

## TÉMA ZDRAVÍ JAKO ASPEKT KVALITY ŽIVOTA UNIVERZITNÍCH STUDENTŮ

---

*Jitka ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Bohumil VAŠINA, Petr ŠIŠÁK*

**Souhrn:** *Ve studii jsme se pokusili postihnout vztah mezi vnímáním zátěže studia na vysoké škole a uvědomováním si kvality života. Kvalitu života jsme ověřovali metodou SEIQoL (Schedule for the Evaluation of Individual Quality of Life). Metoda neklade předem kritéria, vychází z osobních představ respondenta o tom, co považuje ve svém životě za důležité. Mezi uvedenými hodnotami jsme se soustředili na významnost, kterou přikládají vysokoškolští studenti zdraví. Studijní zátěž jsme sledovali použitím dotazníku D. J. Abramise, který pomocí 4 – 7 stupňových škál hodnotí zátěž respondentů a její důsledky v běžném týdnu během studijního období. Sociální integraci studenta jsme zjišťovali Škálou sociální opory PSSS J. A. Blumenthala.*

**Klíčová slova:** *zdraví, kvalita života, zátěž, sociální opora*

### Úvod

Změny ve vzdělávání na základních školách v České republice, které se realizují od školního roku 2007–2008, vycházejí z ideje úzké provázanosti vzdělání s jeho praktickou využitelností. Školy dostaly k tvorbě vlastních vzdělávacích programů značnou autonomii. Učitelé mohou více ovlivňovat nejen formy, ale především obsah výuky. Mají ovšem zvýšenou odpovědnost za výsledky vzdělávání.

Základní teze nové koncepce vzdělávání jsou deklarovány v Rámcovém vzdělávacím programu. Tento materiál vymezuje devět oblastí. Kromě jazykové přípravy a matematiky jsou vzdělávací oblasti tvořeny několika obsahově blízkými obory. Vytváření větších obsahových celků s praktickým vyústěním do konkrétních vědomostí a dovedností, klade také nové požadavky na přípravu pedagogů v průběhu vysokoškolského studia. Na některých Pedagogických fakultách se proto otvírají nové studijní obory, například Výchova ke zdraví, která má obsáhnout požadavky vzdělávací oblasti Člověk a zdraví.

### Výzkumné otázky a metody šetření

Tvorba studijního bakalářského oboru Výchova ke zdraví se zaměřením na vzdělávání a následného magisterského oboru Učitelství výchovy ke zdraví pro základní školy

vedla k otázce, jaké místo zaujímá v hodnotové orientaci studentů učitelství „zdraví“, jaké jiné hodnoty a cíle preferují budoucí učitelé a jak tyto hodnoty souvisejí s péčí o zdraví.

Ve své studii jsme se pokusili zjistit vztah mezi vnímáním zátěže studia na vysoké škole, sociální integrací studenta do nového, vysokoškolského prostředí a kvalitou jeho života.

„Kvalita života je definována s ohledem na spokojenost daného člověka dosahováním cílů určujících směřování jeho života. Cíle směřování života jsou hodnoceny podle hierarchie hodnot (duchovní hlediska). Tato hierarchie se týká cílů, k nimž je životní úsilí daného člověka zaměřeno.“ (J. Křivohlavý 2001, s. 40)

Kvalitu života studentů jsme ověřovali metodou SEIQoL - Schedule for the Evaluation of Individual Quality of Life (J. Křivohlavý 2001: 243), která neklade předem kritéria, ale vychází z osobních představ dotazovaného o tom, co považuje za důležité. Respondent má uvést pět životních cílů, které považuje pro sebe za důležité a míru uspokojení s nimi v procentech (0 % – 100 %). Dalším krokem je vyjádření důležitosti každého tématu v rámci uvedeného souboru pěti cílů tak, aby dal soubor dohromady 100 %. Následným údajem je označení místa na stupnici, která měří celkovou míru spokojenosti respondenta s vlastním životem (QLG).

