

Kód předmětu	Psy 704
Název týmu	Lepší zůstanou
Členové týmu	Lucie Opršalová 243479 ( <a href="mailto:243479@mail.muni.cz">243479@mail.muni.cz</a> ) Ivo Pavlének 219036 ( <a href="mailto:219036@mail.muni.cz">219036@mail.muni.cz</a> ) Veronika Litošová 219405 ( <a href="mailto:219405@mail.muni.cz">219405@mail.muni.cz</a> )
Kontaktní mail	<a href="mailto:243479@mail.muni.cz">243479@mail.muni.cz</a> (Lucie Opršalová)

**Název projektu**

Vztah mezi vegetariánstvím a subjektivním pocitem životní spokojenosti

**Téma:**

Vztah mezi vegetariánskou dietou a subjektivním pocitem životní spokojenosti

**Úvod:**

Na začátku výzkumu byla myšlenka, zda vegetariáni netrpí sníženým pocitem životní spokojenosti, a zda v průběhu času mohou očekávat zlepšení nebo zhoršení svého stavu. Je faktem, že vegetariánství přispívá k celkovému blahobytu ve světě – minimálně přispívá k mírnění utrpení zvířat – což jsou také obyvatelé této planety a za druhé, což je pro lidstvo asi důležitější, podstatným způsobem šetří životní zdroje: když si uvědomíme, že dobytek spotřebuje převážnou část vypěstovaného obilí (cca 75%, jinak bližší čísla jsou ve výročních zprávách OSN) a spotřebuje cca 2x větší množství vody než celý světový průmysl a že rostlinná strava dokáže uživit cca 9 lidí v porovnání s živočišnými produkty, které nasytí jen jednoho člověka – pak by se jistě dalo z tohoto ušetřeného obilí nakrmit mnoho hladovějících a na hlad umírajících lidí – a oni opravdu umírají hladem.

Proto lze konstatovat, že vegetariáni přispívají k blahobytu a zvyšují well-being druhých lidí ve světě, ale je otázka, zda sami vegetariáni netrpí sníženým pocitem životní spokojenosti v důsledku vyloučení masných výrobků ze stravy a zda v průběhu času mohou očekávat zlepšení anebo zhoršení svého stavu. O tom je náš výzkum.

**Výzkumné otázky:**

- Hlavní výzkumná otázka:

Existuje negativní korelace mezi vegetariánskou dietou a subjektivním pocitem životní spokojenosti (dále jen SWB-Subject Well-Being)?

**Teorie:**

- Výzkum Lindeman a Stark (1999)

Lindeman a Stark (1999) ve výzkumu rozdělili všechny strážníky do 4 skupin podle 4 motivů při volbě diety (zdraví, váha, radost z jídla a ideologické příčiny). Jako podklad pro svůj výzkum Lindeman použil faktorovou analýzu motivů voleb potravin od A. Steptoe (1995), který faktorovou analýzou vyextrahoval celkem 9 motivů, které lidé používají při výběru potravin, jmenovitě: 1.zdraví, 2.nálada, 3.konvence, 4.senzorická odezva (= smyslové potěšení z jídla u Lindemana (1999)), 5.přírodní potravina, 6.cena, 7.kontrola váhy, 8.zvyk, 9. etické důvody (= ideologický motiv u Lindemana (1999)).

Lindeman a Stark zjistili, že vegetariánství je dobrým prediktorem ideologických motivů při volbě jídla – „ideologické motivy při výběru jídla (tj. vyjádření identity přes jídlo) byly nejlépe predikovány vegetariánstvím, magickým přesvědčením o potravinách a o zdraví, osobním úsilím o blahobyt ve světě a porozuměním sobě a světu“ (Lindeman a Stark, 1999, s.141).

Pro nás relevantním zjištěním je, že vegetariáni často volí tuto dietu právě z ideologických důvodů. Toto zjištění je dále zpřesněno ve výzkumu Lindeman, Stark (2000) uvedeným níže a jsou na něm rovněž částečně postaveny hypotézy H1 a H2 uvedené rovněž níže.

Z faktorové analýzy motivů voleb potravin od A. Steptoe (1995) jsou pro nás především relevantní:

- o motiv č.4 senzornická odezva (= kterou nazveme jako smyslové potěšení z jídla podle Lindemana (1999)),
- o a motiv č.9 etické důvody (= kterou nazveme jako ideologický motiv podle Lindemana (1999)).

Otázky faktorové spadající pod tyto 2 motivy využijeme v našem dotazníku (ke zjištění míry ideologických důvodů a míry smyslového potěšení z jídla).

- Výzkum Lindeman, Stark (2000):

Na základě výsledků z výše uvedeného výzkumu (Lindeman, Stark, 1999) se Lindeman zaměřil právě na zkoumání strážníků s vysokým skórem ideologických motivů (Lindeman, Stark, 2000):

Rozdělili strážníky podle kombinace 2 motivů - ideologie / potěšení z jídla. Vznikly tak 4 skupiny strážníků:

- 1. vysoká ideologie / nízké potěšení z jídla,
- 2. vysoká ideologie/vysoké potěšení,
- 3. nízká ideologie/nízké potěšení,
- 4. nízká ideologie/vysoké potěšení z jídla

Nejvíce relevantní pro náš výzkum byla tato zjištění:

- Skupina vysoká ideologie/nízká radost z jídla měla signifikantně nižší well-being, nižší spokojenost s tělem a více známek poruch příjmu potravy než ostatní motivační skupiny. To platilo jak pro konzumenty masa, tak vegetariány či polovegetariány (konzumující občas bílé maso).
- Nejpočetnější byla vysoká ideologie / nízké potěšení zastoupena u vegetariánů a polovegetariánů.

**Komentář [SJ1]:** Není dobré vytahovat v úvodu výzkumné studie argumenty tohoto kalibru – mohlo by se Vám stát, že dostanete otázku, jak jste tomu umírání svou studii zabránili. Nehleďte na to, že to nijak nezapadá do argumentační linie zdůvodňující hypotézy. -1

**Komentář [SJ2]:** Dietou asi ne, držení diety či rozhodnutím držet dietu možná ano. Nezapomínejte se vůbec tím, o který aspekt fenoménu „dieta“ Vám jde. -1  
Je lepší se ptát na to, jaký je vztah. Statisticky (kor) patří do hypotéz). -1

**Komentář [SJ3]:** Nezapomínejte, že jde stále o self-report. -1

Lindeman a Stark považují radost z jídla za přirozenou a blahodárně působící na psychický stav i zdraví organismu a v opomíjení motivu radost (potěšení) z jídla vidí hlavní příčinu nižšího SWB.

V našem výzkumu se budeme snažit potvrdit tedy tyto hypotézy:

- o H1: Vegetariáni budou při výběru potravin vykazovat především tuto kombinaci motivů: nízké smyslové potěšení z jídla / vysoké ideologické motivy .
- o H2: Osoby s kombinací motivů nízké smyslové potěšení z jídla / vysoké ideologické motivy budou vykazovat nižší SWB - to bude platit jak pro vegetariány, tak pro nevegetariány.

**Komentář [SJ4]:** Ty hypotézy jsou vlastně Lindemanovým výsledkem. Nemám nic proti replikaci (právě naopak), ale chybí mi tu jakékoli zdůvodnění. -1

**Komentář [SJ5]:** „především“ je vágní. -1 Budoucí čas -1.

**Komentář [SJ6]:** než kdo? všichni ostatní?

**Výzkum Lindeman (2002):**

V posledním výzkumu Lindeman (2002) srovnával well-being mezi vegetariánkami, polovegetariánkami a konzumentkami masa. „Výsledky ukázaly, že vegetariánské a polovegetariánské ženy měly nižší sebehodnocení a více symptomů deprese a poruch přijímání potravy než ženy konzumující maso. Vegetariánky navíc měly více negativní pohled na svět než polovegetariánky nebo konzumentky masa“ (Lindeman, 2002, s.75).

