

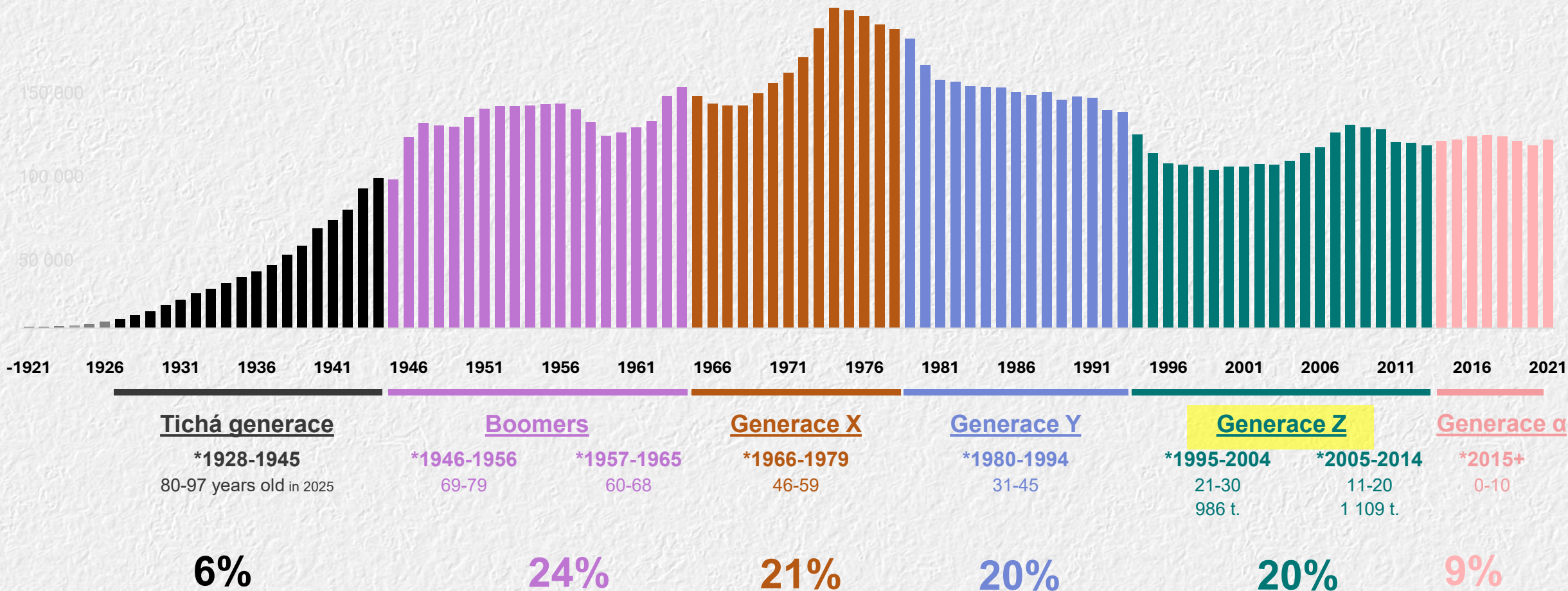
SOLVO

Hlavně žádný konflikt!

GEN-Z V ČESKÉ REPUBLICE 2025



Generace v České republice



Zdroj: Český statistický úřad

METODOLOGIE: Online skupinové diskuse (FGDs)



Metodologie

Focus Group Diskuze (FGDs)

- 4 FGDs
- 6 - 7 respondentů na FG
- 120 min jedna skupina



Cílová skupina

- Všichni respondenti ve věku GEN-Z
- 2 FGDs ženy
- 2 FGDs muži
- Praha i mix krajů, měst a obcí



Sběr dat

9.4. a 10.4. 2025



Témata

- Nastínění postojů k životu - s čím jsou spokojeni a s čím nespokojeni spontánně.
- Nastínění hodnot, snů a životního stylu GEN-Z, vztahy GEN Z, postoje k rovnováze mezi pracovním a soukromým životem, vnímání společenské angažovanosti a zodpovědnosti

METODOLOGIE: Kvantitativní výzkum



Metodologie

Online dotazování přes panel
Populace.cz



Cílová skupina

Zástupci GenZ ve věku 19-25 let.

589 respondentů



Sběr dat

26.- 29. 5. 2025



Témata

Vnímání světa a budoucnosti
Láska, vztahy a vnímání vlastní osoby
Největší sny
Práce, kariéra

Bezpečí nade vše. I nad štěstí?

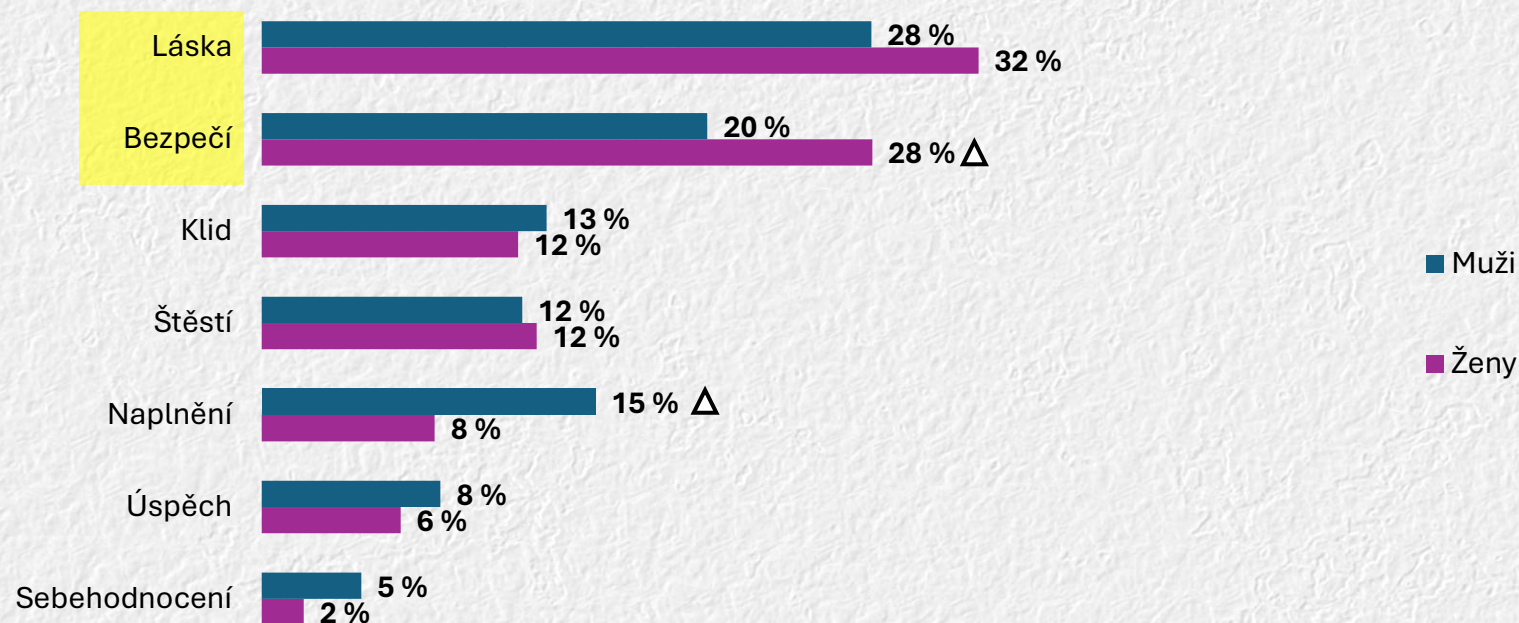
Největším rizikem je pro GEN-Z selhání.

Proto ani neiniciují situace, aktivity a plány, v nichž by mohli nějaké (ať už malé či velké) zaznamenat. Muži nejsou buřiči ani rebelové. Spíše si ponechávají odstup a v reakcích odpovídají, jako by byli mnohem starší. Riziko případného traumatu či srážky je příliš velké a není vyváženo touhou po čemkoliv – kromě klidného života. Život ale ve skutečnosti není nikdy klidný, a tak jim schází sada dovedností a osobnostní výbava pro cokoliv většího.

Co je pro GEN-Z na prvním místě v důležitosti?

Tři z deseti lidí vnímají lásku jako nejdůležitější v životě. Bezpečí vnímá bezmála čtvrtina jako nejdůležitější, častěji jsou to ženy ve věku 19-25 let.

Co je pro ně nejdůležitější?

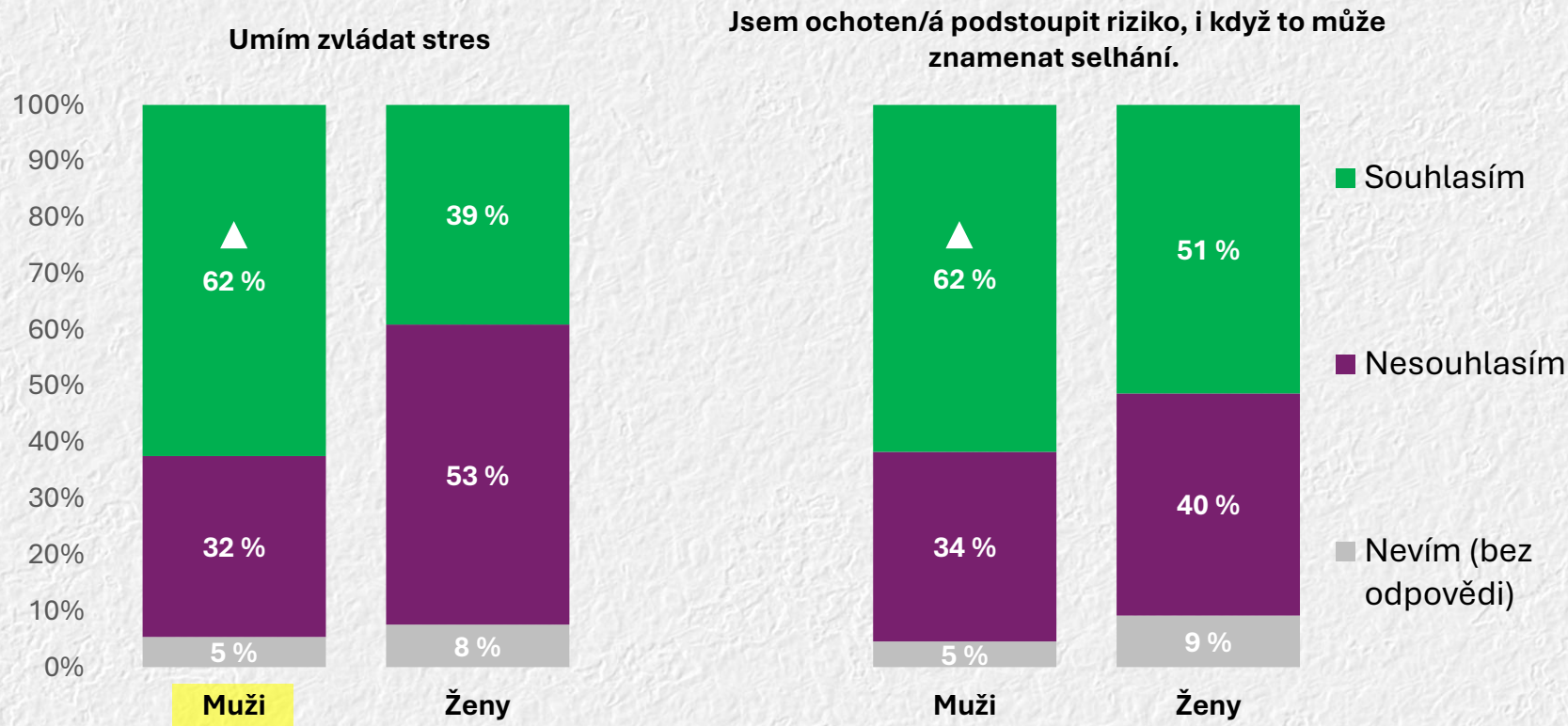


Pozn.: Δ signifikantně vyšší než druhá cílová skupina;

Otázka: Seřad' následující podle toho, jak jsou pro tebe důležité. Zobrazena první volba
Báze: n=589 (19-25 let)

Stres a podstupování rizik

Šest z deseti mladých mužů tvrdí, že umí zvládat stres a podstoupí riziko i za cenu selhání.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; Δ signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
 Otázka: Q6. A teď k tobě. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
 Báze: n=728 (15-25 let)

