaných volnočasových aktivit postrádáš?	Dílčí cíl 3 – zájem o nové aktivity
5	Co pro tebe znamená volný čas?	Hlavní cíl
6	Nabídka volnočasových aktivit v dětském domově	Hlavní cíl, dílčí cíl 1 – nejčastější aktivity
7	Jsi s nabídkou aktivit v dětském domově spokojen?	Dílčí cíl 3 – spokojenost s nabídkou
8	Co bys chtěl/a, aby bylo v domově víc nabízeno?	Dílčí cíl 3 – zájem o nové aktivity
9	S kým nejčastěji trávíš volný čas?	Dílčí cíl 2 – s kým trávíš volný čas
10	Chtěl/a bys ještě něco říct k tématu volného času?	Hlavní cíl, dílčí cíl 3 – zájem o nové aktivity

Zpracování dat

Po sesbírání dotazníků byla data analyzována pomocí základní popisné statistiky. Uzavřené a polouzavřené otázky byly vyhodnoceny výpočtem absolutních a relativních četností, které byly přehledně znázorněny formou grafů. Otevřené otázky byly zpracovány tematickou analýzou – sledovaly se opakující se motivy a klíčové výpovědi, které obohatily kvantitativní výsledky o hlubší pohled na postoje a potřeby dětí.

Dotazník byl koncipován tak, aby odpovídal stanoveným výzkumným otázkám a cílům práce a přispěl tak k validitě a použitelnosti získaných dat.

4.6 Technika sběru dat

Sběr dat představuje důležitou součást výzkumného procesu, která slouží k získání informací nezbytných pro odpovědi na stanovené výzkumné otázky. V rámci této práce byla zvolena kvantitativní metoda sběru dat, výzkumným nástrojem byl dotazník. Tento přístup umožnil zachytit preference, postoje a zkušenosti respondentů v souvislosti s trávením volného času v prostředí dětského domova.

Součástí dotazníku byly také položky inspirované ověřenými výzkumnými nástroji. Otázka č. 2 („Aktivity – jak často, s kým a jak moc tě baví?“) vychází z konceptu Children's Leisure Assessment Scale (CLASS) podle King et al. (2004), který se zaměřuje na frekvenci zapojení do aktivit, jejich sociální kontext a míru prožívaného zájmu či radosti. Otázka č. 3 („Spokojenost s volným časem“) byla vytvořena na základě zkrácené verze Leisure Satisfaction Scale – Short (LSS-Short) podle Beard a Ragheb, jež hodnotí subjektivní spokojenost s trávením volného času. Převzetí těchto konceptů umožnilo opřít konstrukci dotazníku o mezinárodně používané a validované nástroje, přičemž formulace položek byla upravena pro srozumitelnost dětem ve věku 11–15 let a pro využití v prostředí dětského domova. Ostatní otázky dotazníku byly autorsky vytvořeny tak, aby odpovídaly cílům výzkumu a specifikům zkoumané skupiny.

Distribuce dotazníků

Dotazníky byly distribuovány přímo v dětských domovech prostřednictvím vychovatele, který zajišťoval jejich předání i následný sběr. Dětem bylo umožněno vyplnit dotazníky v klidném a známém prostředí.

Zajištění etických a anonymních podmínek sběru dat

Při realizaci výzkumu byl kladen důraz na dodržení etických zásad. Děti byly předem informovány o účelu výzkumu, dobrovolnosti účasti i možnosti vyplnit dotazník zcela anonymně. Žádné z dotazníků neobsahovaly osobní identifikační údaje, jako jsou jména nebo jiná specifická označení. Pro zabezpečení důvěrnosti byly jednotlivé dotazníky označeny pouze kódy, které nelze přiřadit ke konkrétním respondentům.

Vedení dětského domova bylo s průběhem výzkumu seznámeno a poskytlo k jeho realizaci souhlas. Zajištění bezpečného a důvěryhodného prostředí přispělo k otevřenějším a pravdivějším odpovědím dětí.

Zpracování dat

Po ukončení sběru dat byly vyplněné dotazníky převedeny do elektronické podoby. Data byla následně připravena ke kvantitativní analýze a tematickému třídění otevřených odpovědí.

5 VÝSLEDKY ŠETŘENÍ

Tato kapitola se zaměřuje na analýzu a interpretaci výsledků výzkumného šetření, které bylo zaměřeno na způsoby trávení volného času dětí ve starším školním věku žijících v dětském domově. Cílem výzkumu bylo zjistit, jaké volnočasové aktivity tyto děti nejčastěji vykonávají, s kým tráví svůj volný čas a jaké jsou jejich preference a názory na nabídku volnočasových činností.

Dotazník byl navržen tak, aby umožnil shromáždit kvantitativní data týkající se frekvence, typu a způsobu trávení volného času v ústavní péči. Zároveň obsahoval i otevřené otázky, díky nimž mohli respondenti vyjádřit vlastní zkušenosti, přání a návrhy. Tato kombinace uzavřených a otevřených položek přispěla k získání nejen statisticky měřitelných údajů, ale i hlubšího kontextu jednotlivých odpovědí.

Výsledky budou vyhodnoceny v několika tematických částech, které odpovídají stanoveným výzkumným otázkám.