V našem výzkumu vycházíme z tohoto zjištění, že vegetariáni a polovegetariáni vykazují nižší well-being (Lindemanem operacionalizované jako depresivita, nižší self-esteem, poruchy příjmu potravy) než lidé konzumující maso:

- o H3: Vegetariáni budou vykazovat nižší SWB než konzumenti masa.

**Shrnutí uvedených výzkumů:**

Lindeman, Stark (1999) zdůrazňují, že vegetariáni a polovegetariáni mají vysoké ideologické motivy k této dietě. V následném výzkumu (Lindeman, Stark 2000) na datech ukazují, že ideologické motivy ve spojení s nízkou radostí z jídla (vysoká ideologie / nízké potěšení z jídla) je spojeno s nízkým well-being a že nejpočetněji je vysoká ideologie / nízké potěšení zastoupena u vegetariánů a polovegetariánů. Potěšením z jídla považuje za přirozenou a blahodárně působící na psychický stav i zdraví organismu a opomíjení motivu radost (potěšení) z jídla považuje za hlavní příčinu nižšího well-beingu vegetariánů a polovegetariánů.

V našem výzkumném vzorku navíc chceme:

- zohlednit také délku praktikování vegetariánské diety. Je pravděpodobné, že tělo si musí na stravovací změnu přivykat postupně, mnoho vegetariánů přechází na tuto stravu zřejmě bez přípravy, naráz (tomu by napovídaly vysoké ideologické motivy u vegetariánů) a počáteční krize při přechodu na vegetariánskou stravu se může v průběhu doby překonat a lidé s delší dobou praxe mohou vykazovat vyšší well-being. Lindeman (1999, 2000) uvádí, že vegetariánství je spojeno s ideologickými motivy a s nízkým potěšením z jídla – v tom vidí hlavní problém snižování well-beingu vegetariánů. A právě přivykání organismu v průběhu let může znamenat zvyšování potěšení z jídla, a tím i well-beingu.

- o H4: S rostoucí dobou praktikování vegetariánské diety poroste potěšení z jídla (resp. krátká doba vegetariánství bude korelovat s kombinací motivů vysoká ideologie/nízké potěšení z jídla, dlouhá doba vegetariánství bude korelovat s kombinací vysoká ideologie/vysoké potěšení z jídla)
- o H5: S rostoucí dobou praktikování vegetariánské diety poroste SWB

**Komentář [SJ7]:** Takovou korelaci způsobí i odpadání těch, kterým to nechutná a začne jim to vadit.

- chceme více diferencovat skupinu vegetariánů (na vegetariány, laktovegetariány, vegany a vitariány) a zjistit, zda uvnitř této skupiny vegetariánů je závislost SWB na stupni dosaženého vegetariánství. Chceme tím ověřit, zda všichni vegetariáni mají nižší SWB než konzumenti masa, anebo zda jen některé podskupiny vegetariánů vykazují nižší SWB. Lindeman (2000) totiž mezi těmito podskupinami nediferencoval a zahrnul je do jedné skupiny pod označením vegetarián. Navíc tato skupina vegetariánů byla tvořena cca 20 polovegetariány konzumujícími bílé maso a jen 6 plnými vegetariány. U poslední studie (Lindeman 2002), v které se přímo tvrdí, že vegetariáni mají nižší well-being než konzumenti masa, nám bohužel složení vzorku není známo, k dispozici máme jen abstrakt, takže nevíme, jaké bylo zastoupení podskupin vegetariánů.

Pokud se tvrdí, že vegetariáni mají nižší well-being, mělo by se říct, kteří vegetariáni přesně, anebo jestli všichni. S ohledem na to, že zřeknutí se vyššího počtu živočišných potravin (maso, vejce, mléko) by mělo znamenat větší omezení smyslového potěšení z jídla, a protože Lindeman vidí smyslové potěšení z jídla jako předpoklad vysokého well-being, stavíme tuto hypotézu:

- o H6: Čím menší bude podíl živočišné složky (vejce, mléka, masa) ve stravě ve skupině vegetariánů, tím bude well-being nižší (= čím vyšší stupeň vegetariánství, tím nižší bude well-being).

**Komentář [SJ8]:** Na tak malý projekt mnoho hypotéz. Zvlášť s tak omezenou literaturou. -1

**Souhrnný přehled všech testovaných hypotéz:**

- H1: Vegetariáni budou při výběru potravin vykazovat především tuto kombinaci motivů: nízké smyslové potěšení z jídla / vysoké ideologické motivy .
- H2: Osoby s kombinací motivů nízké smyslové potěšení z jídla / vysoké ideologické motivy budou vykazovat nižší SWB (subjektivní pocit životní spokojenosti) - to bude platit jak pro vegetariány, tak pro nevegetariány.
- H3: Vegetariáni budou vykazovat nižší SWB než konzumenti masa.
- H4: S rostoucí dobou praktikování vegetariánské diety poroste potěšení z jídla
- H5: S rostoucí dobou praktikování vegetariánské diety poroste SWB
- H6: Čím menší bude podíl živočišné složky (vejce, mléka, masa) ve stravě ve skupině vegetariánů, tím bude SWB nižší (= čím vyšší stupeň vegetariánství, tím nižší bude well-being).

**Koncepty:**

- **Konzument masa** - člověk konzumující červené maso a z něj vyrobené masné produkty. Tuto skupinu jsme rozdělili ještě na 2 podskupiny. Nemáme k tomuto rozdělení žádné hypotézy, ale mohly by se ukázat nějaké rozdíly:
  - o Každodenní konzument červeného masa a masných produktů.
  - o Občasný konzument červeného masa a masných produktů - červené maso konzumuje několikrát týdně, ne každodenně.

- **Vegetarián** - člověk odmítající živočišnou složku ve stravě, zejména maso. Podle stupně odmítání živočišné složky lze rozlišit několik stupňů:
  - o Polovegetarián – (pro naše účely vytvoříme ještě tuto skupinu<sup>1</sup> která jí pouze bílé maso nebo ryby a vyhýbá se červenému masu)
  - o Vegetarián (nejí žádné maso)
  - o Laktovegetarián (nejí maso a vajíčka, ale jí mléčné produkty)
  - o Vegan (nejí maso, vajíčka a mléčné produkty = jí pouze rostlinnou stravu)
  - o Vitarián (jí pouze syrovou rostlinnou stravu)
- **Subjektivní pocit životní spokojenosti (SWB)**  
 SWB bude operacionalizován podle Groba (1995) do 6 dimenzí a měřen jeho Bernským 6 dimenzionálním dotazníkem BSV-A:
  1. pozitivní postoj k životu (optimismus)
  2. prožívané problémy,
  3. somatické potíže,
  4. sebeúcta,
  5. depresivní nálady,
  6. radost v životě

### Metoda výběru vzorku a výzkumný soubor

Základním zkoumaným souborem bude pro nás populace ČR, resp. populace Jihomoravského kraje. Při výběru vzorku z populace ČR budeme postupovat následovně: Každý z účastníků skupiny si ve svém okolí vybere nejbližší prodejnu zdravé výživy (Brno, Kyjov, Třinec), před kterou uskuteční dotazníkové šetření. Prodejny zdravé výživy jsme zvolili záměrně, neboť předpokládáme, že díky prodeji různých ne běžně dostupných potravin a doplňků, které často jedí vegetariáni, zde bude koncentrace různých forem vegetariánů vyšší než v běžné populaci. Tuto variantu jsme zvolili také proto, že nikdo z našeho výzkumného týmu nemá žádný bližší kontakt na nějakou komunitu či organizaci zaměřenou na vegetariánství. Tim že dotazování bude provedeno na různých místech republiky, budou výsledky výzkumu lépe aplikovatelné pro celou Českou republiku. Tato místa budou zvolena de facto náhodně, jelikož na univerzitě, fakultě a v ročníku se členové našeho týmu sešli náhodně. Dotazníkové šetření bude provedeno na všech místech ve stejný den a hodinu, které budou určeny losováním.

