

JAK JSOU ČEŠI ODOLNÍ?

Martina Oplatková
Snímek Shutterstock

Institut Solvo, think-tank, za nímž stojí mecenáška Ivana Tykač, prezentoval na konferenci v Praze výsledky rozsáhlého průzkumu, jehož cílem bylo zmapovat odolnost tuzemské populace. Odpovídali v něm Češi ve věku od 16 do 75 let. Získané údaje byly srovnávány s těmi získanými na Slovensku, v Německu a ve Švédsku.

V první části průzkumu odpovídali lidé především na dotazy ohledně celkové spokojenosti, důvěry v instituce, finanční situace a obdobných věcí. Ve druhé se zkoumalo, jaký je zdravotní stav české populace, a tedy její odolnost po fyzické i psychické stránce. Poslední část se týkala připravenosti v případném vojenském konfliktu. K tématu se vyjadřovali v panelových diskusích i pozvaní řečníci.

Spokojených se životem je méně než polovina

Celkový index odolnosti, který je průsečíkem všech zjišťovaných údajů, by v maximálním případě mohl činit až 226 bodů. V České republice dosáhli občané **102 bodů**, rozdíl mezi sledovanými národy ale byly minimální – v Německu byl výsledek **104 bodů**, ve Švédsku **100** a na Slovensku **97 bodů**.

Našince by mohlo aspoň trochu potěšit, že jsme ze sledovaných zemí první, byť jen těsně, pokud jde o spokojenost se životem jako takovou; **spokojených je u nás 44 procent obyvatel**. Nejdůležitější hodnotou je přitom pro všechny sledované země s vysokým náskokem pocit bezpečí.

Bohužel velká část obyvatelstva nehledí do budoucnosti s příliš velkými nadějemi. Pouze **43 procent** lidí u nás si myslí, že svět, ve kterém žijeme, je lepší než ten, v němž žili naši rodiče, a ještě hůře vnímají vyhlídky svých potomků. Dokonce **55 procent** dotázaných se domnívá, že svět, v němž budou žít, bude horší než ten současný. Další sledované státy to vidí ještě hůře, na Slovensku je to **69 procent**.

Nevěříme institucím ani sociálním sítím
Důvěra v instituce je celkově na **44 procentech**. Hasiči a záchranná služba si vedou velmi dobře, prezident či parlament jsou na tom podstatně hůře. **Důvěra v parlament**, který by měl být výsledkem volby občanů, činí na desetibodové škále jen **3,9 bodu**.

Neověříme institucím ani sociálním sítím

Pokud jde o představitele státu, tady je zajímavé srovnání

ní zemí, jež jsou republikami, a Švédska coby jediného království v průzkumu. **Důvěra v dědičného krále je totiž podstatně vyšší než ve volené představitele**.

Egyptolog Miroslav Bárta v tomto kontextu podotkl, že nedůvěra v instituce není problémem institucí, ale lidí, kteří je zastupují. Bývalá politička Petra Buzková zauvažovala nad tím, že „mnozí politici, včetně těch z Bruselu, hovoří s občany jakýmsi ptydepe“, tedy nerosrozumitelným jazykem, který důvěru lidí v politiky rozhodně nepodporuje.

Pozvaní hovořili také o tom, že politici by měli sladit vlastní chování s tím, jaké názory veřejně zastávají. „Politik, který se prezentuje jako zelený a přitom létá letadlem z Ostravy do Prahy, u občanů mnoho důvěry nevzbuzuje,“ uvedl bývalý guvernér ČNB Miroslav Singer.

Velice slabá vyšla z průzkumů důvěra v média a ještě nižší v sociální sítě, což je zajímavé vzhledem k jejich širokému využívání. Lidé tedy





Celkový index odolnosti občanů České republiky dosáhl 102 bodů (z 226).