Zátěž vysokoškolského studia jsme měřili pomocí Dotazníku studijní zátěže (D. J. Abramis), který na čtyř až sedmi stupňové škále určuje míru stresorů: role nejistoty (RN), vnitřní konflikt (KR1), vnější konflikt (KR2), depresi (DE), úzkost (UZ), zlostnost (ZL), technickou výkonnost (TeV), sociální výkonnost (SoV) a zátěž studia (ZAT). Druhým testem studijní zátěže byl dotazník hardiness (C. Kolbasová), který obsahuje škály: kontrola – bezmocnost (CO), ztotožnění – odcizení (CN), výzva – hrozba (CA). Sociální integrace studenta byla zjišťována Škálou sociální opory PSSS (J. A. Blumenthal).

## Zkoumaný soubor, výsledky šetření a diskuse

Zkoumaný soubor tvořili studenti učitelství z Pedagogické fakulty Ostravské univerzity v Ostravě a studenti sociální patologie z Filozoficko-přírodovědecké fakulty Slezské univerzity v Opavě. Základní data obsahuje tabulka č. 1.

Tabulka č. 1: Popis zkoumaného souboru

Fakulta	Počet	Muži	Ženy	Věk
PdF OU	108	13	95	19–23
FPF SU	68	20	48	20–26

Kvalita života měřená metodou SEIQoL pozitivně koreluje s faktorem kvality života měřené grafickou škálou QLG u obou skupin souboru: 1. skupina +0,348, 2. skupina +0,384. Byl zde zjištěn nejtěsnější pozitivní vztah. Kvalita života studentů hodnocená pomocí grafické škály záporně koreluje u první skupiny s rolí nejistoty: RN –0,3668, úzkostností UZ –0,6687, depresí DE –0,7050 a celkovou zátěží studia ZAT –0,7657. Hodnota SEIQoL negativně koreluje s vnější konfliktní rolí KR2 –0,219 a úzkostností UZ –2,217. U druhé skupiny zkoumaného souboru hodnota SEIQoL pozitivně koreluje s podporou od přátel SPC +0,249 a se zátěžovými faktory hardiness výzva-hrozba CA +0,243.

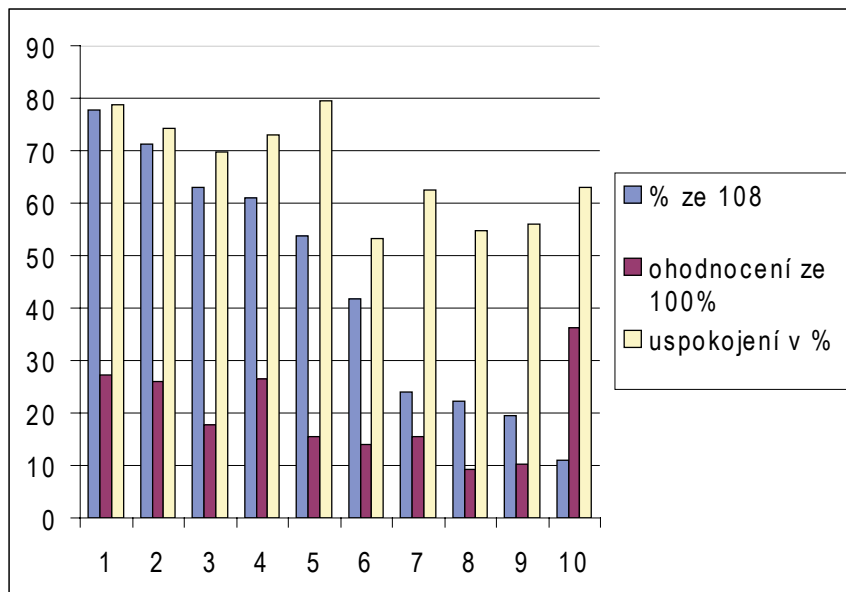
Hiearchie životních cílů podle metody SEIQoL obsahují tabulky a grafy.