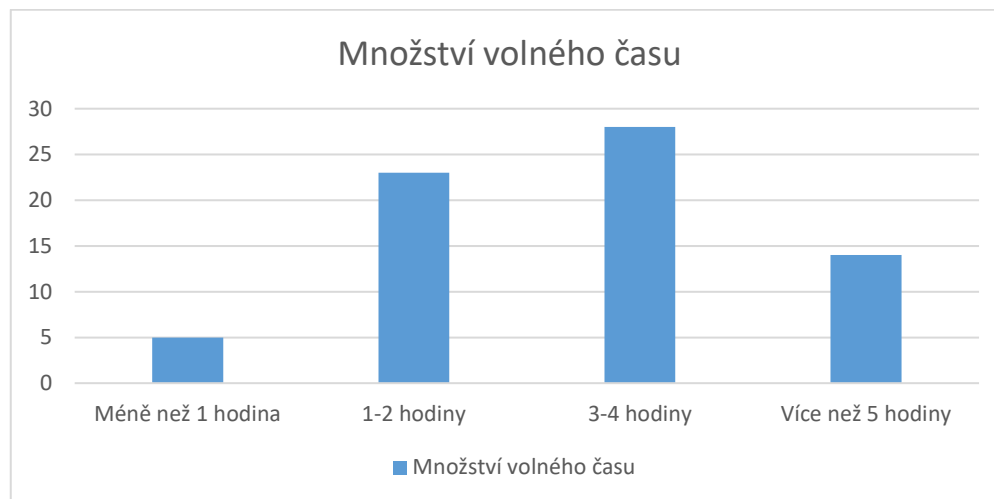
Součástí analýzy je také zhodnocení otevřených odpovědí, které umožnily nahlédnout do osobních postojů a zkušeností dětí. Tyto výpovědi přinášejí cenný vhled do toho, jak děti samy vnímají možnosti trávení volného času v prostředí dětského domova.

Získané údaje tvoří základ pro celkové zhodnocení volnočasové nabídky v ústavní péči a pro formulaci doporučení, která mohou být přínosem pro vychovatele, vedení zařízení i další odborníky pracující s touto cílovou skupinou. Zároveň pomáhají identifikovat oblasti, kde by bylo vhodné nabídku rozšířit nebo lépe přizpůsobit zájmům dětí.

Závěrečná část kapitoly shrnuje hlavní poznatky vyplývající z výzkumného šetření a naznačuje možnosti jejich využití v praxi. Výsledky ukazují, jak důležité je věnovat pozornost nejen samotnému obsahu volnočasových aktivit, ale i způsobu, jakým jsou dětem nabízeny, a míře, do jaké se mohou na jejich výběru podílet. Na základě těchto zjištění bude možné lépe zacílit volnočasové programy a podpořit pozitivní rozvoj dětí vyrůstajících v ústavní péči.

5.1 Odpovědi z dotazníku

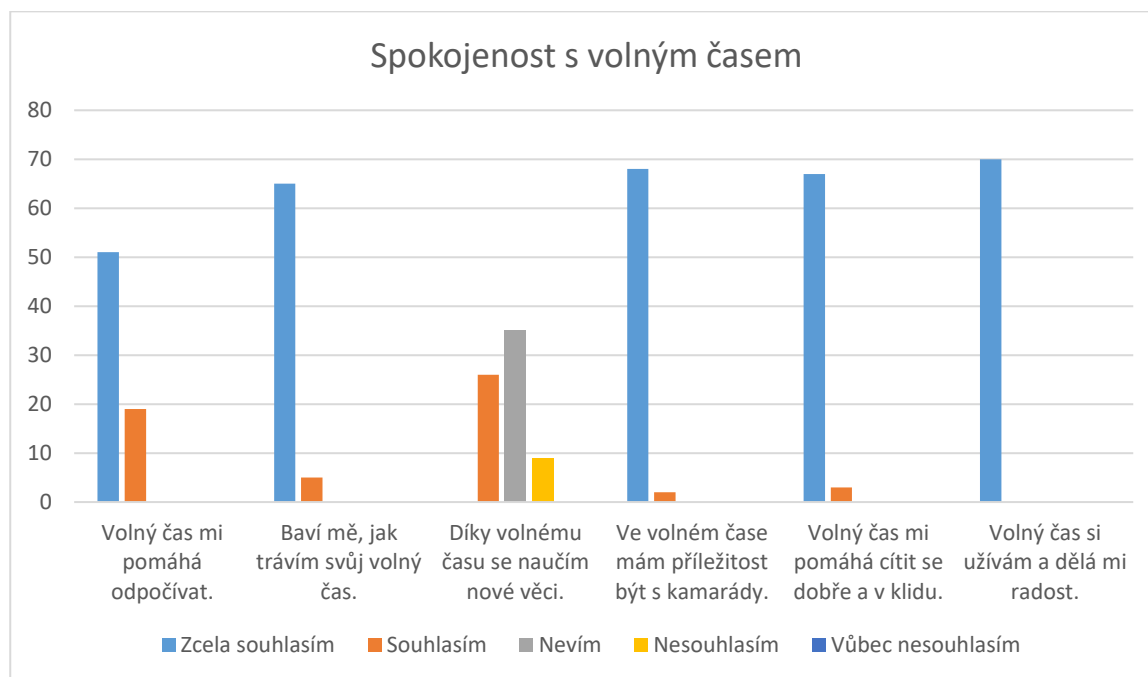
Otázka č. 1 Kolik volného času denně máš během týdne (mimo školu, úkoly, povinnosti)?



Otázka č. 2 Jak často děláš tyto aktivity, s kým je děláš, a jak moc tě baví?