44 % obyvatel ČR je spokojených se svým životem

Důvěra v instituce je celkově na **44 %**

22 % Čechů hodnotí svůj zdravotní stav jako „velmi dobrý“

4. nejvyšší příčinu úmrtí u mladých lidí do 29 let tvoří sebevraždy

11 % by šlo bránit svou zemi se zbraní v ruce

3/4 lidí by podpořily vzdělávání civilní obrany, včetně kurzů přežití pro středoškoláky

ve velkém konzumují něco, čemu vlastně nedůvěřují.

Obezita netrápí jen nás

Svůj zdravotní stav hodnotí jako „velmi dobrý“ **22 procent** Čechů, většina dalších volila kategorie „dobrý“ či „ucházející“. Pouze devět procent lidí zvolilo „špatný“ či „velmi špatný“. Fyzioterapeut Pavel Kolář přitom zdůraznil, že řada parametrů byla ještě před sto lety mnohem horší a že bychom si v první řadě měli vážit všeho, v čem je náš život nyní kvalitnější.

Na druhou stranu průzkumy ukazují obecně vysoký body mass index (BMI), podle něhož se určuje míra obezity v populaci. **Průměrný BMI** je v naší zemi **na úrovni nadváhy**. V této souvislosti ovšem nijak nezaostáváme za dalšími zkoumanými státy.

Co v této věci učinit? Základem by měla být koordinovaná prevence, například formou různých bonusů a spoluprací s pojišťovnami. Jak ale účastníci konference podotkli, problémem jsou stále se střídající vlády a jejich nové programy, které tuto záležitost znesnadňují.

Vycházejte z komfortní zóny

Problémem je fyzická kondice dětí, která je v současnosti dosti slabá. „Když jsme my chodili na školní výlet, bylo to třicet kilometrů a všichni jsme to ušli,“ připomněl David Shorf, vztahový kouč se zkušeností z izraelské armády. „Dnes je problém udělat výlet v délce tří kilometrů, protože by to děti nezvládly.“

Skutečná odolnost, jak bylo zdůrazněno, vzniká reálným prožitkem. A právě prožitek jistého nepohodlí, svým způsobem i utrpení, člověka posouvá

dál, učí ho překonávat bolest a zvyšovat limity. „Nemáme se ničemu vyhýbat, máme dělat výlety z komfortních zón,“ dodal David Shorf, s tím, že se může jednat pro jednoho o udělení stojky, pro jiného o postavení se šéfovi.

Další kapitolou je duševní zdraví. Tady je na pováženou, že máme ze sledovaných zemí **největší počet lidí**, kteří jsou podle vlastních slov **na hranici deprese**. Bohužel u mladých lidí do 29 let tvoří čtvrtou nejvyšší příčinu úmrtí sebevraždy. Je proto třeba apelovat na rodiče, protože stávající přístup k potomkům bývá často přehnaně ochranný, či naopak velice ambiciózní, vytvářející na ně přílišný tlak.

Kdo by šel bránit vlast

Ochota Čechů bojovat za vlast? Sice **70 procent** vnímá hrozbu války jako reálnou, nicméně jen **11 procent** by šlo bránit svou zemi se zbraní v ruce. Další **15 procent** by v takové situaci raději volilo **odchod do zahraničí**.

Méně než polovina lidí by podpořila obnovení povinné vojenské služby, menšina by byla pro zavedení alespoň tříměsíčního výcviku po základní škole. Téměř **tři čtvrtiny** lidí by však podpořily **vzdělávání civilní obrany**, včetně kurzů přežití pro středoškoláky.

Hosté z řad armády se shodli, že závěry ohledně ochoty bránit zemi vycházejí z toho, že situace je zatím velice teoretická. „Až to bude urgentní, zvýší se to,“ myslí si brigádní generál Miroslav Hofírek.

Odborníci se také domnívají, že by určité neuteklo tolik lidí, kolik to v současné situaci proklamuje. Tady je ovšem třeba pracovat na lince k místu, kde žijeme, a vazbách v rámci místa i komunity, které pak bude pro člověka přirozenější bránit. ■