Tabulka č. 2: Preference hodnot studentů učitelství

Hodnota	2. N 108	3. P pořadí	4. % ze 108	5. ohodnocení ze 100 %	6. P pořadí	7. Uspokojení v %	8. P pořadí
Zdraví	84	1	77,8	27,25	2	78,63	2
Rodina	77	2	71,3	25,88	4	74,17	3
Vzdělání	68	3	63,0	17,63	5	69,67	5
Partner(ka)	66	4	61,1	26,45	3	73,00	4
Přátelé	58	5	53,7	15,38	7	79,47	1
Zaměstnání	45	6	41,7	14,04	8	53,29	10
Životní Pohoda	26	7	24,1	15,42	6	62,46	7
Materiální zajištění	24	8	22,2	9,17	10	54,71	9
Volnost - Svoboda	19	9	19,6	10,37	9	56,00	8
Víra v Boha	12	10	11,1	36,25	1	63,00	6

Graf k tabulce č. 2

1 – zdraví, 2 – rodina, 3 – vzdělání, 4 – partner, 5 – přátelé, 6 – zaměstnání, 7 – životní pohoda, 8 – materiální zajištění, 9 – volnost, svoboda 10 – víra v Boha

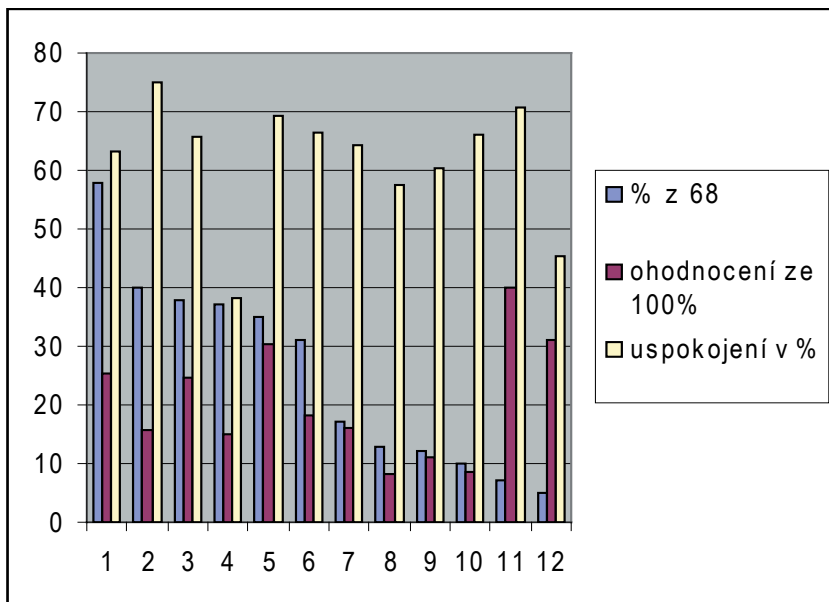


Tabulka č. 3: Preference hodnot studentů sociální patologie

Hodnota	2. N 68	3. P pořadí	4. % ze 68	5. ohodnocení ze 100 %	6. P pořadí	7. Uspokojení v %	8. P pořadí
Rodina	58	1	85,3	25,46	4	63,07	8
Přátelství	40	2	58,8	15,87	8	75,07	1
Láska	38	3	55,9	24,48	5	65,72	6
Zaměstnání	37	4	54,4	15,00	9	38,24	12
Zdraví	35	5	51,5	30,40	3	69,37	3
Vzdělání	31	6	45,6	18,37	6	66,29	4
Životní Pohoda	17	7	25,0	16,00	7	64,41	7
Finanční zabezpečení	13	8	19,1	8,07	12	57,50	10
Koníčky	12	9	17,6	11,17	10	60,42	9
Sport	10	10	14,7	8,50	11	66,00	5
Víra	7	11	10,3	40,00	1	70,71	2
Pomáhat jiným	5	12	7,4	31,00	2	45,42	11