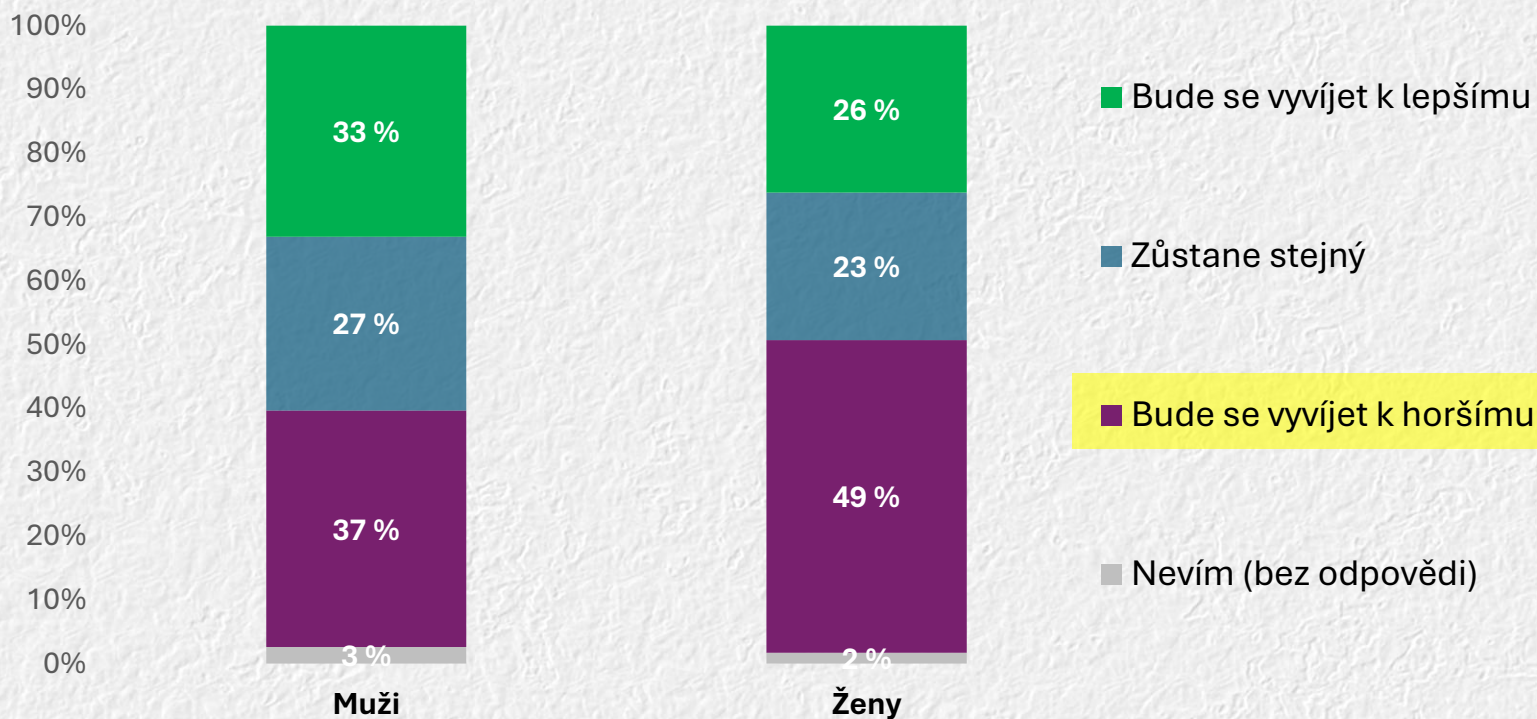
Jak se bude podle GEN-Z vyvíjet svět v následujících letech?

Třetina mužů ve věku od 19 do 25 let se domnívá, že se svět v následujících letech bude vyvíjet k lepšímu.

Bezmála polovina žen má za to, že se svět bude vyvíjet k horšímu.



Ženy ve věku 19 až 22 let jsou pesimističtější než muži ve stejném věku. Častěji si myslí, že se svět bude vyvíjet k horšímu (51 % vs. 33 %).

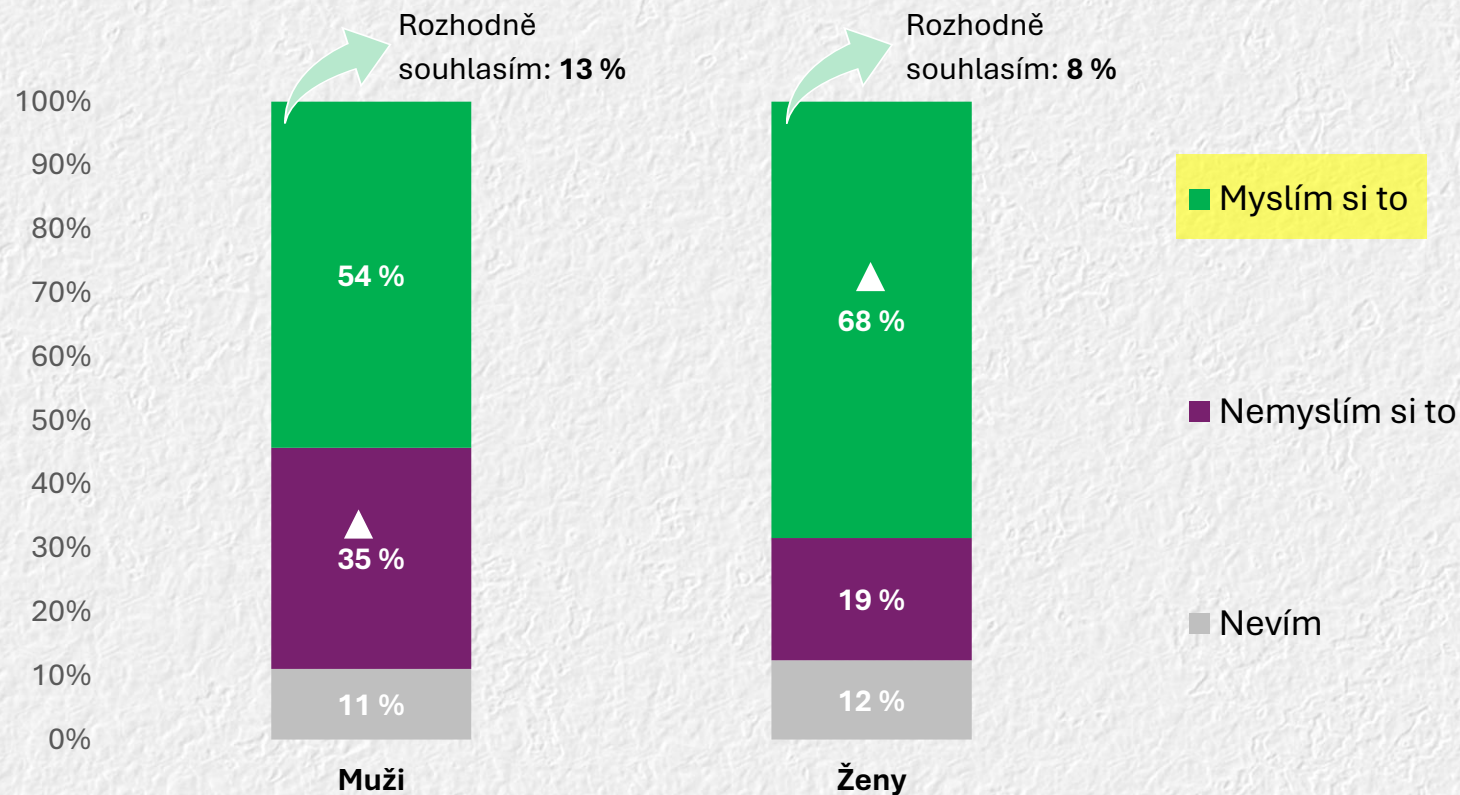


Otázka: Bude se podle tebe svět v následujících letech vyvíjet?

Báze: n=589 (19-25 let)

Myslí si GEN-Z, že svět, tak jak ho známe, špatně skončí?

Ženy generace Z jsou v otázce budoucnosti světa pesimističtější než muži. Sedm z deseti žen věří, že svět, tak jak ho známe, špatně skončí. Mužů z generace Z si to myslí více než polovina.



Pozn.: **Δ** signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
Otázka: Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
Báze: n=589 (19-25 let)

Výhodnost

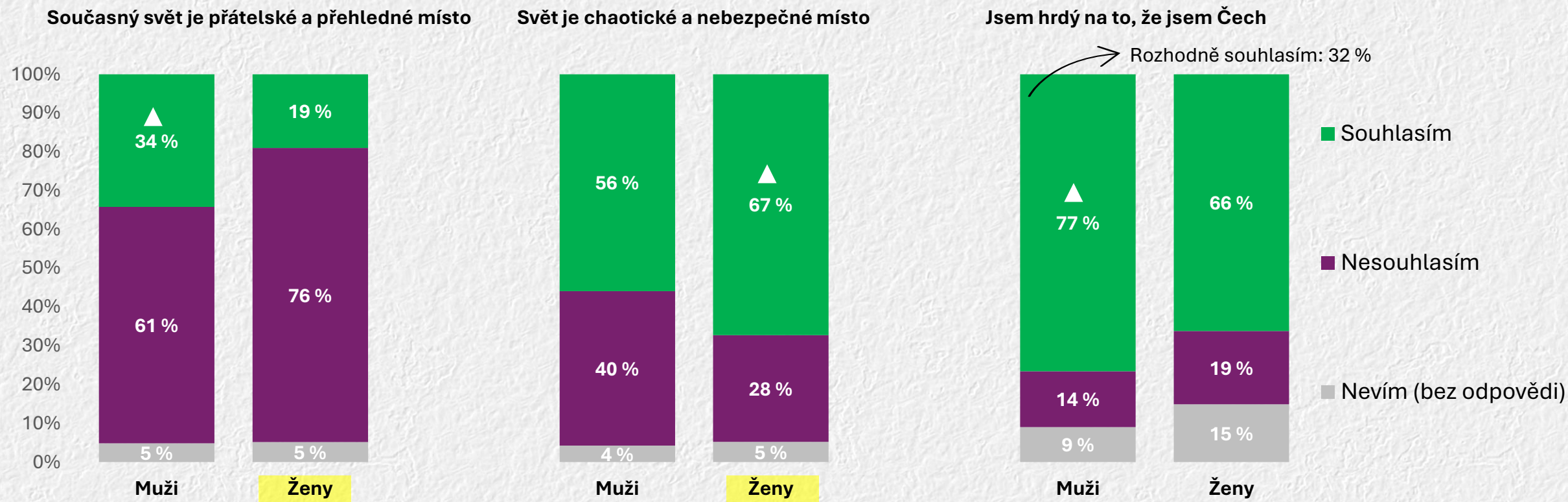
Mainstream je fajn a výhodný.

Většinu mladých už nikdo systematicky neutlačuje,
tak proč by vystupovali z řady?

Co by z toho měli?

GEN-Z o světě a vlastenectví

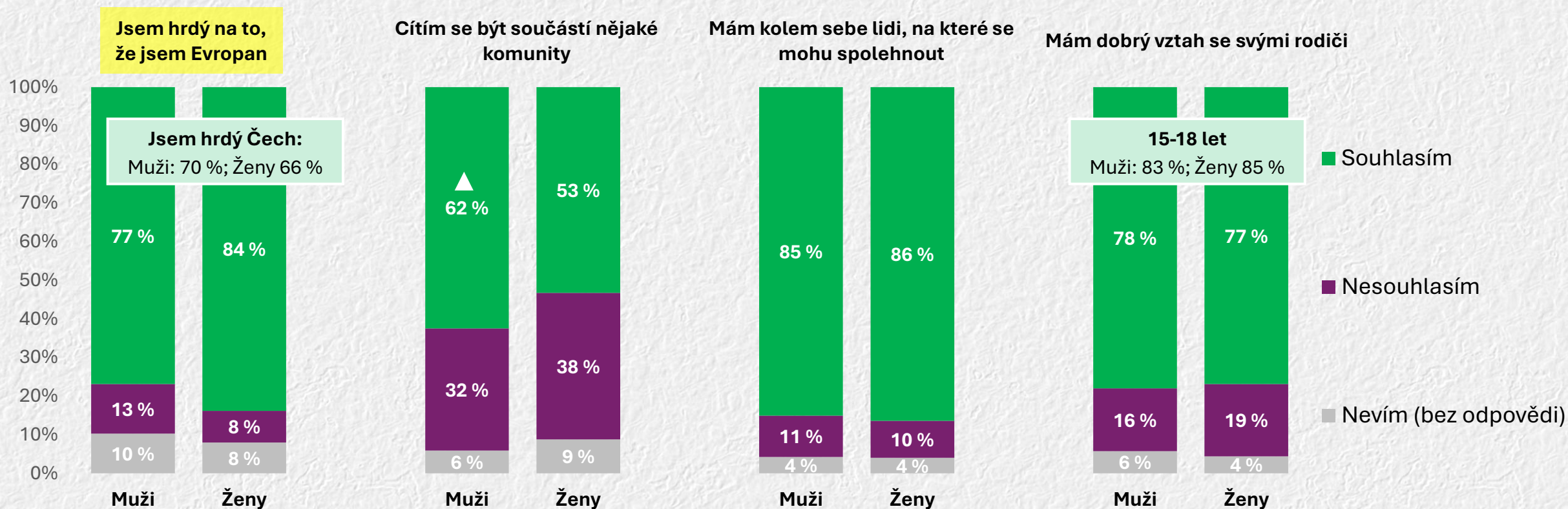
Muži od 15 do 25 let si častěji než ženy v tomto věku myslí, že svět je přátelské místo. 76 % žen si to nemyslí.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; Δ signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
 Otázka: Q2. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky? Q6. A teď k tobě. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
 Báze: n=728 (15-25 let)

GEN-Z a pocit sounáležitosti

Dobrý vztah se svými rodiči mají tři čtvrtiny generace Z v tomto věku, s věkem se vztahy mírně zhoršují (v porovnání s věkovou skupinou 15-18 let).