Výzkumný vzorek pak získáme dotazováním lidí vycházejících z prodejen zdravé výživy. Vzorek dále rozdělíme na výzkumnou skupinu (vegetariáni) a skupinu kontrolní (ne-vegetariáni). Pro účely dalšího výzkumu pak rozdělíme výzkumnou skupinu na podskupiny podle stupně jejich vegetariánství a konzumenty masa ještě na 2 podskupiny podle četosti konzumace masa. Naš vzorek bude obsahovat celkem asi 50 respondentů – z časových důvodů – jinak by bylo lépe zvolit vzorek alespoň se 100 nebo raději 200 – 300 respondenty z důvodu zvýšení reprezentativnosti vzorku a tím externí validity (zobecnění výsledků na celou populaci s menší chybou). Náhodný prostý výběr u nás nepripadá v úvahu, protože nemáme oporu výběru - neznáme základní populaci vegetariánů. Chtěli bychom se alespoň částečně přiblížit náhodnému stratifikovanému výběru, resp. dvoustupňovému náhodnému výběru - víme, že náhodný výběr regionu podle místa trvalého bydliště členů výzkumného týmu nebude zcela korektní a region nebude vybrán zcela náhodně - budou zřejmě nadreprezentovány bydliště v blízkosti Brna z důvodu dosažitelnosti univerzity – ale chceme se tímto k náhodnému výběru regionů alespoň co nejvíce přiblížit.

Jinak je docela pravděpodobné, že někteří členové týmu nebudou schopni hrát roli tazatele (na to musí být schopnosti a temperamentové dispozice), takže po sběru dat ještě možná po domluvě s majitelkou/em umístíme do prodejny zapečetěnou schránku a leták s prosbou o účast na výzkumu a o vložení vyplněných dotazníků do schránky. Takto získaná data nebudou reprezentativní, protože výsledky jsou zkresleny tím, že se do výběru dostanou jen lidé, kteří projeví zájem, a ostatní vypadnou.

### Metody sběru dat

Standardizovaný dotazník distribuovaný tazatelem:

Data budeme sbírat pomocí dotazování pomocí standardizovaného dotazníku s uzavřenými otázkami s možností výběru ze 4 a šestibodové škály od plně nesouhlasím po plně souhlasím a s ostatními otázkami s několika možnostmi odpovědi. Uzavřené otázky mají výhodu, že díky předem vytvořeným kategoriím hezatežují respondenta dlouhým přemýšlením, dobře se statisticky zpracovávají – na druhou stranu na rozdíl od nestrukturovaného dotazování jsou otázky zkonstruovány podle předem daných dimenzí a může z nich uniknout důležitá informace, jejíž existenci a důležitost nepředpokládáme

Dotazník distribuovaný tazatelem má malé riziko chybně vyplněného dotazníku, na rozdíl od dotazníků doručených poštou, je zde vysoká návratnost, nehrozí, že respondent nebude pracovat samostatně a do odpovědi bude zahrnovat cizí názory právě přítomných lidí – na druhou stranu je zde možný vliv tazatele, který výrazem obličej, intonací atd. může ovlivnit odpovědi respondenta.

### Výběr dotazníku :

Existuje více přístupů pro měření SWB

- test SWLS autorů vycházející z Dienera, který pracuje raději s komplexními výroky vztahující se k životu jako celku (Mirčevská, 2007). Má jen 10 položek
- naopak Grobův (1995) Bernský dotazník subjektivní spokojenosti (BSW-A), zkoumá 6 základních dimenzí SWB: pozitivní postoj k životu, prožívané problémy, somatické potíže, sebeúcta, depresivní nálady, radost v životě.
- (U nás v ČR se používá DEP36 měří negativní citového naladění, ale neměří celkové SWB. SWB je novější koncept a obsahuje kromě negativního citového naladění a self-esteem více dimenzí (optimismus, radost v životě...), které bychom chtěli také měřit)

My jsme použili Grobův dotazník BSW-A, protože měří SVB komplexněji než DEP36 a SWLS. Otázky jsou v něm rozděleny do 6 skupin podle 6 základních dimenzí SWB: pozitivní postoj k životu, prožívané problémy, somatické potíže, sebeúcta, depresivní nálady, radost v

**Komentář [SJ9]:** Myslím, že máte na mysli i omezenou věkovou skupinu. -1

**Komentář [SJ10]:** Mělo by to být v minulém čase – už jste to udělali, ne?

**Komentář [SJ11]:** Za 10 sekund slepého googlení mám <http://www.csvv.cz/>, [http://www.vegspol.cz.](http://www.vegspol.cz/) To nejsou argumenty, to jsou výmluvy. -1

**Komentář [SJ12]:** Reprezentativnost s velikostí souvisí jen málo.

**Komentář [SJ13]:** Mysleli jste výběrový rámec? „základní populace“ je pleonasmus.

**Komentář [SJ14]:** Zakázaná věta -1.

**Komentář [SJ15]:** Chybí mi tu popis vzorku – tj. výsledku Vašeho snažení. -1

**Komentář [SJ16]:** k čemu? Je dobré uvést, co budete měřit.

**Komentář [SJ17]:** Tady to musí být přesně. Dd. -1

**Komentář [SJ18]:** A to je dobře?

**Komentář [SJ19]:** To je vzhledem k předpokládané administraci na ulici spíše nevýhoda. - 1/2

<sup>1</sup> stejně jako učinil Lindeman (1999, 2000)

životě. V analýze tak bude možné srovnávat, v kterých dimenzích SWB se vegetariáni odlišují od nevegetariánů, zda ve všech, nebo jen v některých – je možné, že v některých dimenzích mohou mít horší výsledky, ale v jiných naopak lepší.

SWLS dotazník je sice krátký a měří SWB, ale **neměří jednotlivé dimenze**. DEP36 měří jenom negativní citového naladění, ale neměří celkové SWB. Dalším důvodem, proč jsme vybrali tento dotazník, je skutečnost, že Lindeman well-being operacionalizoval jako depresivitu a self-esteem a poruchy v příjmu potravy. Self-esteem měřil pomocí Rosenbergovy 10 položkové škály (v tom by nebyl problém) a depresivitu pomocí 10 položkové zkrácené verze dotazníku CES-D10 z Centra pro epidemiologické studie ve Stanfordu v Kalifornii (Andresen EM, Malmgren JA, Carter WB, Patrick DL., 1994). Tato verze dotazníku však způsobuje nekonzistenci po překlada do jiných jazyků (a je asi proto zdarma přístupná na internetu, kde jsme získaly tuto informaci o nekonzistenci<sup>2</sup>). Proto jsme volily Grobův dotazník, protože dimenzi „depresivita“ také obsahuje. Tato dimenze je v Grobově dotazníku zastoupena pouze 4 otázkami (a self-esteem pouze třemi), takže samostatné porovnání těchto dimenzí pravděpodobně nebude tak přesné, jako u ostatních dimenzí – ty jsou tvořeny 5 - 8 položkami.

**Komentář [SJ20]:** Vy se o žádných dimenzích v úvodu také nezmiňujete, tak proč by Vás měly zajímat? -1/2

#### Subjektivní pocit životní spokojenosti (SWB)- teoretické východisko

Lašek (2004) uvádí, že Struktura SWB je tvořena dvěma hlavními komponentami:

- Kognitivní komponentou: „lidé srovnávají aktuální stav s očekávaným i vytouženým, s ideální situací. Pokud je rozdíl nulový nebo pozitivní, osoba cítí satisfakci
- A emocionální komponentou: „to jsou všechny aktuální každodenní zkušenosti, kdy zážitky jsou vždy vyhodnocovány jako emočně pozitivní nebo negativní. Satisfakce je pak výsledkem rozdílu mezi pozitivními „minus“ negativními zážitky... příjemné afekty a nepříjemné afekty jsou dva nezávislé faktory.“ (Lašek, 2004, s.216)

Blatný považuje *kognitivní složku* SWB za: „vědomé hodnocení vlastního života (life satisfaction) a *emoční složku* za souhrn nálad, emocí, afektů příjemných i nepříjemných, kdy lidé prožívají určitou míru spokojenosti, aniž by o ní vědomě přemýšleli“ (Blatný, 2001 cit. dle Lašek, 2004, s.216).