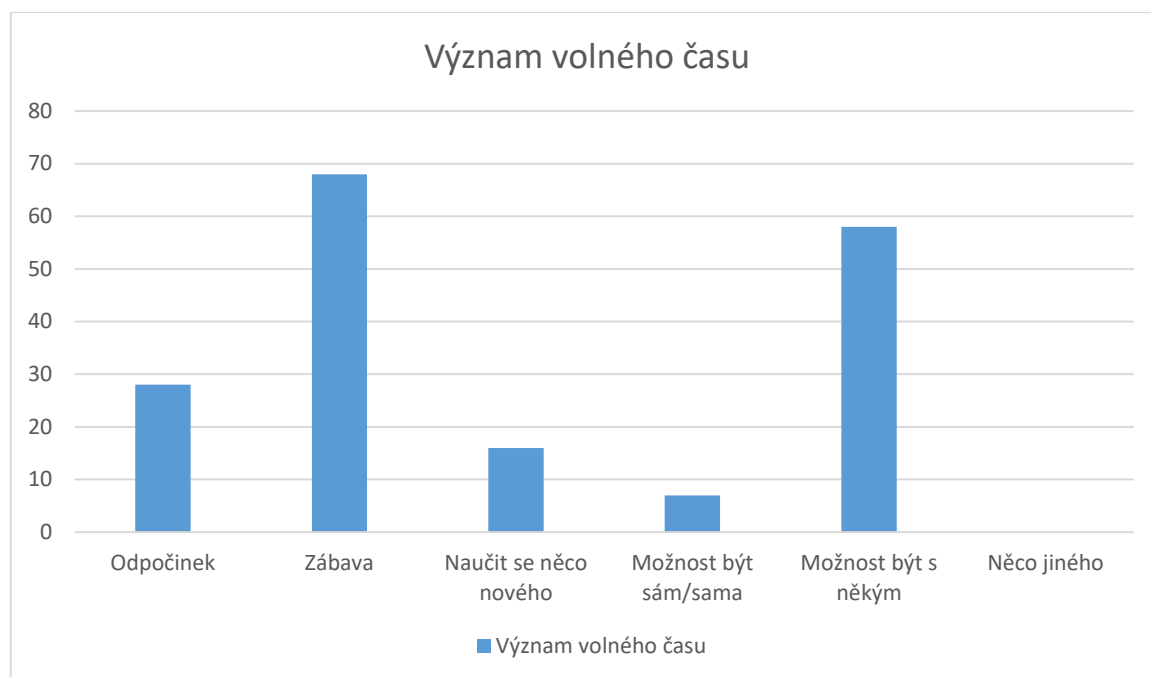
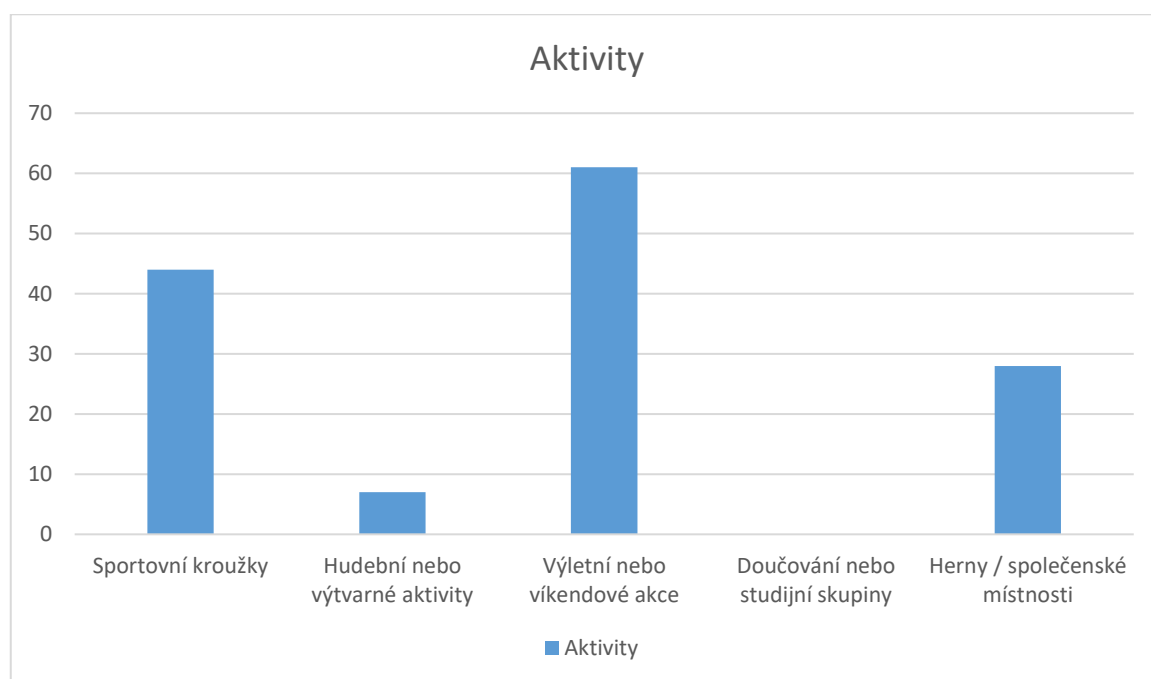
Aktivita	Děláš ji? (ano/ne)	Jak často? (občas/ často)	S kým? (sám/ kamarády/vychovatel)	Jak moc tě baví (průměr)
Sport (např. běh, fotbal...)	Ano-56, Ne-14	Často-33, Občas-23	Sám-21, s kamarády-26, s vychovatelem-9,	3,10
Hraní na PC/telefonu	Ano-65, Ne-5	Často-42, Občas-23	Sám-28, s kamarády-37, s vychovatelem-0	4,27
Kreslení, tvoření	Ano-14, Ne-56	Často-2, Občas-12	Sám-13, s kamarády-1, s vychovatelem-0	2,47
Poslech hudby	Ano-58, Ne-12	Často-35, Občas-23	Sám-47, s kamarády-11, s vychovatelem-0	4,07
Trávení času venku	Ano-70, Ne-0	Často-61 Občas-9	Sám-12, s kamarády-58, s vychovatelem-0	4,07