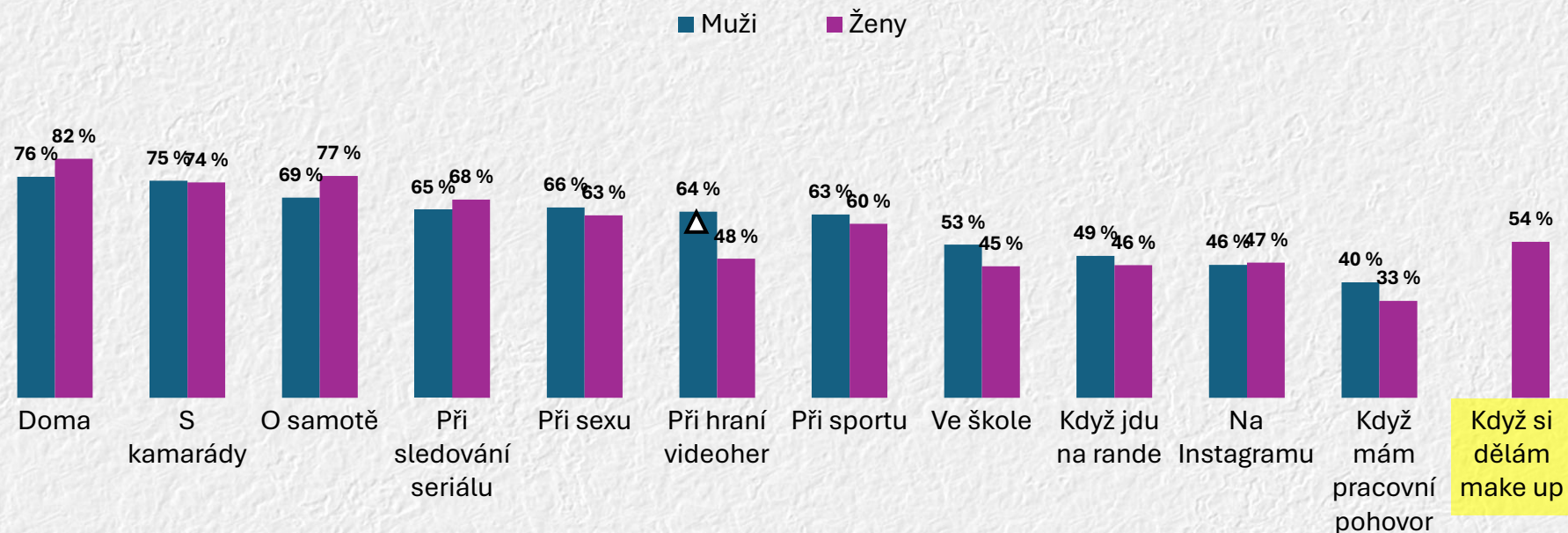
Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; ▲signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
Otázka: Q6. A teď k tobě. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
Báze: n=589 (19-25 let)

Kdy se GEN-Z cítí být sama sebou?

GenZ se nejvíce cítí sami sebou doma, s kamarády či o samotě.

Naopak si nejsou příliš sami sebou když jdou na rande, na Instagramu či když mají pracovní pohovor.

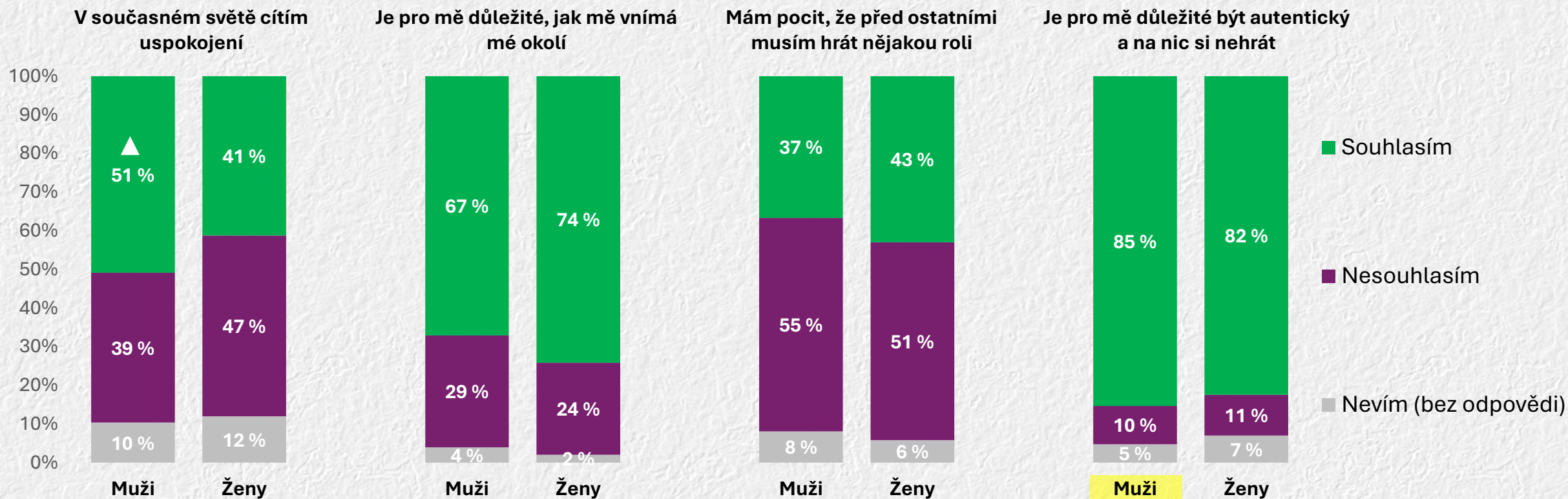
Kdy se cítíte být sami sebou?



Pozn.: Δ signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
Otázka: Kdy se opravdu cítíš být sám/a sebou? Kdy jsi to nejvíc ty? Báze: n=589 (19-25 let)

GEN-Z a autenticita

Jeden z deseti generace Z v tomto věku říká, že pro něj není důležité být autentický.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; ▲signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
 Otázka: Q6. A teď k tobě. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
 Báze: n=589 (19-25 let)

Bezkonfliktní vztah

Vztah = „vztahovat se k někomu, k něčemu“

Muži chtějí klidné a bezkonfliktní vztahy, kde se neřeší „drama“ ani emocionální turbulence. Je otázkou, zda vůbec znají obsah pojmu „vztah“.

Značná část diskutujících mužů působila dojmem, že namísto kontinuální práce na vztahu a občasných hádek či neshod by raději byli bez vztahu.

Chtěl bych, abychom se s partnerkou k sobě chovali hezky. Nechtěl bych hádky, přijít domů a řešit problémy. Chtěl bych klid.

– Daniel, 21 let, Praha, student PF UK, na půl úvazku v AK

Já to vidím stejně. Bezkonfliktní. Nechci zbytečné drama.

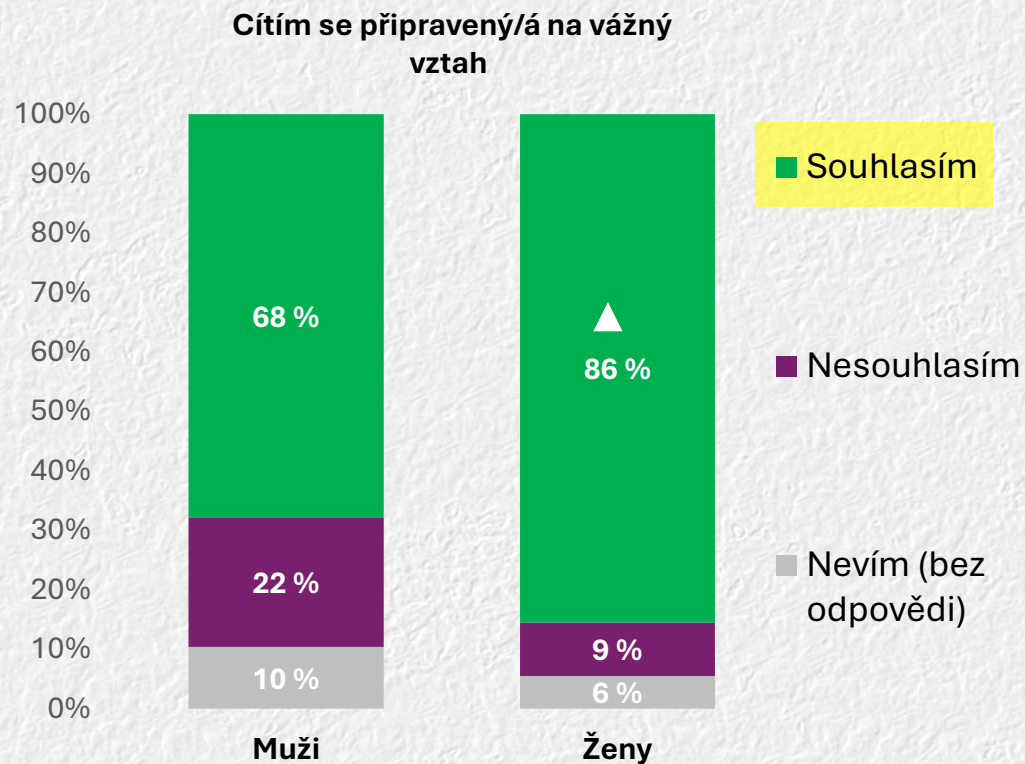
– Lukáš, 25 let, Olomouc, VŠ vzdělání, asistent v auditu

Rozumný partner, podobné názory, nekonfliktní typ.

– Tomáš, 19 let, Ostrava, student dopravní SŠ, letos maturuje

GEN-Z a vážné vztahy

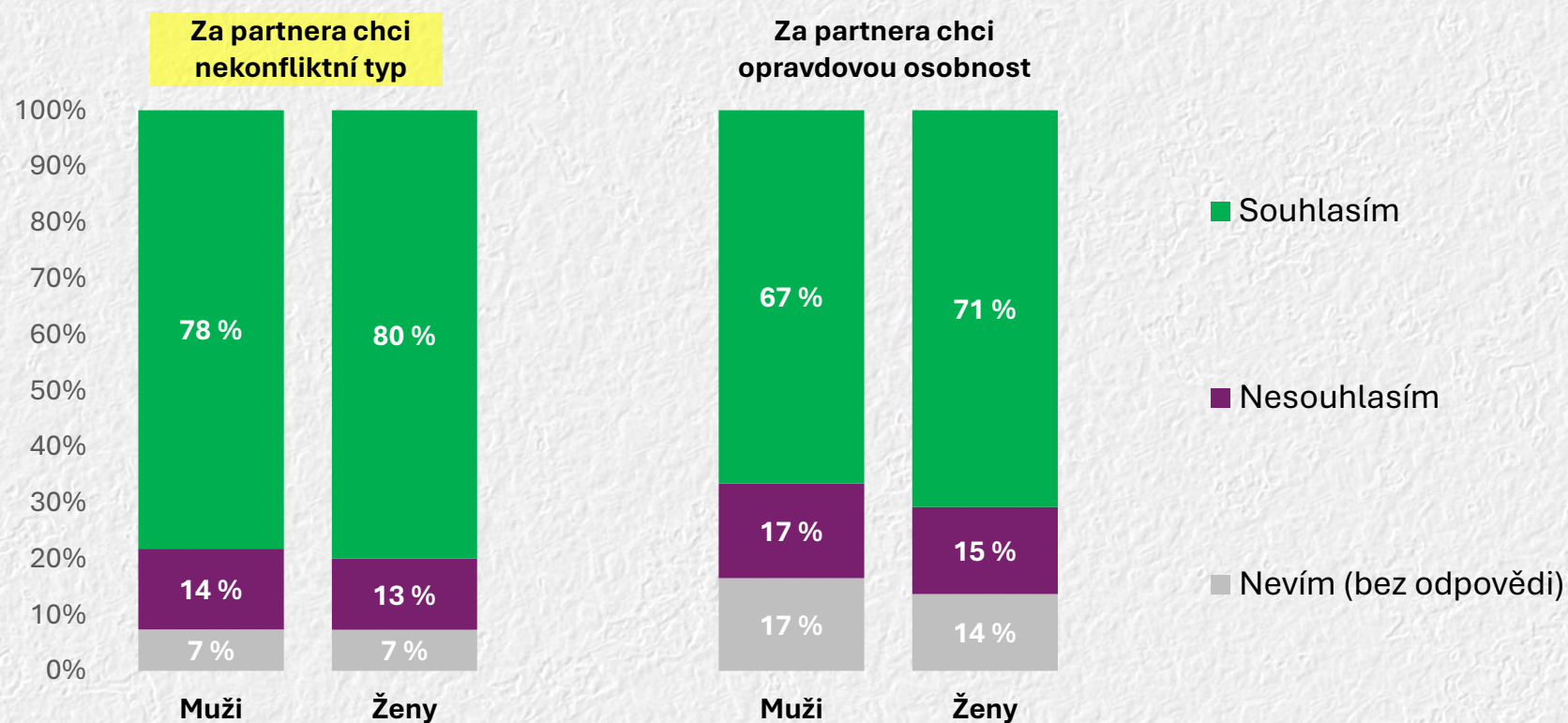
Devět z deseti žen ve věku 23 – 25 let se cítí připraveno na vážný vztah. Mužů ve stejném věku je to sedm z deseti.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; **Δ**signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
 Otázka: Q10. Teď se zaměříme na téma vztahů a rodiny. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
 Báze: n=306 (23-25 let)

Partner jako nekonfliktní typ a opravdová osobnost

Osm z deseti lidí ve věku 19–25 let by chtělo mít za partnera nekonfliktní typ. Sedm z deseti by chtěl opravdovou osobnost.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím;

Otázka: Q10. Teď se zaměříme na téma vztahů a rodiny. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?