„Grob (1998) chápe subjektivní životní spokojenost jako komplexní pojem, zahrnující na jedné straně nízké sebehodnocení, malé uspokojení nebo negativní stránky života, na druhé štěstí a spokojenost se životem, sebou samým a pozitivní stránky života“ (Grob, 1998, cit dle Lašek, 2004, s.215)

Diener uvádí, že „koncepte životní pohody podle autorů Groba a dalších obsahuje jak kognitivní, tak emocionální komponenty“ (Diener 1998, 1999, cit dle Lašek, 2004, s.216).

Dále Lašek (2004) uvádí jednotlivé pozitivní komponenty zvyšující SWB a negativní komponenty snižující SWB v Grobově 6 dimenzionálním dotazníku:

1. *pozitivní postoj k životu (optimismus)*
2. *prožívané problémy,*
3. *somatické potíže,*
4. *sebeúcta,*
5. *depresivní nálady,*
6. *radost v životě*

Myslíme si, že Grobův dotazník a jeho rozdělení do 6 dimenzí dobře odráží to, že člověk je bio-psycho-sociální jednotkou, takže kromě komponenty psycho (kognitivní komponenta + emocionální komponenta), a komponenty bio, čili tělo, jeho zdravotní stav, fyziologické prožívání organismu, je zde zahrnuta i socio složka vztahu s okolím (dimenze prožívané problémy).

Lašek (2004) uvádí další komponenty ovlivňující SWB, u nichž byly potvrzeny korelace s SWB:

- *Extroverze (=Pozitivní temperamentová predispozice dané geneticky-opakem je neuroticizmus)*
- *aspirace a cíle*
- *saturace základních biologických potřeb*
- *adaptace a doping*
- *zdraví,*
- *příjmy,*
- *náboženství,*
- *manželství*
- *Nebyla nalezena korelace mezi úrovní SWB a inteligencí*

Tyto ostatní komponenty, které nejsou zahrnuty v dotazníku, můžeme v našem výzkumu považovat za intervenující proměnné

**Komentář [SJ21]:** Tohle všechno patří do úvodu.

#### Vnitřní validita Grobova Bernského dotazníku:

##### Obsahová validita

„Sebeúcta ... zaujímá k SWB velmi významný vztah, avšak spíše než o složku SWB se jedná o její determinant z řad osobnostních charakteristik. Zařazení této škály do dotazníku považuje za záměnu korelátu (resp. prediktoru) a indikátoru“ (Džuka, 1994, cit. dle Mirčevská, 2007, s.75). To je sporný bod, zda sebeúctu používat jako indikátoru SWB.

##### Kritériová validita

„V českém prostředí nejsou k dispozici jiné dotazníkové metody měřící celkovou úroveň SWB ... dotazník Fahrenberga, Schumachera a Bráhlera nebyl pro tuto studii k dispozici“ (Mirčevská 2007, s.76). V práci Mirčevské tedy nebylo možné provést kritériové srovnání na základě porovnáni výsledků více testů.

**Komentář [SJ22]:** Citovat v tomto rozsahu diplomku (být dobrou jako v tomto případě) není dobré – je to sekundární citace nejhoršího druhu. Dd -1

##### Konstrukční validita

<sup>2</sup> <http://patienteducation.stanford.edu/research/cesd10.pdf>

Mírčevská (2007) provedla srovnání mezi Grobovými škálami *postoj k životu (POPŽ)*, *sebeúcta (SEBÚ)*, *chybění depresivního naladění ((ch)DEPN)* a *radost ze života (RADŽ)* a mezi 2 dalšími dotazníky – SWLS měřící celkové SWB a DEP36 jenž zachycuje pouze pozitivní a negativní emoční naladění. Na základě střední síly asociace v rozmezí 0,3 – 0,7 podle Pearsonova korelačního koeficientu u většiny škál dospěla k názoru „přestože v posledním bodě validizace nevypovídá závěr o potvrzení konstruktové validity nijak přesvědčivě, je snad i přesto možné se domnívat, že na základě přístupných možností, jimiž zde byla ověřována, ji lze považovat za dostatečnou a dotazník BSW-A pro tento výzkum za aplikovatelný.“

**Komentář [SJ23]:** Tohle už je OK (mohli jste si to v její diplomce zkontrolovat).

**Procedura a design:**

Výzkum jsme provedli (provedeme) ve třech městech ČR podle místa bydliště členů týmu před prodejnu zdravé výživy. Vycházející lidé jsou osloveni otázkou „měl byste několik (15 - 20) minut volného času na výzkum?“

-rozdělení vzorku na zkoumanou a kontrolní skupinu (vegetariány / nevegetariány):

**Komentář [SJ24]:** Uvědomujete si jistě, že nevegetariáni jsou „lidé, kteří chodí do zdravé výživy“ a ne běžní konzumenti masa.

Lidmi, kteří byli ochotni se zúčastnit, byla vysvětlena anonymita a účel výzkumu a položena následující otázka tazatelem „jste vegetarián či nikoliv?“ Tato otázka nám pomůže rozdělit respondenty na dvě skupiny a byla položena hned na začátku z těchto 2 důvodů:

- Z důvodu vyrovnanosti počtu respondentů zkoumané (vegetariáni) a kontrolní skupiny (nevegetariáni): Předpokládáme vyšší výskyt nevegetariánů mezi návštěvníky prodejny – proto byl rozdán dotazník každému vegetariánovi, ale jen každému x tému nevegetariánovi – abychom získali přibližně stejný počet jak do zkoumaného vzorku vegetariánů, tak i do kontrolní skupiny nevegetariánů.

- Z důvodu usnadnění práce respondentům: pokud respondent byl vegetarián, dali jsme mu dotazník s instrukcí, aby vyplnil všechny otázky a nevegetariánům jsme dali dotazník s instrukcí, aby poslední otázku týkající se délky vegetariánství nevyplňoval, protože jsou určeny pouze pro vegetariány a před jejich očima jsme je přeškrkli. U těchto otázek je sice v dotazníku napsáno, že jsou pouze pro vegetariány, ale lepší bylo je upozornit (dva druhy dotazníků se nám nechtělo lísknout).

**Komentář [SJ25]:** Tohle patří přeci do vzorku.

Další otázky už tazatel nekladal a předložil respondentovi dotazník k samostatnému vyplnění s tím, ať vyplněný dotazník vhodí do připravené zalepené krabice s výřezem. (zajištění anonymity).

- Rozdělení skupiny vegetariánů podle délky dodržování diety:

Otázka v dotazníku „Kolik let se stravujete vegetariánsky?“ nám umožní analýzu SWB v souvislosti s počtem let praxe diety. Roky praxe nebylo třeba v dotazníku kategorizovat (to by v případě potřeby bylo možné udělat až při analýze), údaje v letech bude možné lépe zpracovat (pomocí Pearsonova koeficientu korelace), když se zachová jejich intervalový charakter.

**Komentář [SJ26]:** Metody

- Intervenující proměnné

Věk:

S rostoucím věkem může klesat SWB kvůli zhoršenému fyzickému zdraví a stárnutí, proto by bylo ideální mít jak ve sledované skupině vegetariánů, tak kontrolní skupině nevegetariánů (a také v jednotlivých vegetariánských podskupinách) stejné věkové rozložení. Protože jsme ale zvolili náhodný výběr respondentů ve vylosovaný den a hodinu, nezabráníme bohužel tomu, že skupiny budou mít rozdílné věkové rozložení. Lašek (2004) ve svém výzkumu testování Grobova dotazníku pro ČR potvrdil signifikantní rozdíly jak u věkových skupin respondentů, tak i z hlediska pohlaví. Dále Lašek zjistil nejnižší úroveň sebeúcty u nejstarší skupiny respondentů - mužů.