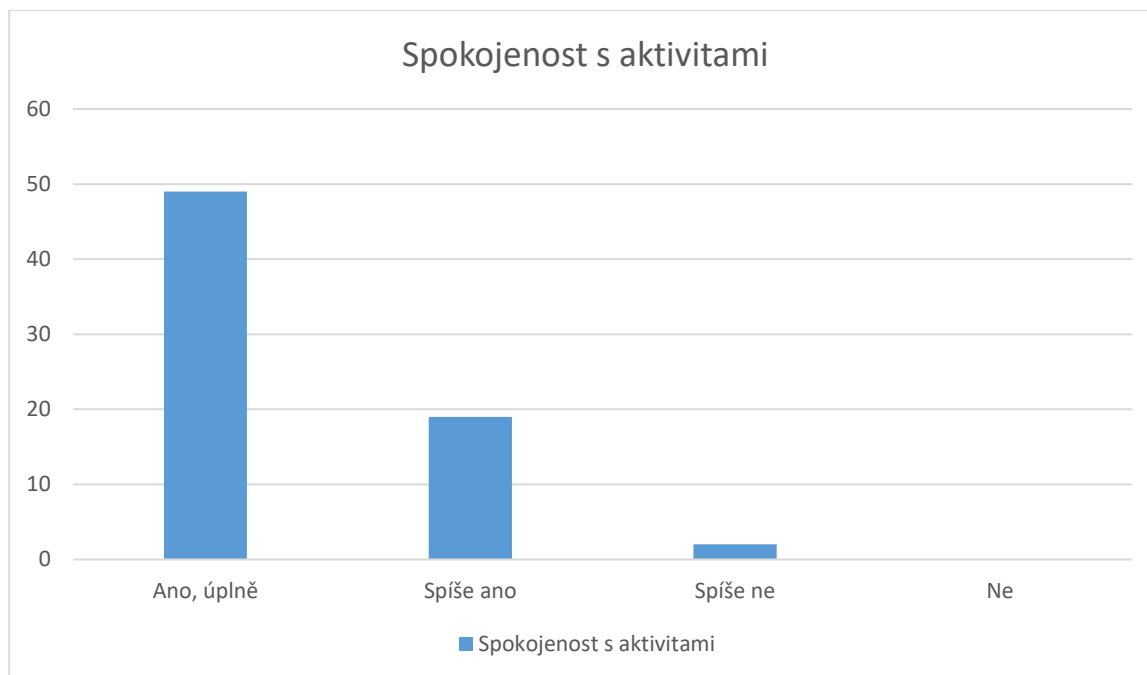
Otázka č.3 Označ, nakolik souhlasíš s následujícími tvrzeními.



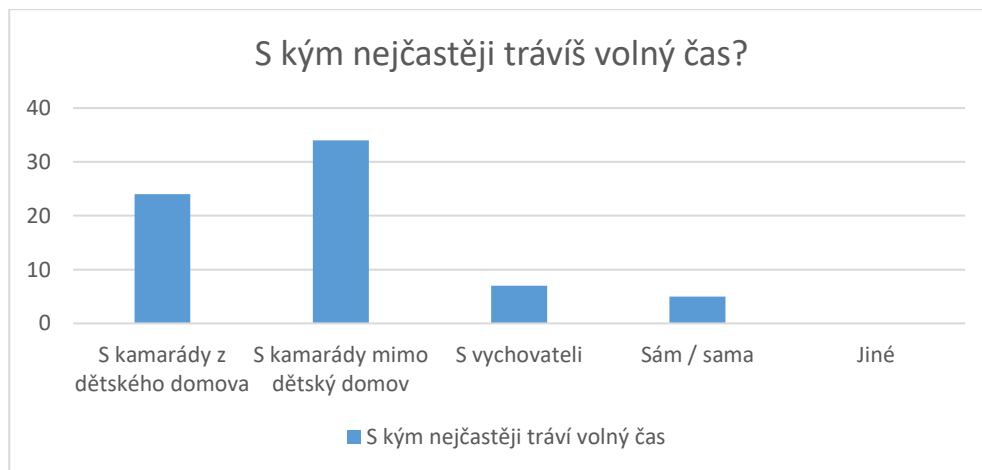
Otázka č. 4 Co v nabídce organizovaných volnočasových aktivit postrádáš?

Z odpovědí dětí vyplynulo, že většina nemá potřebu přidávat další aktivity, nicméně několik z nich (7) uvedlo, že by se rády účastnily výletů do zahraničí.

Otázka č. 5 Co pro tebe znamená volný čas?Otázka č. 6 Jaké aktivity jsou ti nabízeny dětským domovem?