Báze: n=589 (19-25 let)

Bezkonfliktní vztah

Vztah = „vztahovat se k někomu, k něčemu“

Ženy zase výrazněji upozorňují na riziko vztahové nerovnováhy. Vadí jim, když vše zajišťují samy, partner není aktivní nebo nemá vlastní zájmy. Rovnost ve vztahu je pro většinu respondentek nezbytnou podmínkou jeho funkčnosti.

Já jsem tam byla ten, co měl něco vymýšlet a přimět ho k tomu, aby něco dělal. Já jsem byla iniciátor a to se mi úplně nelíbilo.

– Pavla, 26 let, Praha, VŠ vzdělání, průvodkyně a lektorka

Nemám ráda, když se razí pravidlo, že žena je v domácnosti, v kuchyni, pere a chlap nedělá vlastně nic.

– Natálie, 23 let, Praha, SŠ vzdělání, asistentka v obchodním oddělení

Red flag je, když ten druhý ve vztahu nemá svůj vlastní život, vlastní zájmy a žije jen tím člověkem.

– Natálie, 20 let, Kostomlaty p. Milešovkou (Ústecký kraj), studentka VŠ, tři brigády

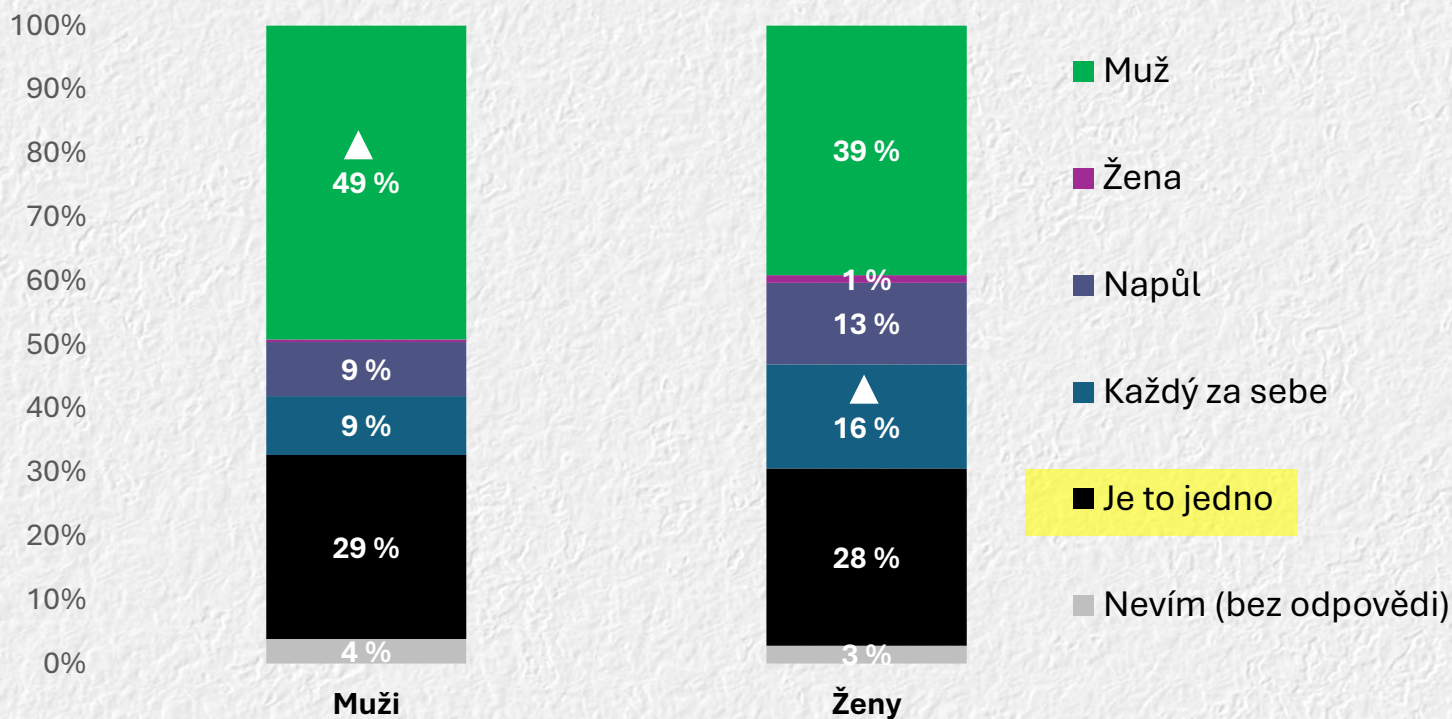
Kdo má podle GEN-Z platit na prvním rande?

Polovina mužů si myslí, že na prvním rande má platit muž.

Ženy si častěji myslí, že platit by pár měl napůl, případně každý za sebe.



Ženy ve věku 19-22 let si nejčastěji myslí, že by měl každý platit za sebe.



Pozn.: **Δ** signifikantně vyšší než druhá cílová skupina

Otázka: Kdo má platit na prvním rande?

Báze: n=589 (19-25 let)

Rodičovství? Těžko

Rodičovství jako rozhodnutí, ne samozřejmost.

Děti jsou vnímány jako smysluplné, ale náročné. Mnozí čekají, „až se stabilizují“ mentálně a/nebo ekonomicky. Jiní je vědomě odmítají kvůli obavám ze ztráty svobody.

Odmalička jsem si hrozně přála být matkou. Respektuju to, když někdo děti nechce, ale pro mě osobně je to smysl života. Co je víc než vidět dítě růst, vidět, co ho baví, podporovat ho. Zároveň je to hrozně velká zodpovědnost, určitě by měl mít člověk první zázemí, bydlení, peníze. Tak bych se první já měla stabilizovat mentálně, abych já byla stabilní pro to dítě.

– Elisabeth, 23 let, Čížkovice, vyučená, kadeřnice a brigáda, žije s přítelkyní

Nikdy není úplně ideální doba na dítě. Je to o mentálním nastavení a říct si, že teď už chceme. Vždycky bude něco bránit a když bude chtít najít důvod, proč to nejde, najde si jej. Pro nás to byla ale vždycky priorita.

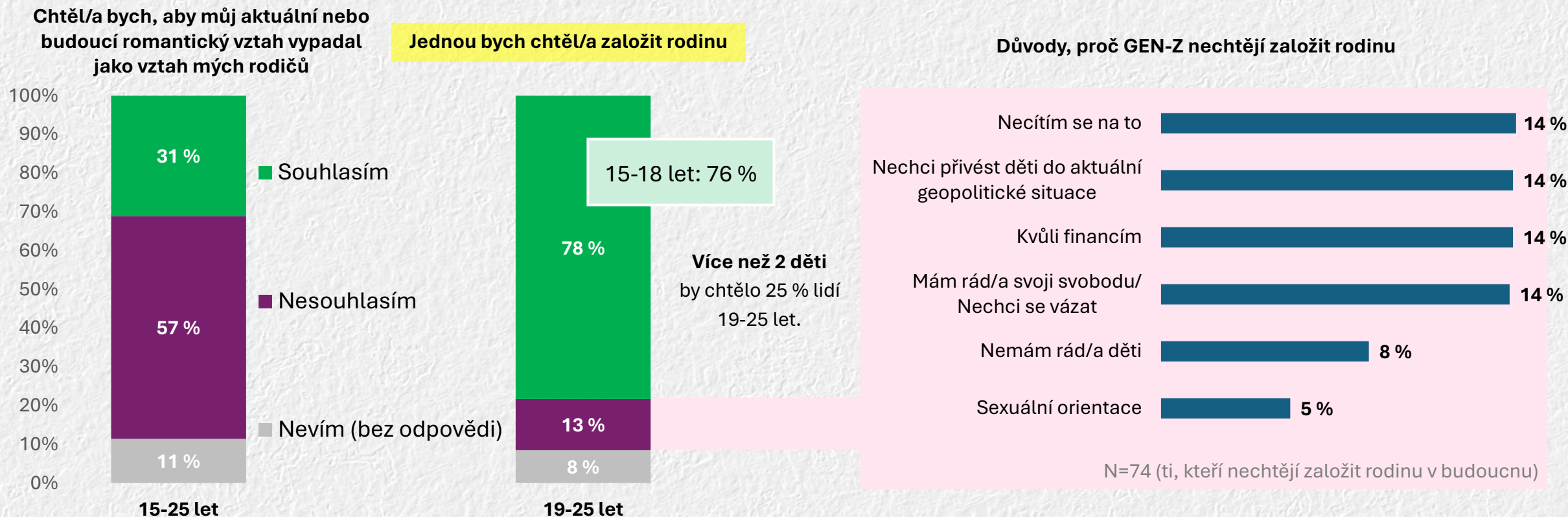
– Hana, 27 let, Ústí nad Labem, VŠ vzdělání, má 2,5letého syna

Dlouhodobě jsme od začátku přesvědčení, že náš soukromý volný čas je nám hodnotnější a nedokážeme si představit přenést na sebe tolik zodpovědnosti. Okolí to moc nechápe, většina lidí v mém okolí má děti nebo je plánuje. Ale to nás nerozhodí.

– Petr, 29 let, Praha, VŠ vzdělání, stavební technik (3D modely staveb)

GEN-Z, vztah rodičů a vlastní rodina

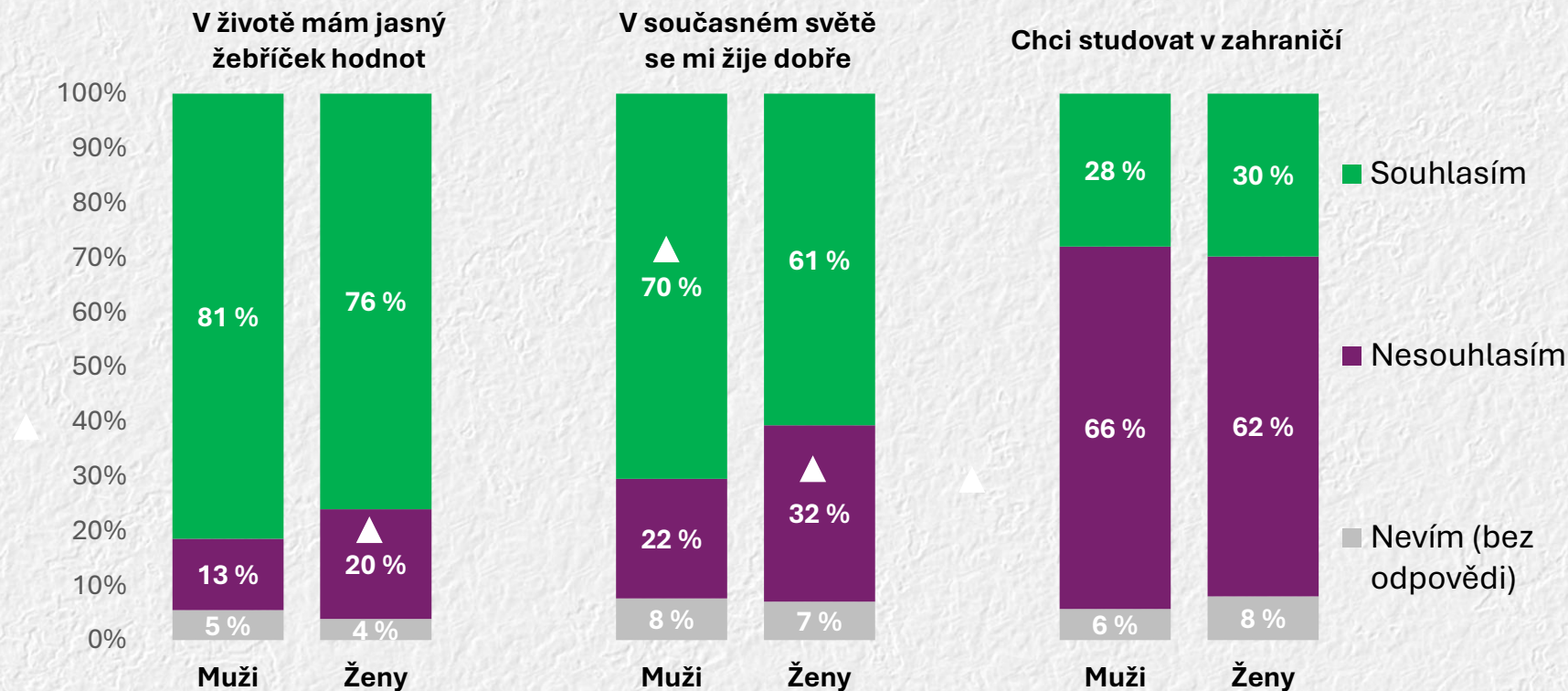
Šest z deseti mladých lidí by nechtělo, aby jejich romantický vztah vypadal jako vztah jejich rodičů. 13 % pak nechce založit rodinu.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím;
Otázka: Q10. Teď se zaměříme na téma vztahů a rodiny. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?; Q12. Uvedl/a jsi, že nechceš založit rodinu. Proč?
Báze: n=728 (15-25 let); n=139 (15-18 let)