**Komentář [SJ27]:** Do náhodného to mělo daleko.

- Zařazení intervenující proměnné věk mezi nezávislé proměnné:

- o Proto v dotazníku bude též otázka na věk respondenta „kolik je Vám nyní let?“ Bude tak možné pomocí analýzy odhalit, zda věk skutečně intervenuje do výsledků SWB a bude možné ho zařadit jako nezávislé proměnnou – zda tato proměnná intervenuje, zjistíme pomocí parciálního koeficientu, který je pro intervalové proměnné.
- o Rovněž v dotazníku bude též otázka na pohlaví respondenta – ze stejných důvodů

Dále Lašek zjistil, že množství problémů, somatické obtíže, deprese a radost ze života nebyly závislé na věku, resp. v jejich výskytu nehráje věk roli – to nám usnadní práci, když víme, že intervenující věk bude ovlivňovat především zbylé dimenze self-esteem a optimismus ( pozitivní pohled na svět).

Lašek (2004) uvádí další komponenty ovlivňující SWB, u nichž byly potvrzeny korelace s SWB:

- *Extroverze (=Pozitivní temperamentová predispozice dané geneticky-opakem je neuroticismus)*
- aspirace a cíle
- saturace základních biologických potřeb
- adaptace a doping
- zdraví,
- příjmy,
- náboženství,
- manželství

**Komentář [SJ28]:** ??

Tyto proměnné mohou vstupovat do analýzy a působit jako další intervenující proměnné. Velmi rádi bychom je do analýzy zařadili, ale kvůli únosné délce dotazníku jsme je do dotazníku nezařadili – už tak je dotazník příliš dlouhý. Takže nám do výsledků budou pravděpodobně nějak intervenovat.

- Reaktivita respondentů:

Je možné, že odpovědi respondentů mohou být ovlivněny osobou tazatele. Proto jsme se my všichni 3 tazatelé (my 3 studenti) snažili chovat shodně:

- mít neutrální výraz ve tváři (neusmívat, nemračit)
- žádné poznámky
- mluvit jen podle námi vytvořených instrukcí pro tazatele, které budeme mít vytištěné k dotazníku
- přiměřené nevýstřední oblečení (hlavně tazatele)
- žádným způsobem nenapovídát respondentovi při vyplňování

Ale i přesto celkový vzhled a osobnost nás jednotlivých tazatelů mohl ovlivnit odpověď respondentů – při analýze to můžeme zjistit.

**Komentář [SJ29]:** Reaktivita je reagování nejen na osobu tazatele... - 1

- Neochota vyplnit dotazník – snížení externí validity:

Někteří respondenti nebyli (nebudou) ochotni vyplnit dotazník – i když jsme se snažili zkonstruovat dotazník co nejkratší, aby nezabral mnoho času – cca 15 – 20 minut. Takže tato skutečnost trochu narušila reprezentativnost vzorku a tím externí validitu výzkumu. Ale ne moc, jen 5 respondentů z 55 (<10%) odmítlo spolupracovat. Zůstalo 90% **reprezentativně** vybraných, což není nejlepší, ale ani nejhorší, taková **návratnost dotazníků zaručuje ještě reprezentativnost**. V každém případě ti, co odmítli, mohli být právě lidé s nižším SWB (nižší self-esteem, nižší radost ze života, vyšší depresivita), což mohlo **zkreslit výsledky**.

**Komentář [SJ30]:** Návratnost může reprezentativnost značně omezit, ale nemůže ji zaručit. Nota bene nahoře píšete, že vzorek reprezentativní nebyl. Tak jak to teda je?

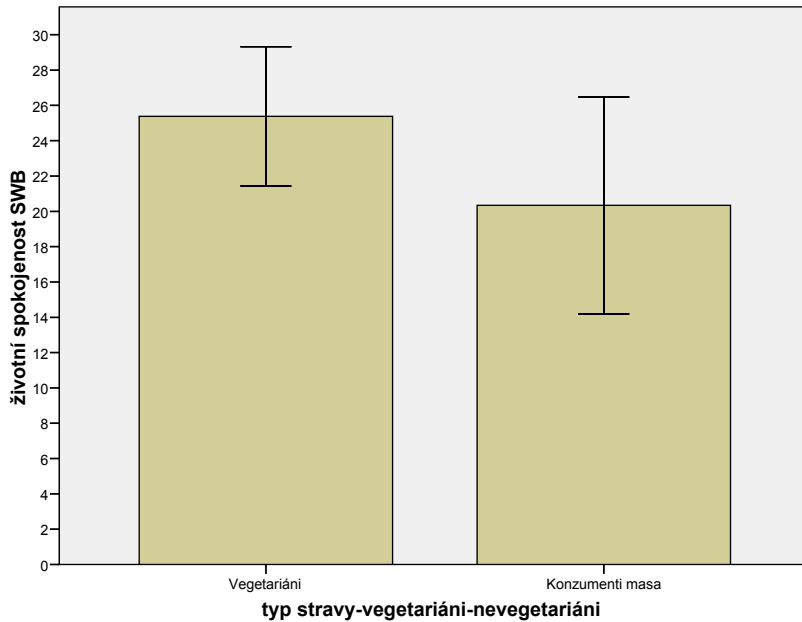
**Komentář [SJ31]:** To máte určitě pravdu.

**Komentář [SJ32]:** Chybí mi základní informace o designu – korelační, EPF... -1

Výsledky:

- **H3: Vegetariáni budou vykazovat nižší SWB než konzumenti masa.**

**Graf 3a:** Srovnání celkového SWB s typem stravy:



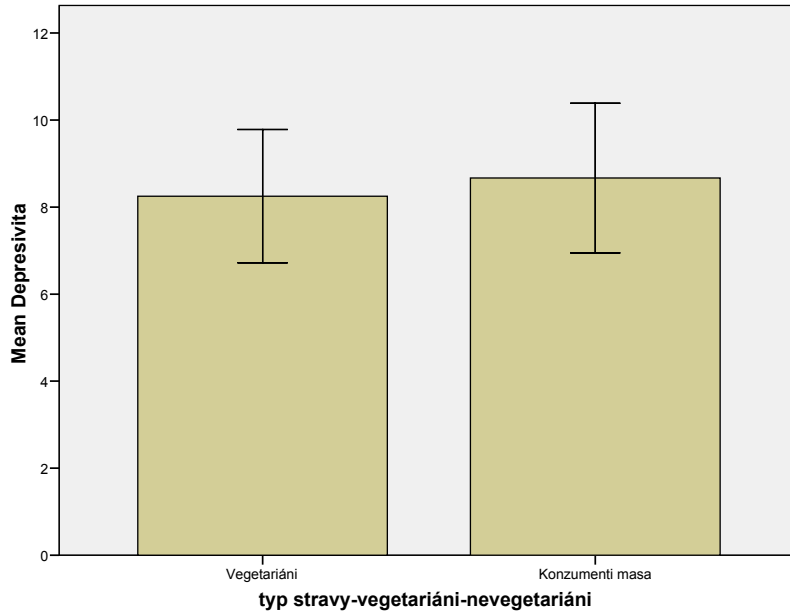
Z grafu je vidět, že vegetariáni mají celkové skóre životní spokojenosti SWB vyšší než konzumenti masa, dosáhl **průměrného** skóre 25,4 (SD 4,7) a konzumenti masa 20,3 (SD 8,0) bodu. Rozdíl je tedy cca 5 bodů, ale rozdíly nejsou signifikantní (p 0,14) a nelze tedy výsledky zobecnit na populaci. I z grafu je vidět, že se intervaly spolehlivosti zobrazené úsečkami překrývají a rozdíly v průměrech tak **hejsou významné**. Je to způsobeno tím, že náš vzorek byl malý. **Obsahoval jen 17 respondentů**. (Náš vzorek byl tak malý, protože pouze jeden z nás tři tazatelů se ukázal být schopný nasbírat data mezi lidmi, tak jak jsme plánovali. Proto místo vzorku 50 lidí máme jen 17). Způsob stravování koreloval s SWB na střední úrovni ( $r = 0,42$ , ). Použily jsme koeficient Kendall tau c (pro srovnání Spearmanův koeficient vyšel nižší 0,35, což by mohlo znamenat, že **vztah není lineární**). H1 se tedy nepotvrdila – vegetariáni nevykazují nižší well-being než nevegetariáni. Naopak oproti očekávání vykazují vyšší well-being, i když není signifikantní z důvodu malého vzorku - korelace 42% je na střední úrovni, je tedy dosti vysoká a ukazuje, že v našem vzorku vegetariánství pozitivně koreluje s SWB. Rozdíl mezi našim a Lindemanovým výsledkem může být způsoben tím, že Lindeman SWB operacionalizoval jako depresivitu a self-esteem, kdežto naše SWB je komplexnější a se skládá z více kategorií. Proto ještě porovnáme způsob stravování s podkategoriemi depresivita a self-esteem:

