



Jak Češi tráví čas? Volný čas hlavně u televize, přetrvává tradiční rozdělení rolí muže a ženy

20. 06. 2016, Praha | Průměrný Čech má týdně 45 hodin volného času a téměř třetinu z něj stráví u televize. Ženy nemají tolik volného času jako muži, ačkoli v zaměstnání odpracují méně hodin. Zastávají totiž větší část domácích prací a péče o děti. Vyplývá to z prvního ročníku výzkumu *Proměny české společnosti*, na kterém se podílí vědci z Akademie věd ČR a Masarykovy univerzity. V roce 2015 se tohoto sociologického šetření zúčastnilo přes 5 000 domácností představujících reprezentativní vzorek českých obyvatel.

Volný čas především před televizí

Na průměrného Čecha připadá téměř 6 a půl hodiny volného času za den, tedy zhruba 45 hodin týdně. Zaměstnanci na plný úvazek přitom mají volného času přes 5 hodin denně, nepracující senioři více než 8 hodin a nezaměstnaní 7 a tři čtvrtě hodiny. Single muži a ženy do padesátky věnují volnočasovým aktivitám denně přes 6 hodin, zatímco rodičům s dětmi do 18 let v domácnosti zbývá volného času o hodinu a půl denně méně.

Nejrozšířenější a také nejdéle trvající volnočasovou aktivitou je sledování televize. V běžný den ji sledují tři dospělí ze čtyř a televize nám v průměru zabírá 2 hodiny denně, tedy téměř třetinu celkového volného času. U seniorů jsou to přes 3 hodiny a k televizi v běžný den usedá téměř 90 % z nich. Naopak mezi mladými do 25 let sleduje televizi jen každý třetí. Zhruba hodina denně připadá na odpočinek a další hodina na trávení času s rodinou či přáteli. K internetu a sociálním sítím v typický den zasedá 40 % lidí. Mezi mladými do 25 let jsou to ale dva lidé ze tří, mezi seniory zhruba každý pátý. Hraním her na počítači, tabletu či telefonu trávíme v průměru asi 20 minut za den. V běžný den se přitom počítačovým hrám věnuje téměř 15 % dospělých. Nejvíce je tato aktivita rozšířena mezi mladými lidmi do 34 let. Počítačovými hrami tráví volný čas každý čtvrtý. Sportu, cvičení a pobytu venku věnujeme denně v průměru půl hodiny.

Tradiční role přetrvávají: muži tráví více času zaměstnáním, ženy domácími pracemi

Mužům zbývá více volného času než ženám. Nejméně volného času oproti mužům mají matky s nezletilými dětmi v domácnosti, které si užívají denně o 40 minut volného času méně než otcové. Jeden z důvodů můžeme hledat v tradičním rozdělení rolí. Ženám zabírají domácí práce téměř dvakrát tolik času co mužům. Zatímco ženám trvá vaření, mytí nádobí, uklízení, údržba domu nebo nakupování zhruba 21 hodin týdně, mužům jen 14 hodin. O malé děti se také starají spíše ženy než muži. Pokud je v domácnosti dítě do tří let, tráví ženy péčí o děti 6 a půl hodiny denně, u mužů jsou to dvě hodiny. Muži naopak více svého času stráví zaměstnáním. Zaměstnanost je ve všech věkových skupinách vyšší mezi muži a ženy také častěji pracují na zkrácený úvazek. Tři čtvrtiny zaměstnanců na zkrácený úvazek tvoří ženy. Pracovní doba žen je však kratší i v rámci plného úvazku. Týdně činí 41,5 hodiny, zatímco muži s plným úvazkem si



týdně odpracují 44 hodin. Rozdíl mezi muži a ženami je přitom největší v rodinách s dětmi, kde muži tráví v zaměstnání až o 9 hodin týdně více než ženy. Single žena naproti tomu pracuje stejně dlouho jako single muž. „Pracovní dráha žen se přizpůsobuje rodinným okolnostem mnohem více, než je tomu u mužů. Zatímco zaměstnanost a pracovní doba žen se mění podle toho, zda žijí s partnerem, kolik mají v domácnosti dětí a jak jsou tyto děti staré, mezi muži jsou tyto výkyvy v pracovní aktivitě znatelně slabší,“ komentuje jedna z autorek výzkumu, Michaela Röschová ze Sociologického ústavu AV ČR. Avšak i při srovnatelné pracovní době zastávají ženy většinu domácích prací a výrazně delší dobu tráví i péčí o děti. Výsledkem je pak méně volného času a ženy si také skutečně daleko častěji než muži přejí, aby měly více času samy pro sebe, než mají nyní.

Spíme v průměru 8 hodin denně, spánek chybí čtvrtině lidí

Běžný Čech spí denně 8 hodin, ženy přitom spí o něco déle než muži. Nedostatkem spánku trpí podle svých slov každý čtvrtý Čech, nejvíce však lidé od 35 do 44 let věku. Spánkový deficit pociťuje třetina z nich. Nevyhýbá se ale ani starším ročníkům. Na nedostatek spánku si stěžuje 15 % seniorů mezi 65 a 74 lety. Největší problém s nedostatkem spánku mají ženy na mateřské či rodičovské dovolené.

Dost spánku nemají především lidé, kteří se pravidelně cítí ve stresu a pod tlakem času. Mezi dospělými tuto časovou tíseň vnímá každý třetí. Lidé ve stresu si častěji stěžují na horší zdraví, více kouří a méně sportují. „Pocit stresu se vyskytuje ve zvýšené míře u lidí, kteří pracují déle než 46 hodin týdně. Delší pracovní doba tak může mít za následek určitá zdravotní rizika. Abychom to ale mohli říci s jistotou, potřebujeme mít dlouhodobé údaje o délce pracovní doby a zdraví, které nám přinesou další ročníky našeho výzkumu,“ doplňuje Röschová. Druhý ročník sociologického šetření Proměny české společnosti, které potrvá až do roku 2018, startuje 20. června 2016. Znovu v něm bude osloveno 5 000 domácností, které se zúčastnily prvního ročníku výzkumu. Sledování situace stejných domácností po dobu více let pomůže přinést informace nejen o zdravotních rizicích dlouhé pracovní doby, ale také o problémech matek na trhu práce či hrozbě upadnutí do chudoby mezi různými skupinami obyvatel.

Úplná zpráva z výzkumu ke stažení na:

http://www.promenyceskespolecnosti.cz/aktuality/aktualita22/Jak_Cesi_travi_cas_TK_20-06-2016.pdf

Pro více informací se obraťte na Mgr. Michaelu Röschovou z oddělení Sociologie politiky Sociologického ústavu AV ČR, v.v.i. Více o výzkumu Proměny české společnosti na adrese www.promenyceskespolecnosti.cz.

e-mail: michaela.roschova@soc.cas.cz

tel.: 210 310 204