GEN-Z, hodnoty, kvalita života a studium v zahraničí

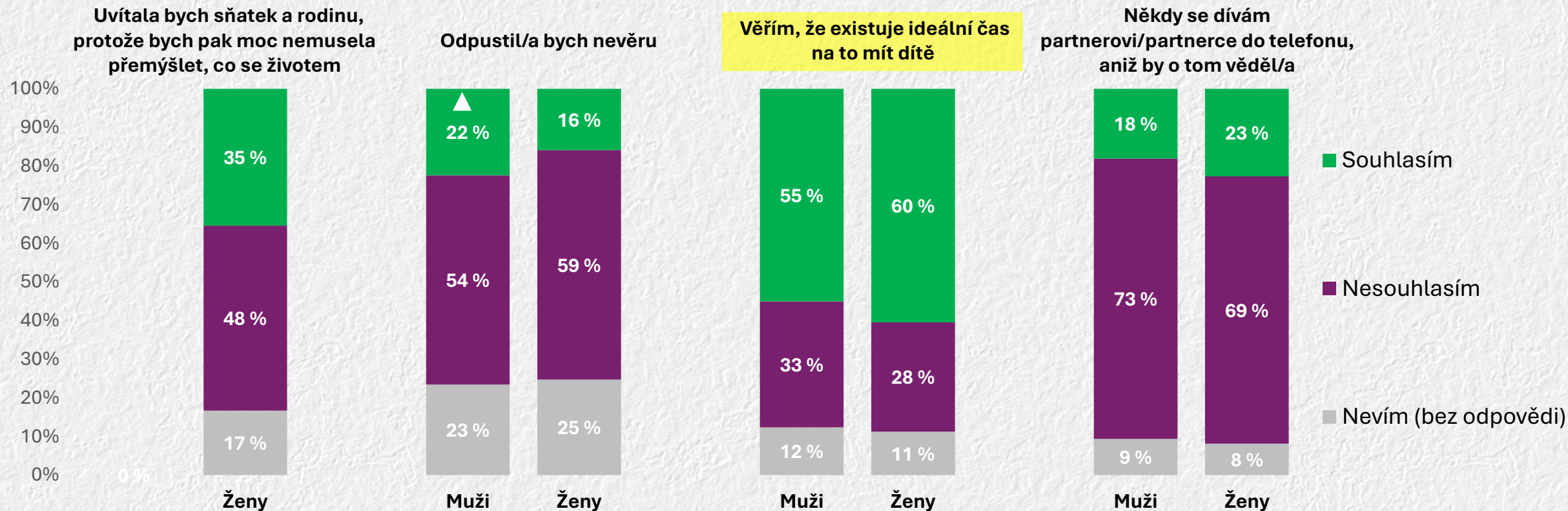
Pětina žen ve věku 19–25 let uvádí, že nemá jasný žebříček hodnot.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; ▲signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
Otázka: Q2. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
Báze: n=589 (19-25 let)

GEN-Z, rodina, nevěra a nedůvěra

Více než třetina mladých žen od 15 do 25 let uvádí, že by raději založily rodinu, aby nemusely přemýšlet, co se životem.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; Δ signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
 Otázka: Q10. Teď se zaměříme na téma vztahů a rodiny. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
 Báze: n=728 (15-25 let)

Vztahy? Tlak, žárlivost a zahlcení

Vztahy musí být výhodné, ale bezpečné.

Vztahy se přesouvají do digitálu, kde mizí autenticita a roste kontrola. Sociální sítě přinášejí trvalý kontakt, ale málo skutečné blízkosti. Pro řadu respondentů znamenají tlak, žárlivost a zahlcení.

Dneska se ty vztahy digitalizují, přesouvá se to do digitálního světa, na sítě apod. Vztahy jsou méně závazné. To je dneska strašně těžké, najít někoho, koho hledám. Někoho, kdo tam pro mě vždycky bude a kdo to vidí stejně a kdo do toho jde s nějakou dlouhodobou vizí. Někoho, kdo to nevidí jen na pár měsíců, na rok, na jednu noc. S tím jsem se setkal hodně a přijde mi to strašně nesympatické a nedává mi to smysl.

– Adam, 20 let, Olomouc, studuje práva, má přítelkyni

Není jednoduché někoho někde náhodně potkat. Méně se chodí ven. Spousta věcí se řeší digitálně, někdo se dřív seznámil ve vlaku, v čekárně, dneska je toho méně a méně. Lidi jsou introvertnější, mi přijde. To se pak přesouvá do digitálního prostoru, to má spoustu výhod a menší závaznost. I spoustu nevýhod, vztah je povrchní, jsou permanentně v kontaktu, méně se na sebe těší.

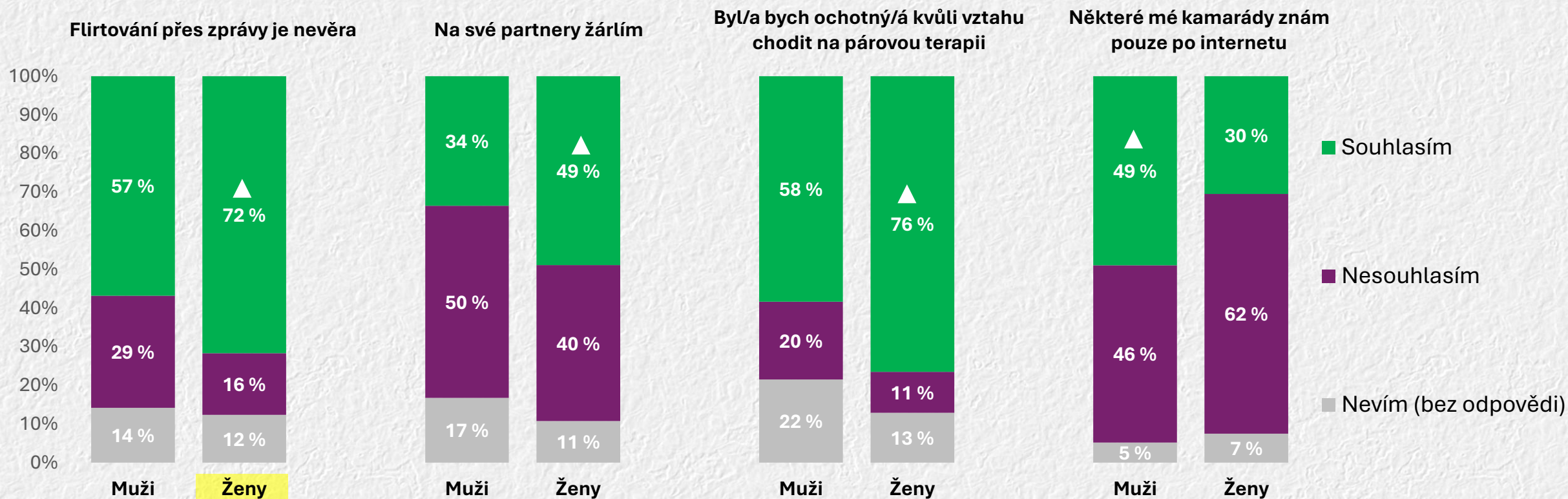
– Martin, 26 let, Zlín, ale studuje v Brně, student VŠ, brigádně překladatel

Sociální sítě vztahy ovlivňují. Hodně vztahů této doby nevzniká se zámkou toho, že si vytvoří rodinu, ale vznikají kvůli tomu, aby si vytvořili čísla na sociálních sítích.

– Natálie, 20 let, Kostomlaty p. Milešovkou (Ústecký kraj), studentka VŠ, tři brigády

GEN-Z a vztahy

Bezmála tři čtvrtiny žen od 15 do 25 let má za to, že flirtování přes zprávy je nevěra, polovina žárlí na své partnery.



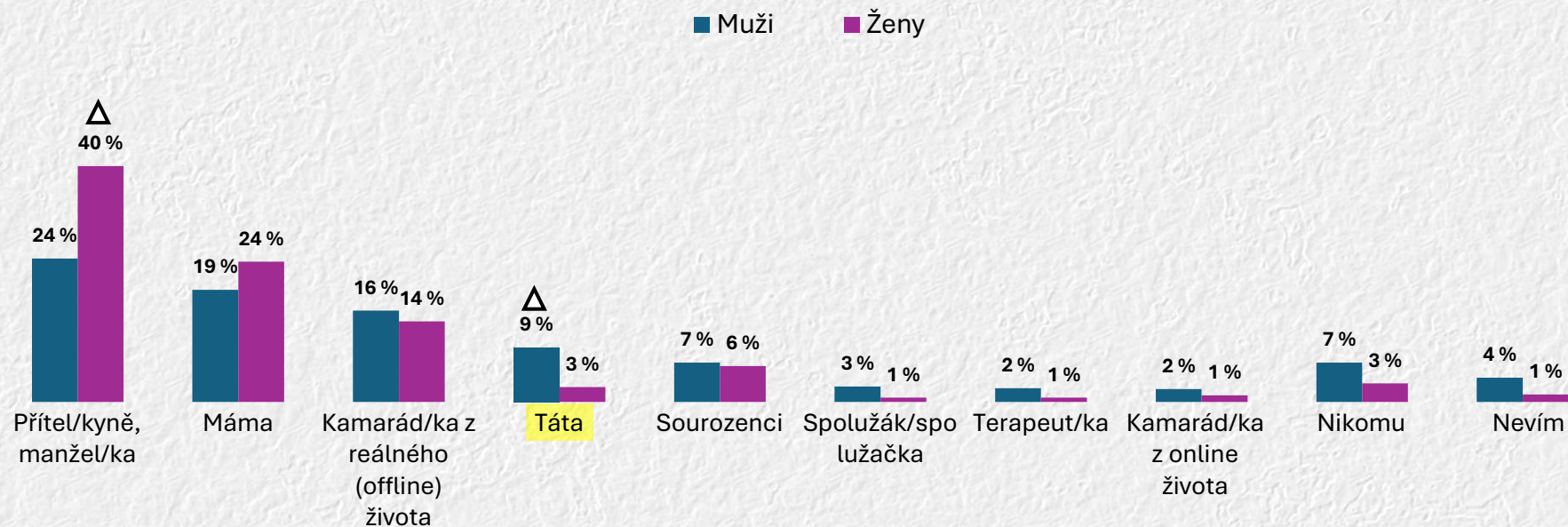
Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; [▲]signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
Otázka: Q10. Teď se zaměříme na téma vztahů a rodiny. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
Báze: n=728 (15-25 let)

Komu ze svého okolí GEN-Z nejvíce důvěřují?

GenZ nejvíce důvěřují svému partnerovi či partnerce. Na dalším místě je máma a kamarád/ka z reálného (offline) života).

Muži častěji než ženy nejvíce důvěřují tátovi.

Komu nejvíce důvěřujete?

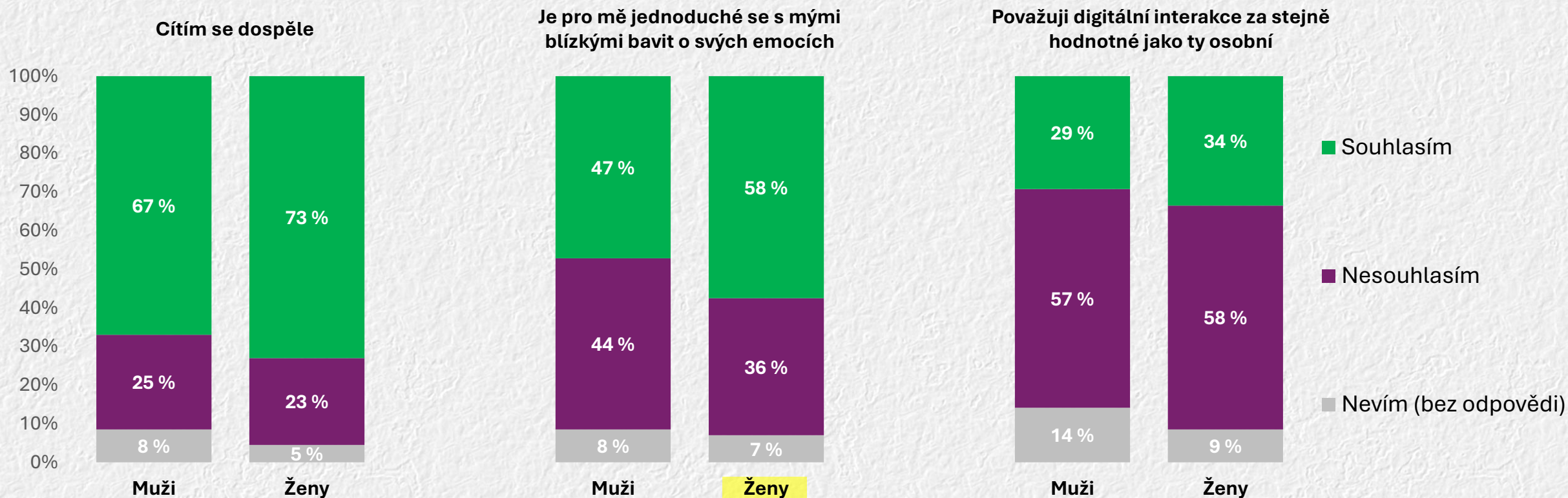


Pozn.: Δ signifikantně vyšší než druhá cílová skupina

Otázka: Komu ze svého okolí nejvíce důvěřuješ? Zobrazeny výsledky vyšší než 1 % .Báze: n=589 (19-25 let)

Pocit dospělosti, rozhovory o emocích a digitální interakce

Téměř polovině mužů ve věku 23–25 let přijde jednoduché se bavit o svých emocích s někým blízkým.