Graf k tabulce č. 3

1 – rodina, 2 – přátelství, 3 – láska, 4 – zaměstnání, 5 – zdraví, 6 – vzdělání, 7 – životní pohoda, 8 – finanční zabezpečení, 9 – koníčky, 10 – sport, 11 – víra v Boha, 12 – pomáhat jiným



U hodnot, které byly preferovány nejméně 5 respondenty, jsme provedli základní statistické třídění četností (2.– absolutní četnost, 3.– pořadí podle absolutní četnosti, 4.– relativní četnost, 5.– výpočet důležitosti hodnoty, tj. ohodnocení respondentem podílu ze 100 %, 6.– pořadí důležitosti hodnoty, 7.– míra spokojenosti s realizací hodnoty, tj. míra uspokojení v %, 8.– pořadí podle míry uspokojení).

Hodnota zdraví je mezi deseti preferovanými hodnotami studentů učitelství na prvním nebo druhém místě. Většina studentů ji uvádí mezi důležitými životními cíli a můžeme ji považovat za nejdůležitější hodnotu. Celkové pořadí hodnot – cílů vykazuje charakteristické známky věku, kdy vzdělání jako aktuální příprava na profesi je považováno za důležitější než zaměstnání. Celková skladba hodnot ukazuje na větší vazbu k sociálnímu prostředí, rodině a přátelům. Vedle četnosti je zajímavá důležitost – váha hodnoty. U respondentů, kteří uvádějí víru v Boha, má tato hodnota vysokou míru důležitosti, i když její četnost u obou souborů udává něco málo přes 10 % respondentů.

Hodnotový profil studentů sociální patologie ukazuje stejnou skladbu, ale jiné pořadí preferencí a rozdílnou významnost voleb. Zdraví má rovněž své pevné místo mezi prvními třemi hodnotami. Stejná je důležitost duchovních hodnot, spojená s vírou v Boha. Větší variabilita uváděných hodnot může být ovlivněna vyšším věkem této části souboru, jiným zaměřením vzhledem k studijnímu oboru a také větším počtem mužů ve skupině, než jak je tomu u studentů učitelství.

Výsledky ukazují, že mezi oběma skupinami je značná shoda. Prioritními cíli studentů jsou zdraví, rodina a partner. Profesionální hodnoty tvoří soulad a vzájemnou provázanost, která vytváří příznivé psychosociální klima pro rozvoj zdraví jedince. Tento aspekt našeho šetření se potvrdil i výpočtem korelačního koeficientu mezi aktuální spokojeností QLC a úrovní kvality života měřenou pomocí SEIQoL. U obou skupin hodnota SEIQoL koreluje významně s QLG, a to pozitivně (studenti učitelství 0.348, studenti sociální patologie, 0.384).

Uvědomujeme si, že námi předložená data jsou pouze sondou do problematiky. V každém případě metoda SEIQoL dává předpoklad pro kvalitativní analýzu a vytváří podmínky pro získání informací o hodnotové orientaci zkoumané populace. Může být užita pro poznání, co daná populace považuje za důležité. Získané výsledky ukazují, že hodnota zdraví je studenty, kteří se připravují na učitelskou profesi vysoce ceněna. Naše výsledky jsou podobné autorům, kteří zkoumali hodnocení zdraví učitelů nebo kvalitu jejich života, či osobní předpoklady spokojenosti (Blatný, M. Osecká, L. Macek, P., 1998, Mareš, J., 2005, Paulík, K., 2004, Vašina, B., 2004, Řehulka, E., 2003, Mužík, L., 2003)

## **Závěr**

Škola má při utváření a rozvíjení zdraví vedle rodiny významné místo, a to především kvalitou svého vzdělávacího programu v oblasti Člověk a zdraví. Pro rozvoj těchto programů na školách bude důležitá příprava odborníků výchovy ke zdraví. Se vzděláváním pedagogů, kteří budou umět aktivně rozvíjet fyzické, duševní, sociální a duchovní zdraví, začala v tomto akademickém roce také Pedagogická fakulta Ostravské univerzity. Akreditovala dva obory ve studijních programech specializace s pedagogice.