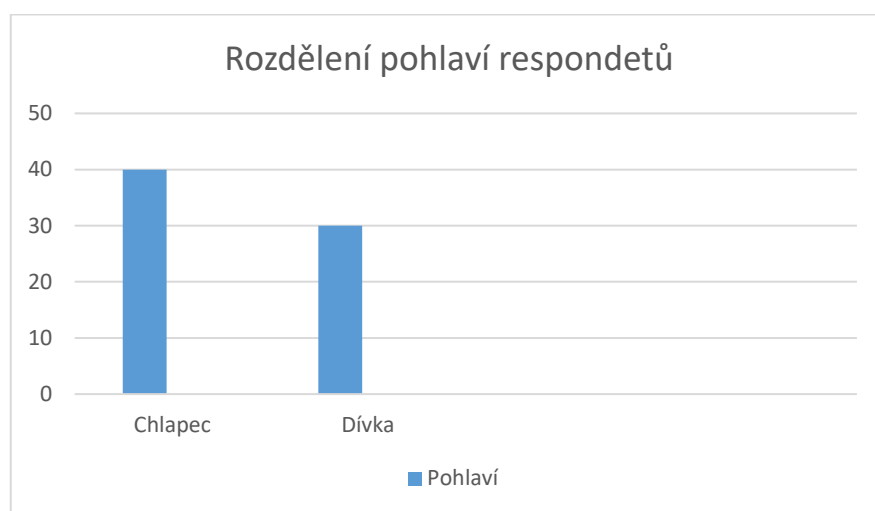
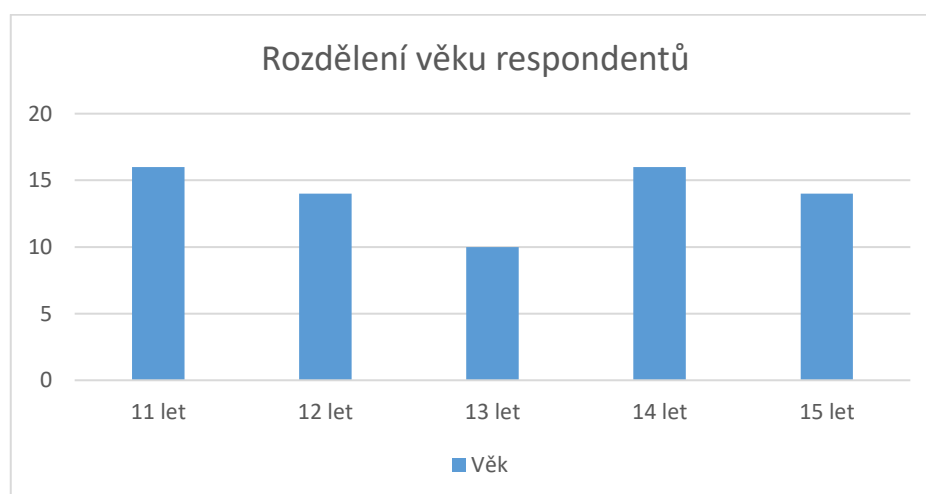
Otázka č. 7 Jsi s nabídkou aktivit v dětském domově spokojen/a?Otázka č. 8 Co bys chtěl/a, aby bylo v domově více nabízeno?

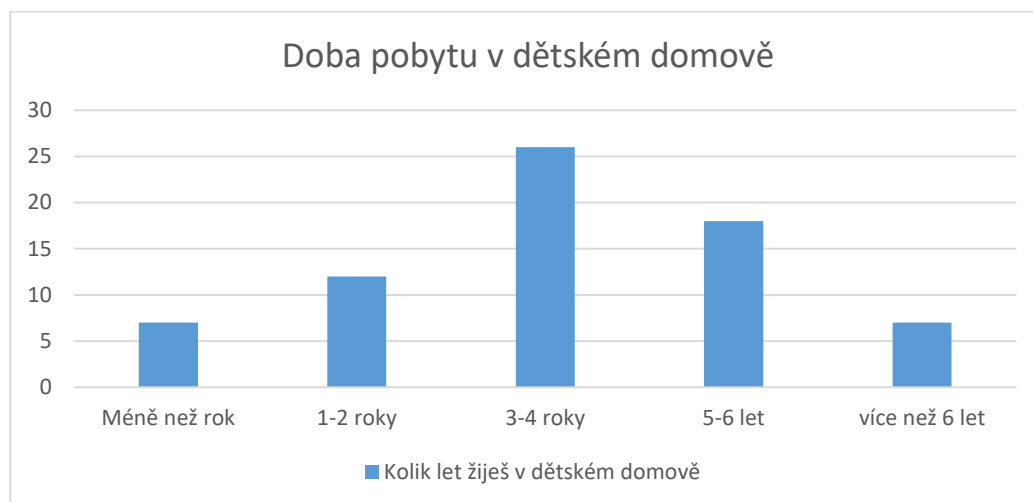
Odpovědi u několika dětí ukázaly, že by uvítaly širší nabídku aktivit o chov zvířat (například pes nebo kočka), a o společné pečení v kuchyni, nicméně většina respondentů nemá zájem o rozšíření nabídky aktivit.

Otázka č. 9 S kým nejčastěji trávíš volný čas?

Otázka č. 10 Chtěl/a bys ještě něco říct k tématu volného času?

Tato otázka byla dobrovolná a odpovědělo na ni jen malé množství dětí (6). Ve všech těchto odpovědích bylo, že by chtěly ještě více svého volného času trávit hraním her na počítači.

Otázka č. 11 PohlavíOtázka č. 12 Věk

Otázka č. 13 Kolik let žiješ v dětském domově?

5.2 Interpretace dat

Hlavní výzkumná otázka:

Jak děti staršího školního věku žijící v dětském domově tráví svůj volný čas?