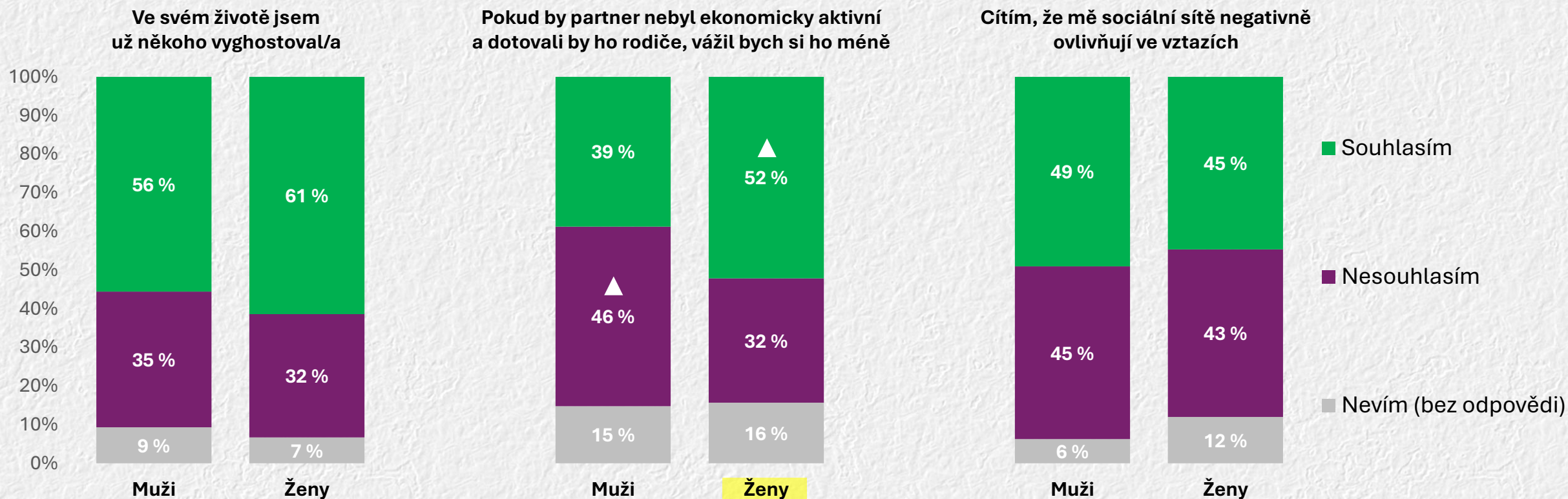
Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím;

Otázka: Q10. Teď se zaměříme na téma vztahů a rodiny. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?

Báze: n=306 (23-25 let)

Ghosting, respekt partnera a dopad sítí na vztahy

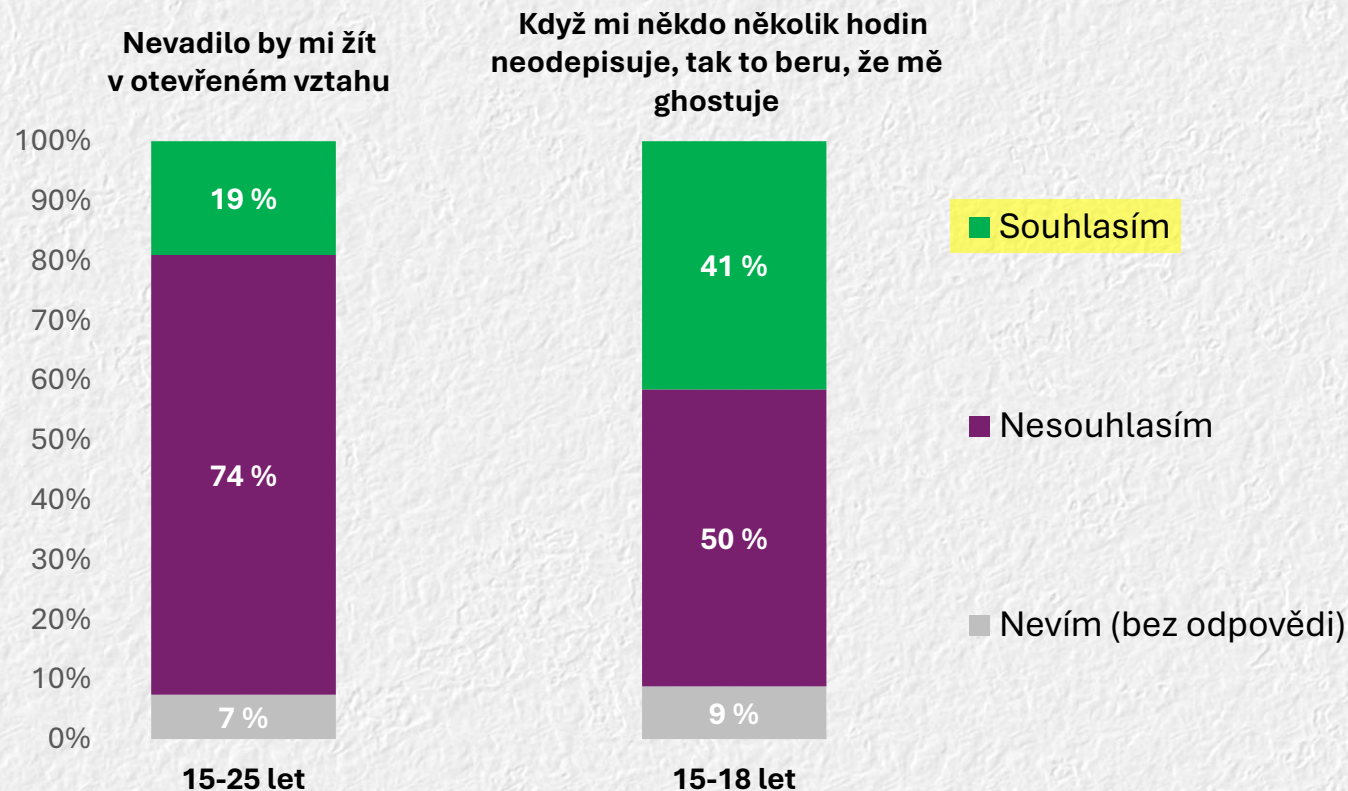
Více než polovina žen by si vážila svého partnera méně, kdyby nebyl ekonomicky aktivní a dotovali by ho rodiče.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; Δ signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
Otázka: Q10. Teď se zaměříme na téma vztahů a rodiny. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
Báze: n=589 (19-25 let)

GEN-Z, otevřený vztah a ghostování

Pětině mladých od 15 do 25 let by nevadilo žít v otevřeném vztahu. Dvě pětiny lidí od 15 do 18 let považují za ghosting, když jim někdo neodepíše do několika hodin.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím;

Otázka: Q10. Teď se zaměříme na téma vztahů a rodiny. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?

Báze: n=728 (15-25 let); n=139 (15-18 let)

Práce? Hlavně klid

Práce není cíl, ale nástroj.

Mladí neaspirují na kariérní kult. Chtějí stabilitu, flexibilitu, duševní klid. V práci hledají rovnováhu, ne seberealizaci za každou cenu. Chybí touha něco dokázat, vyniknout, a je otázkou, zda je její absence důsledkem relativního blahobytu, v němž na rozdíl od „boomers“ vyrostli, nebo zda to má jiný důvod. Vlastní bydlení je bez dalšího přemýšlení vnímané jako sen, na který se bez vnější pomoci nedá dosáhnout, takto se to zavedlo, takto to je, nikdo nepřemýšlí dál.

Mým cílem, a možná se to týká celé mojí generace, je najít místo ve společnosti, na trhu práce, nějak se uplatnit. Najít si to své místo k životu, to souvisí s bydlením. Možností je spousta a není jednoduché se pro něco rozhodnout. Ačkoliv se těším na konec školy, tak z tohoto hlediska to bude náročné. Nechtěl bych rozhodně vyhořet a nechat se sebou smýkat zaměstnavateli. Rád bych se vůči tomuto stal imunní a doplnil si nějaké kurzy, abych byl atraktivnější pro ty zaměstnavatele. Možností je spousta, nechci udělat chybu a potom, až nebudu mít podporu a zázemí od rodiny, když to budu chtít změnit, už to bude problém. Nebude se mi chtít. HPP zatím určitě ano, ale mám obor, který by bylo dobré vykonávat na IČO, ale tam nemám vzor, nemám s tím zkušenosti, zatím jsem se nerozhoupal do toho víc zaplout. Možnost je, že kdyby mě nevzali na HPP, tak bych zkusil rozjet ve druhé polovině pracovní doby toto. Ale je to nejistá cesta, nevím, kam by mě dovedla.

– Martin, 26 let, Zlín, ale studuje v Brně, student VŠ, brigádně překladatel

Pracovní nabídky, tam se nebát riskovat. Přinejhorším půjdete ve zkušebce pryč. Pro mě je to třeba nedůvěra v sebe sama, mám tendenci se podceňovat, v práci dvojnásob. Výstup z komfortní zóny je poslat životopis na nějakou pozici, na kterou bych si myslela, že nemám. Obávám se, že budu špatná, že neuspěju.

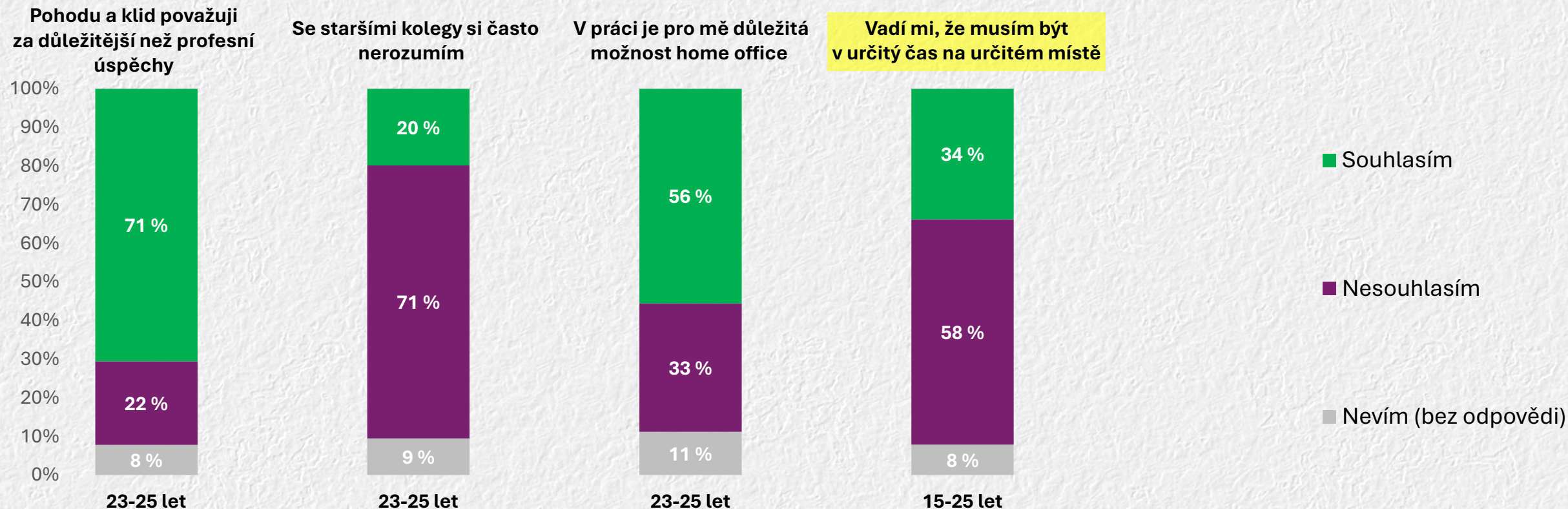
– Natálie, 23 let, Praha, SŠ vzdělání, asistentka v obchodním oddělení

[Bojím se poslat životopis, protože...] Třeba že ta práce pro mě bude moc těžká. Nevím, jestli to budu zvládat, pracovat tam s různými tabulkama apod. Nakonec se mi vždycky ukázalo, že jsem se toho jen bála na začátku a vždycky to nakonec dopadlo dobře.

– Aneta, 20 let, studuje na MENDELU, stážistka ve vzdělávací firmě.

GEN-Z a pracovní prostředí

Sedm z deseti lidí z generace Z od 23 do 25 let považují pohodu v práci za důležitější než profesní úspěchy. Pětina si často nerozumí se staršími kolegy.