V naší studii jsme se pokusili ověřit pomocí metody SEIQoL a grafické škály QLG kvalitu života u vysokoškolských studentů. Zároveň jsme chtěli pomocí dotazníku studijní zátěže najít předpokládané souvislosti mezi rolí nejistoty a konfliktní rolí jako možného zdroje zátěže vysokoškolských studentů a dopady zátěže, které zmíněný dotazník dovoluje diagnostikovat. Zdá se, že kvalita života měření SEIQoL nesnižuje subjektivní míru zátěže, ale mobilizuje síly k vyrovnání se se zátěží. Svědčí o tom signifikantní korelace z dotazníku hardiness se subfaktorem CA: výzva-hrozba, což lze interpretovat, že vyšší zátěž vyvolává výzvu k jejímu překonání, přičemž nesnižuje kvalitu života.

Domníváme se, že metoda SEIQoL zachycuje určitou trvalejší a jádrovou dimenzi kvality života. Zdá se, že proměnlivější část, která zaznamenává i uspokojení či nespokojení aktuálních potřeb, více reprezentuje grafická škála. Uvědomujeme si, že námi předložená data to naznačují, ale nelze říci, že potvrzují. Tento výzkum považujeme za sondu do nastíněné problematiky, které se chceme cíleně věnovat. Předložené výsledky považujeme spíše za data hodnotící z tohoto hlediska vysokoškolskou populaci příznivě, i když si nedělají větší nárok na generalizaci uvedených zjištění.

## Literatura

- BLATNÝ, M.; OSECKÁ, L.; MACEK, P. 1 *Osobnosti předpoklady spokojenosti: temperament a zaměřenost*. In BLATNÝ, M. (ed.) *Sociální procesy a osobnost*. Brno: Masarykova univerzita, 1998
- KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2001
- MAREŠ, J. Kvalita života a její proměny v čase u těhož jedince. Čs. *Psychologie* 2005, 49, č. 15, s. 19–33
- MUŽÍK, L. Učitelé a výchova ke zdraví. In ŘEHULKA, E. (ed.) *Učitelé a zdraví*. Brno: Vydavatelství Křepela, 2003
- PAULÍK, K. Teachers' Workload and Appraisal of their Health. In ŘEHULKA, E. (ed.) *Teachers and Health*. Brno: Paido, 2004
- ŘEHULKA, E.; ŘEHULKOVÁ, O. Teachers and Quality of Life. In Řehulka, E. (ed.) *Teachers and Health*. Brno: Paido, 2003
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, J.; VAŠINA, B. Satisfaction with Quality of Life among primary school Teachers and other Professions. In ŘEHULKA, E. (ed.) *School and Health 21*. Brno: Paido, 2006
- Rámcový vzdělávací program ZV – Člověk a zdraví*. Praha: VÚP, 2004.

## HEALTH AS AN ASPECT OF QUALITY OF LIFE OF UNIVERSITY STUDENTS

**Abstract:** This study aims to determine the relation between the perception of study-related stress at university and students' awareness of quality of life. Quality of life was evaluated using the SEIQoL method (Schedule for the Evaluation of Individual Quality of Life). The method does not pre-define criteria, but instead draws on respon-

dents' personal views of what they consider to be important in their own lives. Among the values mentioned, particular attention was devoted to the significance attributed by university students to health. Study-related stress was evaluated using a questionnaire developed by D. J. Abramis, which uses scales of 4 – 7 ranks to determine respondents' stress levels and to evaluate their consequences in a standard week of study during the semester. Students' social integration was determined using J. A. Blumenthal's Perceived Social Support Scale (PSSS).

**Key words:** health, quality of life, hardiness, social support