Výsledky ukazují, že děti tráví volný čas převážně hraním na PC nebo telefonu a pobytem venku, méně často poslechem hudby a sportováním. Nejméně zastoupená odpověď bylo kreslení či tvoření. Data ukazují, že jsou preferovány spíše pasivní formy volného času.

Dílčí výzkumné otázky:

1. Jaké konkrétní volnočasové aktivity děti vykonávají?

Děti nejčastěji vykonávají tyto aktivity (v pořadí od nejoblíbenějších): hraní na PC nebo telefonu, tráví čas venku, poslouchají hudbu, sportují, kreslí a tvoří.

2. S kým děti nejčastěji tráví svůj volný čas?

Z výsledných odpovědí vyplývá, že volný čas nejčastěji tráví se svými kamarády, kteří nejsou z dětského domova, málo zastoupenými odpověďmi byly s vychovateli, a sám.

3. Jaký je zájem dětí o nové volnočasové aktivity a jak hodnotí současnou nabídku?

Z odpovědí vyplynulo, že by děti v dětských domovech rády chovaly domácí zvířata nebo vařily a pekly. Dále výsledky ukazují, že děti jsou převážně spokojené s volnočasovými aktivitami v dětském domově, a nemají již zájem o další rozšíření nabídek volnočasových aktivit.

Shrnutí interpretace:

Výsledky výzkumného šetření ukázaly, že děti staršího školního věku žijící v dětských domovech tráví svůj volný čas pasivními i aktivními činnostmi, přičemž mezi nejčastější patří hraní her na mobilu, poslech hudby a pobyt venku. Volný čas nejraději sdílejí se svými kamarády, méně často s vychovateli nebo samy. Většina je s nabídkou činností v domově spokojená. Přesto se objevily návrhy na rozšíření možností – například o chov zvířat nebo možnost praktických činností, jako je vaření a pečení. Zjištěné poznatky mohou sloužit jako podklad pro úpravu a obohacení volnočasových programů dle skutečných potřeb dětí.

6 DISKUZE

Tato kapitola se věnuje zamyšlení nad hlavními zjištěními výzkumného šetření, jejich zasazením do širšího odborného kontextu a posouzením jejich praktických dopadů. Diskuze rovněž reflektuje možná omezení výzkumu a nabízí podněty pro další praxi i výzkumnou činnost.

Výsledky výzkumu ukázaly, že děti staršího školního věku žijící v dětských domovech tráví svůj volný čas kombinací pasivních a aktivních činností. Nejčastěji zmiňovanými aktivitami byly hraní her na mobilních zařízeních, poslech hudby, sport a pobyt venku. Významnou roli v jejich volnočasovém životě sehrávají vrstevnické vztahy – většina dětí uvedla, že svůj volný čas tráví nejraději s kamarády z dětského domova.

Tato zjištění odpovídají závěrům Knotové (2011), která poukazuje na to, že volný čas dětí v institucionální péči plní významnou roli v oblasti sociálních vztahů, podpory samostatnosti a osobnostního rozvoje. Děti ve výzkumu oceňují možnost samostatně si volit, s kým a jak tráví svůj čas, což potvrzuje i Iso-Ahola (2023), podle něhož právě svoboda volby přispívá k vnitřní spokojenosti a pocitu smysluplnosti ve volnočasových činnostech.

Zajímavým zjištěním bylo, že děti by měly zájem o rozšíření nabídky volnočasových aktivit o praktické činnosti, jako je vaření, pečení nebo chov domácích zvířat. Tyto preference naznačují, že děti touží po smysluplné, praktické a tvůrčí náplni volného času. Z hlediska pedagogického působení to lze chápat jako příležitost k podpoře pracovních dovedností, odpovědnosti i seberealizace. Jak uvádí Pávková (2012), rozvoj těchto kompetencí je zvláště důležitý u dětí vyrůstajících mimo vlastní rodinu, kde se některé zkušenosti běžného života přirozeně nenabízejí.

Dále bylo zjištěno, že většina dětí je s aktuální nabídkou aktivit v dětském domově spokojena. I přesto se ale objevily návrhy na její obohacení. To poukazuje na důležitost pravidelného zjišťování preferencí dětí a jejich zapojení do plánování volnočasových programů. Zájem o nové činnosti může sloužit jako cenná zpětná vazba pracovníkům zařízení a přispět k vyšší motivaci a aktivnímu zapojení dětí. Jak uvádí Knotová (2011), smysluplné trávení volného času je v prostředí ústavní výchovy zásadní pro kompenzaci jinak omezeného spektra zážitků a zkušeností.

Mezi limity výzkumu patří především velikost výzkumného souboru (70 dětí) a fakt, že šetření probíhalo pouze ve vybraných dětských domovech. Výsledky tak nelze zobecnit na celou populaci dětí v institucionální péči. Na druhou stranu byly odpovědi získány

anonymně a prostřednictvím srozumitelného dotazníku, což mohlo přispět k otevřenosti a upřímnosti respondentů.

Zjištěné poznatky mohou být přínosné především pro pracovníky dětských domovů, kteří mají na starosti organizaci volného času. Výsledky naznačují, že nabídka by měla být nejen pestrá, ale zároveň otevřená podnětům ze strany dětí. Podpora autonomie, možnost výběru a vytvoření prostoru pro společné sdílení volného času s vrstevníky jsou klíčovými faktory pro smysluplné trávení volného času v ústavní péči.