**Komentář [SJ33]:** Velikost účinku? -1

**Komentář [SJ34]:** Dobrá úvaha.

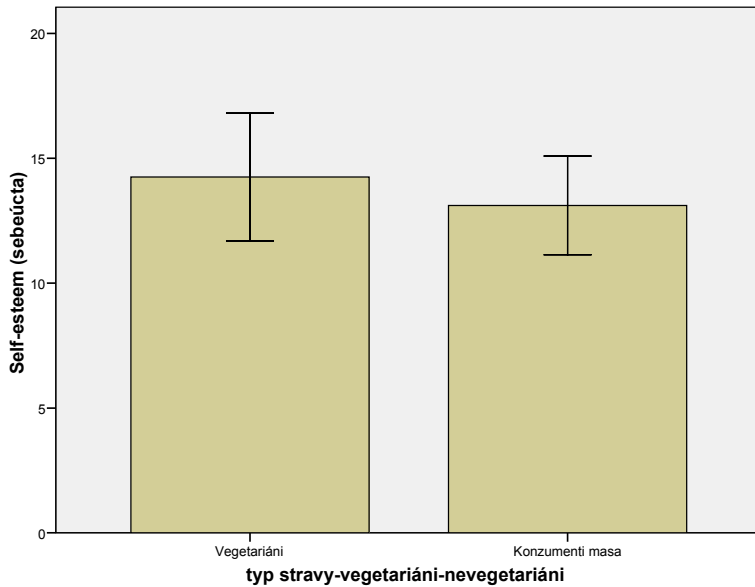
**Komentář [SJ35]:** Do diskuze.

Graf 3b: Srovnání depresivity s typem stravy:



Vegetariáni dosáhli na škále depresivity skóre 8,25 (SD 1,8), nevegetariáni 8,7 (SD 0,7). Rozdíly nejsou podle T-testu signifikantní ( $p = 0,68$ ). Korelace mezi depresivitou a typem stravy není žádná ( $r = 0,028$ ).

Graf 3c: Srovnání sebeúcty s typem stravy:



Vegetariáni dosáhli na škále sebeúcty průměrné skóre 14,25 (SD 3,06), nevegetariáni 13,11 (SD 2,57). Rozdíly nejsou podle T-testu signifikantní ( $p = 0,41$ ). Korelace mezi sebeúctou a typem stravy je na nízké úrovni, je prakticky nevýznamná ( $r = 0,21$ ).

**H4: S rostoucí dobou praktikování vegetariánské diety poroste potěšení z jídla**

Obě proměnné, délka praxe vegetariánství i smyslové potěšení z jídla, mají normální rozložení - normalitu jsme ověřili pomocí Kolmogorov-Smirnov(a) testu, který vyšel signifikantně pro obě proměnné (Délka praxe 0,20 a smyslové potěšení 0,20 ). Lze tedy provést parametrické testy (Pearsonův korelační koeficient). Korelace mezi délkou praxe vegetariánské diety a smyslovým potěšením z jídla je na střední úrovni, je dost vysoká ( $r = 0,46$ ;  $p 0,06$ ), ale opět nevychází signifikantně a nelze proto zobecnit výsledky na populaci a platí jen v našem souboru (pravděpodobně v důsledku malého vzorku -  $N = 17$ ). Hypotéza H4, že s rostoucí dobou praktikování vegetariánské diety poroste i potěšení z jídla, se potvrdila, ale jen v našem vzorku, a nelze výsledky zobecňovat na celou populaci.

To znamená, že vegetariáni v průběhu doby netrpí snižováním smyslového potěšení z jídla, naopak potěšení z jídla roste, tak jsme hypotetizovali – možnou příčinou může být námi předpokládané přivyknání si na stravu.

**Komentář [SJ36]:** No jestli vám vyšel signifikantně, tak normální rozložení nemají.

**Komentář [SJ37]:** se nepotvrdila. Hypotéza se neváže ke vzorku, ale k populaci. Takže slovní spojení „hypotéza na vzorku“ je nesmysl.

**H5: S rostoucí dobou praktikování vegetariánské diety poroste SWB**

Obě proměnné, délka praxe vegetariánství i celkové SWB, mají normální rozložení - normalitu jsme ověřili pomocí Kolmogorov-Smirnova testu, který vyšel signifikantně pro obě proměnné (Délka praxe 0,20 a smyslové potěšení 0,20 ). Lze tedy provést parametrické testy (Pearsonův korelační koeficient). Korelace mezi délkou praxe vegetariánské diety a smyslovým potěšením z jídla je na střední úrovni, je dost vysoká ( $r = 0,44$ ;  $p 0,08$ ), ale opět nevychází signifikantně a nelze proto zobecnit výsledky na populaci a platí jen v našem souboru (pravděpodobně v důsledku malého vzorku -  $N = 17$ ). Hypotéza H5, že s rostoucí dobou praktikování vegetariánské diety poroste i SWB, se potvrdila, ale jen v našem vzorku, a nelze výsledky zobecňovat na celou populaci.

Ještě porovnáme dimenzi depresivita a dimenzi sebeúcta. Tyto proměnné mají rovněž normální rozložení. Korelace mezi depresivitou a délkou praxe je na střední úrovni, je dost vysoká ( $r = -0,41$ ;  $p 0,10$ ) a sebeúcta / délka praxe vykazuje rovněž středně významnou korelaci, i když o něco nižší ( $r = 0,33$ ;  $p 0,194$ ), ale opět nevychází signifikantně a nelze proto zobecnit výsledky na populaci.

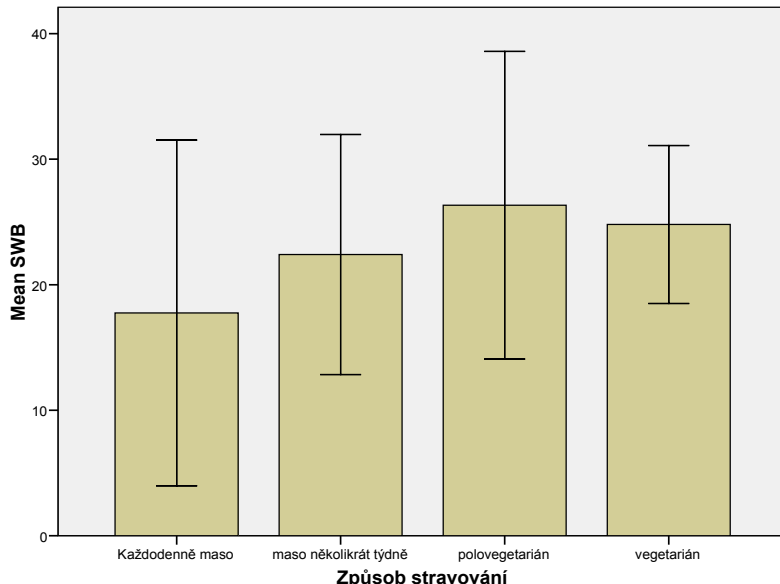
Hypotéza H5 se tady potvrdila, s rostoucí dobou praktikování vegetariánské diety roste i SWB, ale jen v našem vzorku, a nelze tedy výsledky zobecňovat na celou populaci. Potvrdila se středně významně jak na úrovni celkového SWB ( $r = 0,44$ ), tak i v dimenzích depresivita ( $r = -0,41$ ) a sebeúcta ( $r = 0,33$ ).

To znamená, že vegetariáni v průběhu doby netrpí snižováním SWB, naopak je tendence ke zvyšování well-being, zvyšování self-esteem a snižování depresivity – to je v souladu s potvrzenou hypotézou H4, že smyslové potěšení z jídla s délkou praxe roste - možnou příčinou může být námi předpokládané přivyknání si na stravu, s tím související zvýšení potěšení z jídla, a tím i zvýšení SWB.