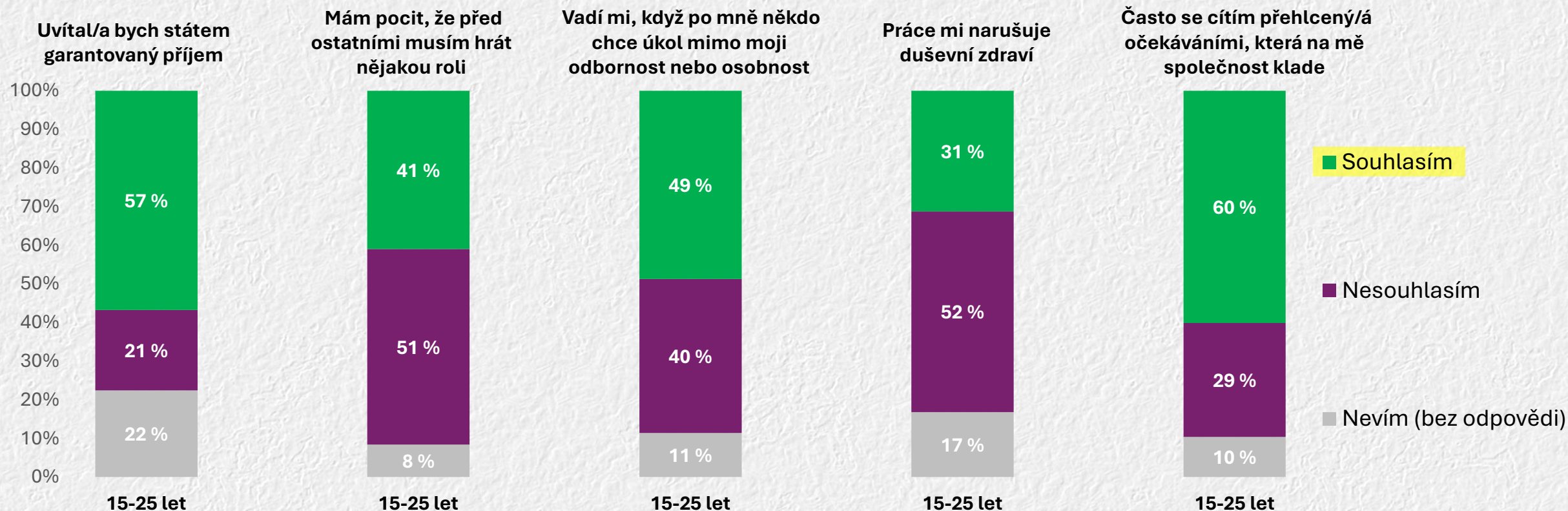
Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím;

Otázka: Q8. A teď k práci. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?

Báze: n=306 (23-25 let), n=728 (15-25 let)

GEN-Z, práce a sociální postavení

Šest z deseti mladých lidí by uvítalo státem garantovaný příjem. Tři z deseti uvádí, že jim práce narušuje duševní zdraví.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím;

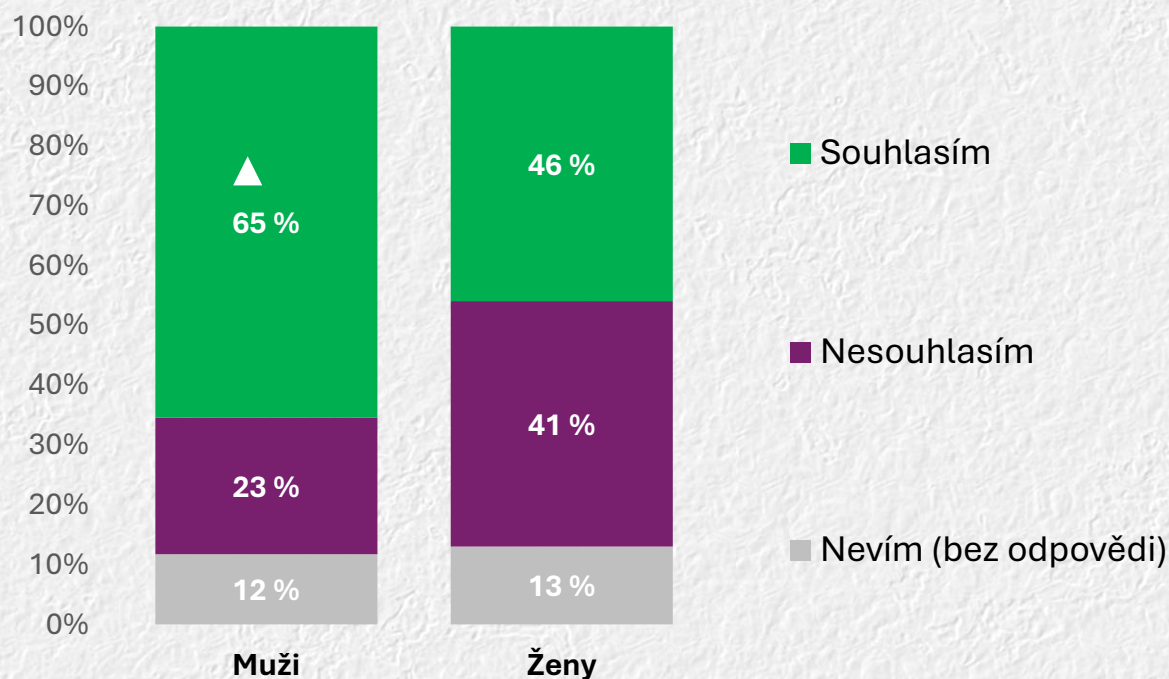
Otázka: Q6. A teď k tobě. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?; Q8. A teď k práci. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?

Báze: n=728 (15-25 let)

Pracovní trh a měsíční výdělek

Pro muže by bylo v pořádku vydělávat 73 tisíc korun měsíčně, to je asi **o dvacet tisíc korun více** než uvádí mladé ženy.

Mám pocit, že je na trhu dostatek pracovních příležitostí (bez ohledu na to, jak jsou pro mě zajímavé)



Kolik by pro GEN-Z bylo akorát korun měsíčně

Muži

73 000 Kč

Ženy

52 000 Kč

**Aktuálně vydělávají lidé od 15 do 25 let
v průměru kolem 16 500 Kč.**

Muži: 18 500 Kč

Ženy: 15 000 Kč

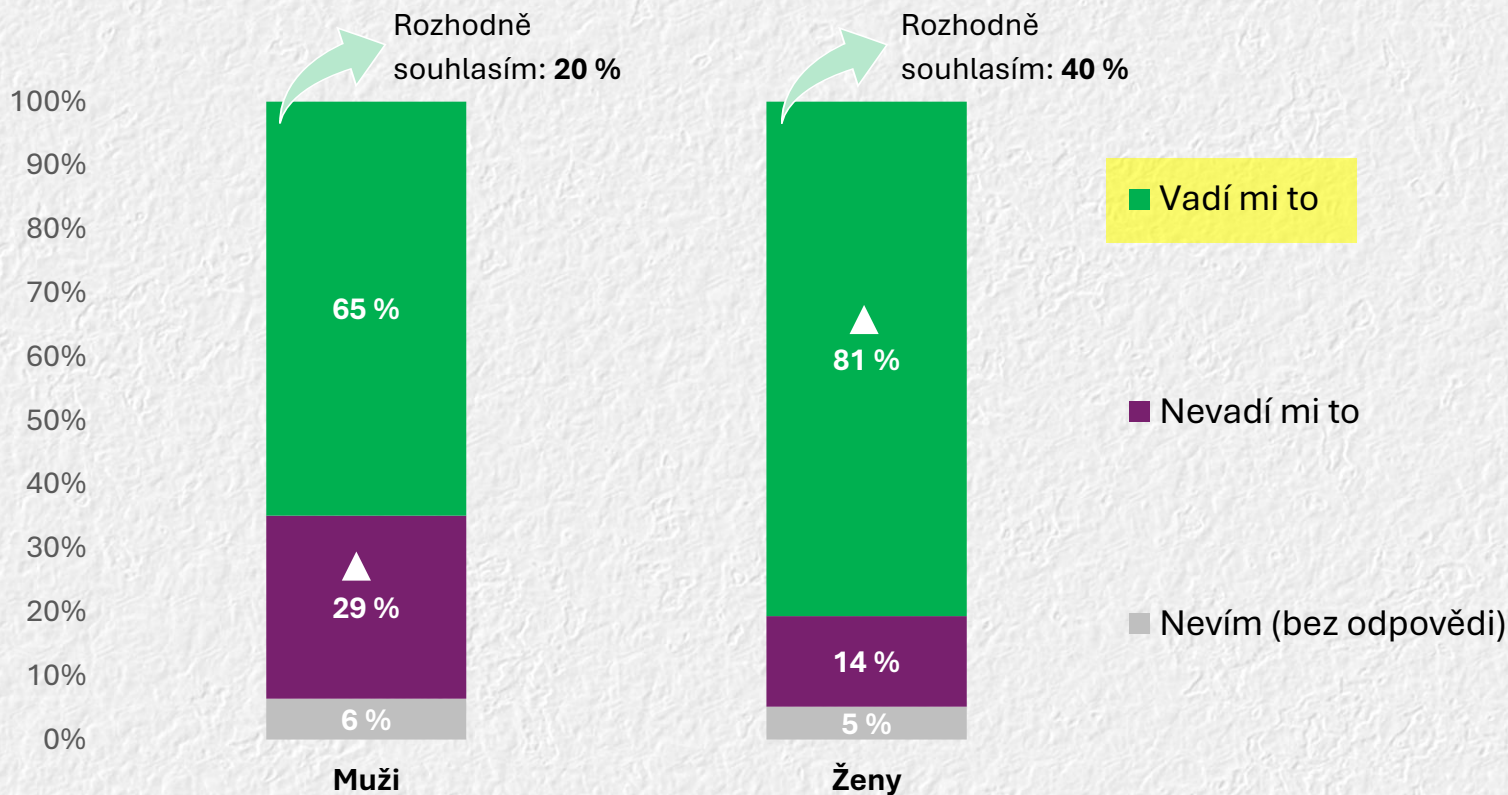
Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; **Δ**signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
Otázka: Q8. A teď k práci. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky? Q9. Kolik korun měsíčně by ti přišlo tak akorát?; Q9a. A kolik bereš v současnosti?
Báze: n=728 (15-25 let)

Vadí GEN-Z, pokud na ně někdo v práci zvýší hlas?

Dvěma třetinám mužů a osmi z deseti ženám vadí, když na ně někdo v práci zvýší hlas.



Nejméně vadí zvýšení hlasu v práci mužům ve věku 19-22 let.



Pozn.: **Δ** signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
 Otázka: Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
 Báze: n=589 (19-25 let)

Duševní zdraví není téma, ale stav

Únava, přetížení a vnitřní nejistota jsou běžným stavem.

Respondenti o tom mluví otevřeně, ale zároveň cítí tlak na to „být v pohodě“.

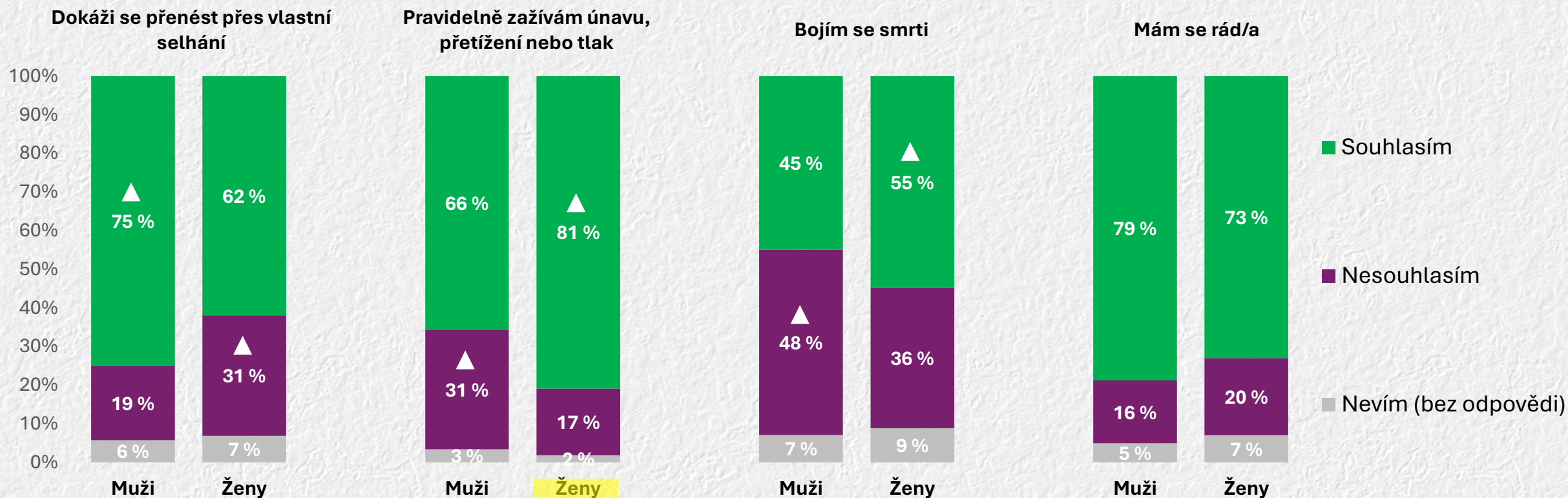
Sebereflexe je běžná, ale někdy ochromující.

Pocity se často analyzují natolik, že vedou k paralýze a nečinnosti.

Pohoda je vysněným cílem, nikoliv výchozím bodem.