ZÁVĚR

Tato bakalářská práce se zabývala problematikou trávení volného času u dětí staršího školního věku žijících v prostředí ústavní výchovy, konkrétně v dětských domovech. Cílem práce bylo zjistit, jaké aktivity tyto děti nejčastěji vykonávají, s kým svůj volný čas tráví, jaké mají preference a zda jsou spokojeny s aktuální nabídkou volnočasových činností v rámci institucionální péče.

V teoretické části byly vymezeny klíčové pojmy týkající se volného času a jeho významu ve vývoji dítěte. Popsány byly hlavní funkce volného času – výchovná, sociální, zdravotní a preventivní – i faktory, které trávení volného času ovlivňují. Samostatná kapitola byla věnována dětem vyrůstajícím mimo vlastní rodinu, včetně charakteristiky dětských domovů a úlohy vychovatelů při organizaci volnočasových aktivit v těchto zařízeních.

Praktická část byla realizována prostřednictvím kvantitativního výzkumu pomocí dotazníků. Šetření probíhalo ve více dětských domovech a zúčastnilo se ho celkem 70 dětí ve věku 11 až 15 let. Cílem bylo zjistit, jak děti ve věku staršího školního věku v institucionální péči svůj volný čas skutečně tráví a jak jej subjektivně hodnotí.

Z výsledků vyplynulo, že děti nejčastěji tráví svůj volný čas hraním her na mobilních zařízeních a pobytem venku – obě aktivity byly zastoupeny ve všech odpovědích. Často zmiňovanými činnostmi byly také sportovní aktivity (56 dětí) a poslech hudby (58 dětí), což ukazuje na značnou oblíbenost těchto forem trávení volného času. Naopak nejméně zastoupenou aktivitou bylo kreslení a tvoření, kterému se věnuje pouze 6 dětí. Většina dětí tráví volný čas nejraději s kamarády a oceňuje možnost výběru, kterou jim prostředí dětského domova v tomto směru poskytuje.

Co se týče množství volného času, děti zpravidla uváděly 1 až 4 hodiny denně a většina z nich je s tímto rozsahem spokojena. Také nabídka aktivit ze strany dětských domovů byla většinou hodnocena pozitivně, ačkoli někteří respondenti by ocenili širší výběr, konkrétně vaření a pečení nebo chov domácích zvířat.

Zjištění přinášejí důležité informace nejen pro odbornou veřejnost, ale především pro pracovníky dětských domovů, kteří organizují každodenní život dětí. Výsledky ukazují, že děti volný čas chápou především jako prostor pro odpočinek, svobodu a sociální kontakt s vrstevníky, nikoli nutně jako prostor pro výkon nebo povinnost.

Závěrem lze konstatovat, že nabídka volnočasových činností v dětských domovech většinou odpovídá aktuálním zájmům dětí. Přesto je důležité, aby vychovatelé i nadále reflektovali individuální potřeby a proměny zájmů jednotlivých dětí. Volný čas totiž představuje významný výchovný nástroj, který může pozitivně ovlivnit nejen osobní rozvoj dítěte, ale i jeho sociální začlenění a celkovou kvalitu života v ústavní péči.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- BENDL, Stanislav. *Vychovatelství: Učebnice teoretických základů oboru*. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-4248-9.
- BENDOŮVÁ, Petra. *Základy speciální pedagogiky nejen pro speciální pedagogy*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-80-7435-422-9.
- DANĚK, L. *Volnočasové aktivity dětí v ústavní péči*. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, 2025. Diplomová práce.
- EGER, Ludvík a EGEROVÁ, Dana. *Základy metodologie výzkumu*. Plzeň: Západočeská univerzita, 2017. ISBN 978-80-261-0735-4.
- HÁJEK, Bedřich; HOFBAUER, Břetislav a PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-473-1.
- HÁJEK, Bedřich; HOFBAUER, Břetislav a PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-262-0030-7.
- HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-9275.
- CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80247-5326-3.
- ISO-AHOLA, S.E. and BAUMEISTER, R.F. Leisure and meaning in life. *Frontiers in Psychology* online. 2023[cit. 2025-04-15]. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/...93/>
- JANSKÝ, Pavel. *Dítě s problémovým chováním a náhradní výchovná péče ve školských zařízeních pro výkon ústavní a ochranné výchovy*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2014. ISBN 978-80-7435-534-9.
- JOSHI, R.S. and KALE, S.S. Designing and validating a research questionnaire – Part 1. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*. online. 2023[cit. 2025-04-18]. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/...29/>
- KALIBA, P. *Volný čas v pedagogických souvislostech*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, Pedagogická fakulta, 2015. Diplomová práce.
- KAPLÁNEK, Michal. *Volný čas a jeho význam ve výchově*. Praha: Portál, 2017. ISBN 978-80-262-1250-8.

KNOTOVÁ, Dana. *Pedagogické dimenze volného času*. Brno: Paido, 2011. ISBN 978-807315-223-9.

KŘÍSTEK, Adam. *Zákon o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy a o preventivně výchovné péči*. Praha: Wolters Kluwer, 2017. ISBN 978-80-7552-821-6.

ČESKÁ REPUBLIKA. Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních. *Sbírka zákonů České republiky*. 2002.

NOVOTNÁ, Erika. *Pedagogika volného času*. Prešov: Rokos, 2017. ISBN 978-80-89510580.

PACNEROVÁ, P., KUPCOVÁ, L. a ŽUFNÍČEK, J. *Volnočasové aktivity v sociální práci*. Brno: Tribun EU, 2012.