**H6: Čím menší bude podíl živočišné složky (vajec, mléka, masa) ve stravě ve skupině vegetariánů, tím bude SWB nižší (= čím vyšší stupeň vegetariánství, tím nižší bude well-being).**

V grafu 6a je vidět, že pokud se konzumace masa snižuje, roste well-being až k polovegetariánům (kteří jedí pouze bílé maso a ryby), a od této skupiny opět začíná well-being klesat. Je škoda, že jsme do vzorku nezískaly ještě laktovegetariány a vegany, aby se mohl potvrdit nebo vyvrátit naznačený klesající trend.

**Graf č. 6a:** srovnání skóre SWB v závislosti na typu stravování – srovnání mezi všemi skupinami včetně konzumentů masa:

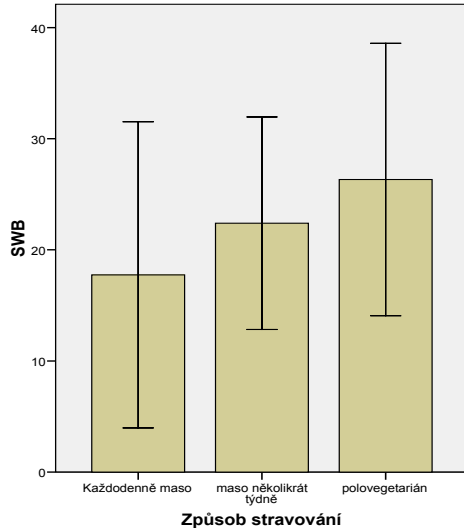




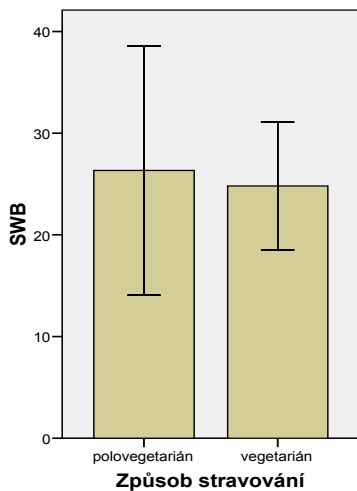
V grafu 6b je zobrazena nová skupina konzumentů masa, do níž byli zahrnuti i konzumenti masa bílého. Mezi SWB a typem daného stravování je korelace na střední úrovni, je dost vysoká ( $r = 0,46$ ;  $p = 0,052$ ), blíží se téměř až podstatné korelaci, ale opět (o fous) nevychází signifikantně. Alespoň v tomto případě se zdá, že jsme blízko k zobecnění na populaci ( $p = 0,052$ ). Každodenní konzumenti dosáhli skóre 17,7 ( $SD = 8,7$ ) a polovegetariáni 26,3 ( $SD = 4,9$ ).

Tento výsledek by mohl znamenat, že konzumace červeného masa může mít vliv na snižování well-being a současně, že konzumace bílého masa je nejlepší styl stravy pro udržení vysokého well-being. Samozřejmě si nemůžeme dělat nárok na kauzalitu tohoto vztahu. Můžeme jen konstatovat, že významná korelace v této skupině existuje.

**Graf č. 6b:** srovnání skóre SWB v závislosti na typu stravování – srovnání konzumentů masa a polovegetariánů



**Graf č. 6c:** srovnání skóre SWB v závislosti na typu stravování – vegetariánů a polovegetariánů:



Mezi polovegetariány (průměr 26,3;  $SD=4,9$ ) nebyly zjištěny téměř žádné rozdíly v průměru vegetariány (průměr 24,8;  $SD = 5,3$ ). Korelace nulová (0,000) Z toho se dá soudit, že žádný velký zlom ve well-beingu mezi konzumací výhradně bílého masa a úplným vyloučením masa není. Jenom je škoda, že ve vzorku chybí laktovegetariáni a vevanu – protože ta křivka by na grafu byla zajímavá – či bude SWB dále klesat, anebo začne stoupat.

Hypotézu H6, která predikovala, že čím vyšší stupeň vegetariánství, tím nižší bude well-being, můžeme zamítnout – polovegetariáni mají nejvyšší well-being ze všech a vegetariáni je následují s malým nepatrným rozdílem. Pokud se jedná o dimenzi depresivita a self-esteem, korelace s typem stravování byly v případě depresivity nulové, v případě sebeúcty na nízké úrovni ( $r = 0,13$ ).

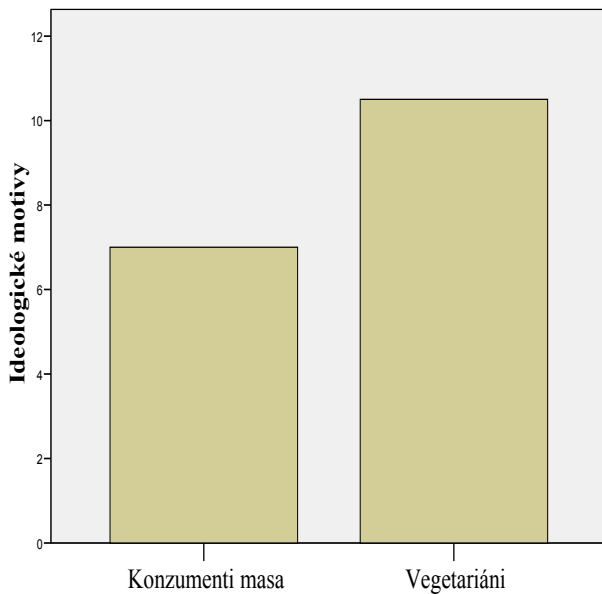
- **H1: Vegetariáni budou při výběru potravin vykazovat především tuto kombinaci motivů: nízké smyslové potěšení z jídla / vysoké ideologické motivy.**
- **H2: Osoby s kombinací motivů nízké smyslové potěšení z jídla / vysoké ideologické motivy budou vykazovat nižší SWB (subjektivní pocit životní spokojenosti) - to bude platit jak pro vegetariány, tak pro nevegetariány.**

Vegetariáni měly vyšší průměrné skóre jak v ideologických motivech (průměr = 10,5; SD = 2,4), tak v motivu smyslové potěšení (průměr = 15,3; SD = 1,7) než konzumenti masa (ideologie: 7,0; SD = 1,4 / smyslové potěšení: 12,6; SD = 1,2). Rozdíly vyšly v T-testu velmi signifikantně (p 0,002) jak pro smyslové potěšení, tak ideologické motivy. Výsledky lze tedy zobecnit na celou populaci. Vysoká signifikace je způsobena tím, že směrodatné odchylky u obou proměnných byly relativně nízké.

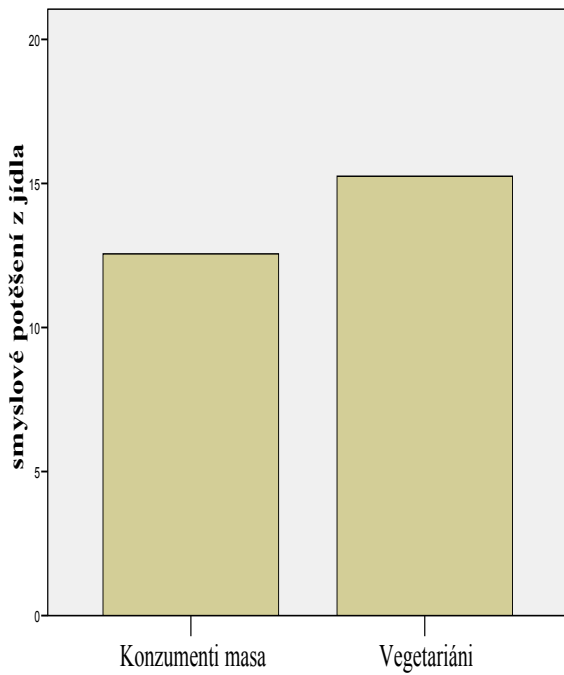
Hypotéza H1 se nepotvrdila, vegetariáni vykazovali kombinaci vysoké smyslové potěšení / vysoká ideologie. V našem vzorku se neobjevil ani jeden případ nízká radost / vysoká ideologie. V obou škálách bylo možné dosáhnout 3 – 16 bodů. Medián je 10,5 bodu. Operacionalizovali jsme vysokou ideologii a potěšení jako všechny respondenty nad 10,5 bodu a nízké pod tuto hranici. V průměrné smyslové potěšení měli všichni 11 a více bodů. V průměrné ideologii se objevovaly i hodnoty 5 bodů – možná tato škála neměří dobře ideologické motivy respondentů – anebo jsou respondenti v našem vzorku méně dbají na ochranu životního prostředí apod.