GEN-Z a sebepojetí a negativní pocity

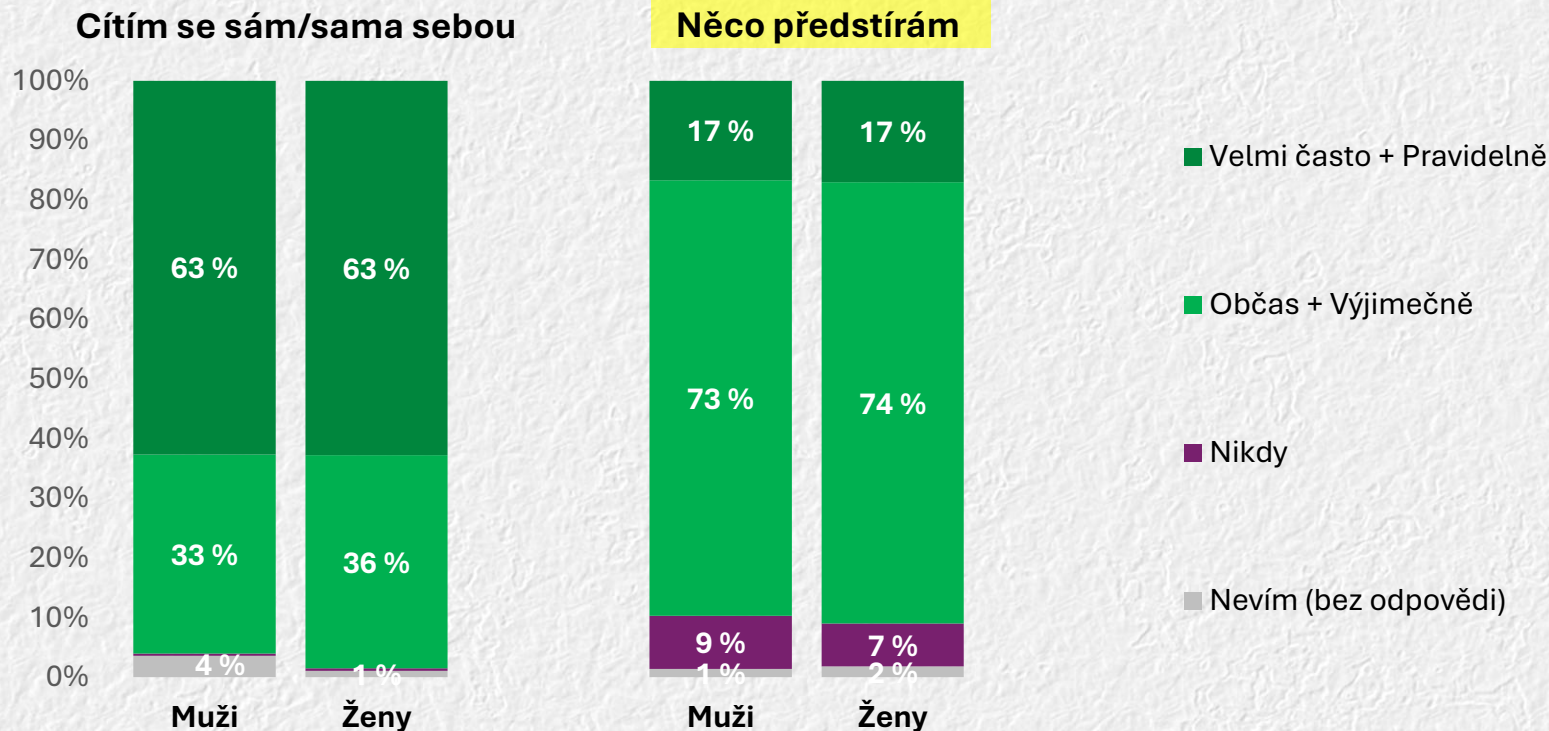
Tři čtvrtiny mužů ve věku 19–25 let se dokáží přenést přes vlastní selhání, je to častěji než ženy ve stejném věku. Smrti se bojí častěji ženy než muži.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; ▲signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
Otázka: Q6. A teď k tobě. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
Báze: n=589 (19-25 let)

Jak často se GEN-Z cítí sama sebou a jak často něco předstírá?

Bezmála dvě třetiny lidí z generace Z se pravidelně cítí být samo sebou, pravidelně předstírá bezmála pětina, občas něco předstírají tři čtvrtiny lidí v této věkové skupině.



Pozn.: Zobrazen T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím a Spíše souhlasím

Otázka: Q7. Jak často...

Báze: n=589 (19-25 let)

Odvaha? Nezvažovali ji

Očekávání jsou vysoká, ale odvaha nízká.

Možností je spousta, ale přílišné zvažování paralyzuje. Mnozí se bojí selhání, nevěří si nebo čekají na ideální moment, který nepřichází.

Komfortní zóna je často obranný mechanismus proti selhání, které by mohlo být zdrcující. Ne pohodlnost nebo lenost. Respondenti prostě nezváží možnost vybočit z komfortní zóny, netuší, že jsou v ní, a naopak hledají v jejím rámci ještě nějakou další, v níž by měli větší klid.

Odvaha jako možnost vymizela a stěží ji jim vnukneme pomocí edukace, hrdinských příběhů nebo osvěty. Tím spíš, když je dění ve světě nepřehledné. Snad jediné odvaha jako protest, rebelie, ale proti čemu?

Všechny protestní postoje si už rozebrali a vyměřili politici, mohou se tak maximálně přilepit k magistrále, a ani to už není ono.

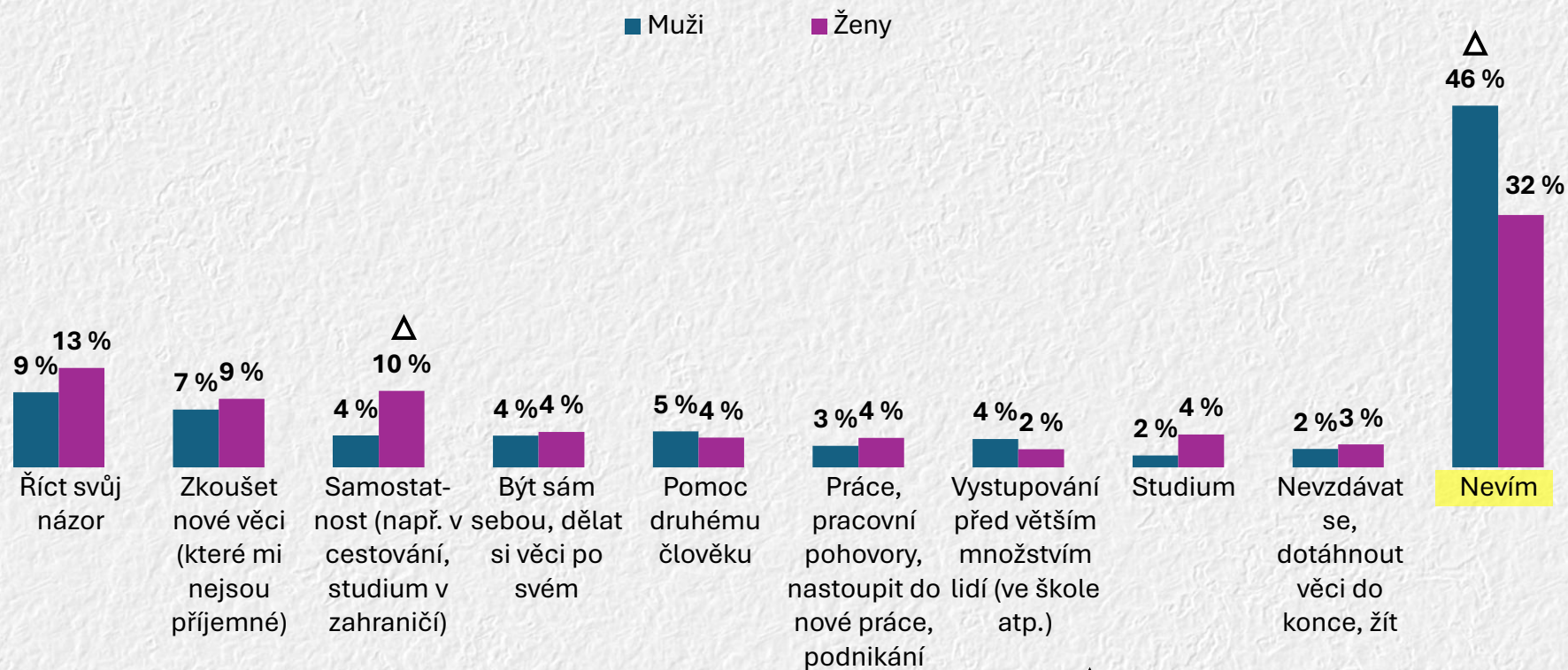
Situace celkově směřuje ke stagnaci v rámci bezpečných modelů.

Co zástupci GEN-Z považují za svůj největší projev odvahy?

To, že projeví svůj názor, považují lidé ve věku od 19 do 25 let za největší projev odvahy.

46 % mužů v tomto věku neví, co je jejich největší projev odvahy.

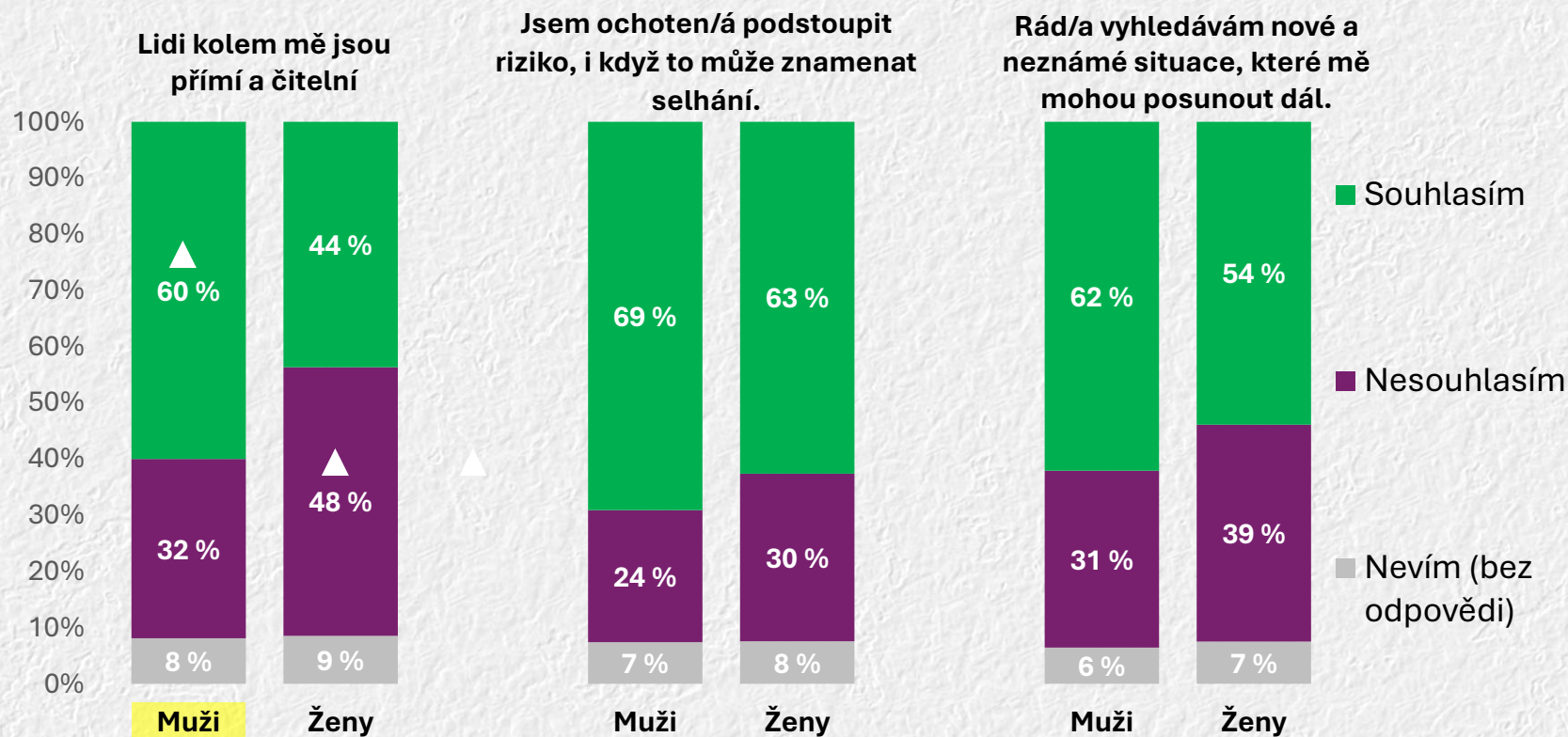
Projev odvahy



Pozn.: ^Δsignifikantně vyšší než druhá cílová skupina
Otázka: Co považuješ za svůj největší projev odvahy v životě?
Báze: n=589 (19-25 let)

Okolí, ochota riskovat a neznámé situace

Šest z deseti mužů ve věku 19–25 let má pocit, že jsou lidé kolem nich přímí a čitelní, bezmála polovina žen si to nemyslí.



Pozn.: Odpovědi zobrazeny pomocí T2B=součet odpovědí Rozhodně souhlasím + Spíše souhlasím nebo B2B=Rozhodně nesouhlasím + Spíše nesouhlasím; Δ signifikantně vyšší než druhá cílová skupina
 Otázka: Q2_3. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?; Q6. A teď k tobě. Do jaké míry souhlasíš s následujícími výroky?
 Báze: n=589 (19-25 let)

Závěry

Bezpečí nade vše. Největším rizikem je **selhání**, což vede k paralyzaci. Odvaha není brána jako výhodná.

Vztahy jsou žádoucí, ale **komplikované**. Pro muže je rozhodující absence konfliktu, žádné drama. Pro ženy vztahová rovnováha.

Vztahy se přesouvají do **digitální sféry**, roste tlak, žárlivost a zahlcení.

Rodičovství **není samozřejmostí**. Mnozí čekají na ideální dobu nebo se bojí ztráty svobody.

Kariéra není vše. Důležitá je stabilita, flexibilita, **duševní klid**. Většině vadí, když na ně někdo **v práci zvýší hlas**.

Únava a **přetížení** jsou běžným stavem. Pohoda je vysněným cílem, nikoli výchozím bodem.