PÁVKOVÁ, Jiřina; HÁJEK, Bedřich; HOFBAUER, Břetislav; HRDLÍČKOVÁ, Vlasta a PAVLÍKOVÁ, Alena. *Pedagogika volného času*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-7290-666-6.

PÁVKOVÁ, Jiřina; HÁJEK, Bedřich; HOFBAUER, Břetislav; HRDLÍČKOVÁ, Vlasta a PAVLÍKOVÁ, Alena. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-423-6

PUGNEROVÁ, Michaela. *Psychologie pro studenty pedagogických oborů*. Praha: Grada, 2019. ISBN 78-80-271-0532-8.

SKUTIL, Martin. *Základy pedagogicko-psychologického výzkumu pro studenty učitelství*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-778-7.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie I: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0956-8.

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1: Provázanost položek dotazníku s výzkumnými cíli.....	37
Tabulka 2: Jak často děláš tyto aktivity, s kým je děláš a jak moc tě baví?.....	41

SEZNAM GRAFŮ

Graf (otázka č.1).....	41
Graf (otázka č.3).....	42
Graf (otázka č.5).....	43
Graf (otázka č.6).....	43
Graf (otázka č.7).....	44
Graf (otázka č.9).....	44
Graf (otázka č.11).....	45
Graf (otázka č.12).....	45
Graf (otázka č.13).....	46

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

Angl. Anglicky

Franc. Francouzsky

Např. Například

Atd. A tak dále

Odst. Odstavec

Č. Číslo

Sb. Sbírky

MŠMT Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: DOTAZNÍK PRO RESPONDENTY

PŘÍLOHA P I: UKÁZKA DOTAZNÍKU PRO RESPONDENTY

DOTAZNÍK: Volný čas dětí staršího školního věku v dětském domově

Ahoj!

Jmenuji se Armin Renczes a studuji vysokou školu. Tento dotazník je součástí mé bakalářské práce o tom, jak děti v dětském domově tráví svůj volný čas. Dotazník je anonymní – nikdo se nedozví, jak jsi odpovídal/a. Odpověz prosím co nejupřímněji. Děkuji ti za pomoc!

1. Kolik volného času máš během týdne (mimo školu, úkoly, povinnosti)?

- ☐ Méně než 1 hodinu denně
- ☐ 1–2 hodiny denně
- ☐ 3–4 hodiny denně
- ☐ Více než 4 hodiny denně

2. Jak často děláš tyto aktivity, s kým je děláš, a jak moc tě baví?

Aktivita: Jak často? (nikdy/ občas/ často)

S kým? (sám/ s kamarády/ s vychovatelem)

Jak moc tě baví? (stupnice od 1 po 5, kde 1 znamená: vůbec mě to nebaví, a 5 znamená: baví mě to hodně)

Aktivita:

Sport (např. fotbal, běh, kolo...)

Hraní na počítači, telefonu, tabletu

Kreslení, keramika, výtvarné aktivity a tvoření

Poslech hudby

Trávení času venku (bez konkrétní aktivity)

3. Označ, nakolik souhlasíš s následujícími tvrzeními.

(☐ a – vůbec nesouhlasím, ☐ e – naprosto souhlasím)

1. Volný čas mi pomáhá odpočívat. ☐a ☐b ☐c ☐d ☐e
2. Baví mě, jak trávím svůj volný čas. ☐a ☐b ☐c ☐d ☐e
3. Díky volnému času se naučím nové věci. ☐a ☐b ☐c ☐d ☐e
4. Ve volném čase mám příležitost být s kamarády. ☐a ☐b ☐c ☐d ☐e
5. Volný čas mi pomáhá cítit se dobře a v klidu. ☐a ☐b ☐c ☐d ☐e
6. Volný čas si užívám a dělá mi radost. ☐a ☐b ☐c ☐d ☐e

4. Co v nabídce organizovaných volnočasových aktivit postrádáš? (dopiš na řádek)

5. Co pro tebe znamená volný čas?

- ☐ Odpočinek
- ☐ Zábava
- ☐ Naučit se něco nového
- ☐ Možnost být sám/sama
- ☐ Možnost být s někým
- ☐ Něco jiného: _____

6. Jaké aktivity jsou ti nabízeny dětským domovem? (zaškrtni všechny, které ti domov nabízí nebo které využíváš)

- ☐ Sportovní kroužky

- ☐ Hudební nebo výtvarné aktivity
- ☐ Výletní nebo víkendové akce
- ☐ Doučování nebo studijní skupiny
- ☐ Herny / společenské místnosti
- ☐ Jiné (doplň) : _____

7. Jsi s nabídkou aktivit v dětském domově spokojený/á?

- ☐ Ano, úplně
- ☐ Spíše ano
- ☐ Spíše ne
- ☐ Ne

8. Co bys chtěl/a, aby ti bylo v domově víc nabízeno? (dopiš aktivitu na řádek)

9. S kým nejčastěji trávíš volný čas?

- ☐ S kamarády z dětského domova
- ☐ S kamarády mimo dětský domov (kamarádi co s tebou nebydlí v dětském domově)
- ☐ S vychovateli
- ☐ Sám/sama
- ☐ Jiné: _____

10. Chtěl/a bys ještě něco říct k tématu volného času?

11. Pohlaví:

☐ Chlapec

☐ Dívka

12. Věk: _____ let

13. Kolik let žiješ v dětském domově?

☐ Méně než 1 rok

☐ 1–2 roky

☐ 3–4 roky

☐ 5–6 let

☐ Více než 6 let