

Kolik toho vydržíme? Třetině obyvatel hrozí deprese.

Exkluzivní výzkum institutu SOLVO o odolnosti Čechů a Češek.

Praha, 17. 6. 2025

Tisková zpráva

Češi jsou v průměru odolní ze 45 %. Za tímto číslem se skrývá řada výzev i nedostatků. Téměř třetina lidí (30 %) dosahuje skóre WHO indexu, které ukazuje na riziko deprese. Nejzranitelnější skupinou jsou důchodci, rozvedení a lidé s nízkými příjmy. Ukazuje to nový výzkum, který pro institut SOLVO vypracovala agentura SC&C s cílem zmapovat celkovou odolnost obyvatel České republiky.

Více než polovina populace (55 %) věří, že dnešní děti budou žít v horším světě než my. Mladí si myslí, že žijí v lepším světě, než jejich rodiče – po čtyřicítce se ale názor obrací. Nejistota je společný pocit všech generací. Zároveň ale roste ochota čelit krizím – téměř polovina Čechů by podpořila tříměsíční výcvik po střední škole a 71 % lidí chce výuku civilní obrany ve školách. Mladší generace přitom vykazují vyšší míru optimismu a adaptace než starší. Ale mezi muži a ženami jsou rozdíly minimální.

„Každá společnost je silná tak, jako jsou silní její jednotlivci. České výsledky považuji za dost slabé. Pozitivní ale je, že můžeme svoji odolnost aktivně zvyšovat – třeba tím, že začneme více cvičit, zhubneme, uděláme si řidičský průkaz nebo se budeme účastnit spolkového života“, říká Ivana Tykač, zakladatelka institutu SOLVO. „Proto chceme vyhlásit soutěž o nejodolnějšího Čecha a Češku a každý rok měřit zlepšení.“

Skoro polovina dotázaných by poslala středoškoláky na vojenský výcvik. Se zbraní v ruce by zemi bránil každý desátý.

„Podle mého názoru by mladí lidé, muži i ženy, měli absolvovat nějakou formu vojenského výcviku, a všichni bychom měli projít základním kursem civilní obrany“, říká Michaela Marksová, ředitelka institutu.

Podle výzkumu institutu Solvo:

- **30 % populace dosahuje nízkého skóre WHO indexu emoční pohody.**
- **Emoční pohoda je nejnižší u důchodců, lidí s nízkými příjmy a rozvedených.**
- **Pouze 44% populace sportuje 3x týdně nebo častěji.**
- **55 % Čechů věří, že další generace budou žít v horším světě než dnes.**
- **Věk a vzdělání vysvětlují až 50 % rozdílů v individuální odolnosti.**
- **22 % lidí označuje svůj zdravotní stav za velmi dobrý, 9 % za špatný – častěji ženy od 45 let věku.**
- **33 % populace vidí největší slabinu České republiky ve vedení státu.**
- **76 % Čechů nikdy neprošlo žádnou formou vojenského/branného výcviku, přesto:**
 - **46 % podporuje tříměsíční povinný výcvik po SŠ,**
 - **71 % podporuje výuku civilní obrany ve školách,**
 - **11 % lidí by bylo ochotno bránit Českou republiku v případě ohrožení se zbraní v ruce, zejména muži do 45 let věku.**

Výzkum vznikl na základě odpovědí 1 235 respondentů ve věku 16–75 let. Sběr dat proběhl mezi 23. a 29. květnem 2025.

Jsme Solvo. Institut pro rozvoj potenciálu. Protože v potenciál české společnosti věříme. Bohužel ho absolutně nevyužíváme a přicházíme tím o stovky miliard korun. Pojdte ho odemkat s námi. Se špičkovými daty a bezkonkurenční analýzou.

Kontakt pro média:

Adéla Foglová
+420 732 790 258
adela.foglova@solvo.institute

Institut Solvo

www.solvo.institute | solvo@solvo.institute