**Komentář [SJ38]:** Až na to, že to máte takové neuspořádané, je statistika zpracovaná i popsána dobře.

**Graf č.1:** srovnání skóre Ideologických motivů v závislosti na typu stravování:



**Graf č.2:** srovnání skóre Smyslového potěšení v závislosti na typu stravování:



**Literatura:**

*Empirické výzkumy:*

- Lašek, Jan (2004). Subjektivní životní spokojenost u tří věkových skupin respondentů. *Československá psychologie*, 48, 3, 215-224.
- Lindeman, M. (2002). The State of Mind of Vegetarians: Psychological Well-Being or Distress?. *Ecology of Food & Nutrition*, 41(1), pp.75-86.
- Lindeman, M., Stark, K. (2000). Loss of pleasure, ideological food choice reasons and eating pathology. *Appetite* 35, pp.263 – 268.
- Lindeman, M., Stark, K. (1999). Pleasure, pursuit of health, or negotiation of identity? Personality correlates of food choice motives among young and middle-aged women. *Appetite* 33, pp. 141–161.
- Steptoe, A., Pollard, T., M., Wardl, J. (1995). Development of the motives underlying the selection of food: The food choice questionnaire. *Appetite* 25, pp. 267–284.
- Andresen EM, Malmgren JA, Carter WB, Patrick DL. (1994). Screening for depression in well older adults: evaluation of a short form of the CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale). *Am J Prev Med.*; 10: 77–84.

*Bakalářská práce - empirický výzkum:*

- Mirčevská, Petra (2007). Kvalita života u osob praktikujících meditaci. Masarykova univerzita. Fakulta sociálních studií. Katedra psychologie.

**Přílohy:**

1 - Grobův Bernský dotazník BSV-A s úvodem

2 -Instrukce pro tazatele



**4. ...jste trpěl nechutenstvím?**

vůbec ne 1 2 3 4 velmi často

**5. ...jste měl závrat?**

vůbec ne 1 2 3 4 velmi často

**6. ...jste nemohl usnout?**

vůbec ne 1 2 3 4 velmi často

**7. ...jste byl neobvykle unavený**

vůbec ne 1 2 3 4 velmi často

**8. ...jste měl velké bolesti hlavy?**

vůbec ne 1 2 3 4 velmi často

**D.****1. Jsem schopen dělat věci stejně dobře jako většina lidí**

silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím

**2. Cítím se stejně hodnotný jako ostatní**

silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím

**3. Mám k sobě pozitivní postoj**

silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím

**E.****1. Nechce se mi nic dělat**

silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím

**2. Ztratil jsem zájem o ostatní lidi a nezabývám se jimi**

silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím

**3. Už mně nic nezajímá**

silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím

**4. Myslím si, že můj život je nezajímavý**

silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím

**F.****Stalo se vám v posledních několika týdnech, že ...****1. ...jste byl potěšen, protože se vám podařilo něčeho dosáhnout?**

vůbec ne 1 2 3 4 velmi často

**2. ...jste byl potěšen, protože vás ostatní měli rádi?**

vůbec ne 1 2 3 4 velmi často

**3. ....jste se cítil úplně šťastný?**

vůbec ne 1 2 3 4 velmi často

**4. ...jste cítil, že věci se všeobecně vyvíjejí podle vašich přání?**

vůbec ne 1 2 3 4 velmi často

**5. ....jste měl šanci vložit se do věci a zabránit nějaké hádce?**

vůbec ne 1 2 3 4 velmi často

**G.****Která z uvedených možností nejlépe vystihuje Váš způsob stravování? (zakroužkujte jen**

jednu možnost. Pokud se nehodí ani jedna z možností, vypište, které potraviny nejíte)

**1. Každodenně jím maso nebo masné výrobky****2. Maso a masné výrobky jím několikrát týdně****3. Jím bílé maso nebo ryby, vyhýbám se červenému masu****4. Jsem vegetarián – nejím žádné maso****5. Jsem laktovegetarián - nejím maso ani vajíčka****6. Jsem vegan - nejím maso, vajíčka ani mléčné produkty – jím pouze rostlinnou stravu****7. Jsem vitarián – jím pouze syrovou rostlinnou stravu****8. Jiné (napište): .....****H.****Je pro mne důležité, aby jídlo, které typicky jím ve všední den (zakroužkujte jen jednu možnost – tu, která je pro Vás důležitější):****1. mi především dobře chutnalo****2. nebylo především v rozporu s mými hodnotami (např. s etickými hodnotami nezabíjet živé bytosti)****I.****Je pro mne především důležité, aby jídlo, které typicky jím ve všední den****1. mělo pěkný vzhled**

silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím

**2. dobře chutnalo**

silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím

**3. hezky vonělo**

silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím

**J.****Je pro mne především důležité, aby jídlo, které typicky jím ve všední den****1. pocházelo ze země, se kterými souhlasím politicky**

- silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím*
- 2. bylo baleno způsobem šetrným k životnímu prostředí**  
*silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím*
- 3. nebylo v rozporu s mými etickými hodnotami týkajícími se nezabíjení zvířat**  
*silně nesouhlasím 1 2 3 4 5 6 silně souhlasím*

**K.**

**Kolik let dodržujete polovegetariánskou, vegetariánskou nebo veganskou dietu?** (Tuto otázku vyplňte pouze pokud se vyhýbáte konzumaci červeného masa - vyplňují ji i ti, kteří konzumují pouze bílé maso a ryby)

Napište (počet let): .....

**L.**

**Jaký je rok vašeho narození?**

Napište: .....

**M.**

**Jste muž nebo žena?**

1. muž
2. žena

\*\*\*\*\*

**Děkujeme Vám za spolupráci a účast na výzkumu.**

**2 -Instrukce pro tazatele:**

Každý respondent vycházející z prodejny zdravé výživy bude osloven

„1. Dobrý den, jsem dálkový student z Masarykovy univerzity v Brně, katedra psychologie. Měl / a byste xxx času na výzkum?“

Pokud respondent bude souhlasit, položí se druhá otázka

„2. Jíte

- červené maso (vepřové, hovězí atd),
- nebo jen bílé maso a ryby,
- nebo nejíte maso vůbec?

To je kvůli tomu, že bychom měli zajistit stejný počet konzumentů masa (konzument masa = odpověď 1,2 otázky G. dole) a stejný počet polovegetariánů s vegetariány (= zbývající odpovědi 3,4,5,6,7 otázky G.)

**G.**

Která z uvedených možností nejlépe vystihuje Váš způsob stravování?

1. Každodenně jím maso nebo masné výrobky
2. Maso a masné výrobky jím několikrát týdně
3. Jím bílé maso nebo ryby, vyhýbám se červenému masu
4. Jsem vegetarián – nejím žádné maso
5. Jsem laktovegetarián - nejím maso ani vajíčka
6. Jsem vegan - nejím maso, vajíčka ani mléčné produkty – jím pouze rostlinnou stravu
7. Jsem vitarián – jím pouze syrovou rostlinnou stravu
8. Jiné (napište): .....

Pokud by tedy konzumentů masa (otázka G-1,2) začalo být ve vašem vzorku více, tak vybírejte např. každého 2. nebo x. konzumenta masa a ostatním konzumentům masa dotazník k vyplnění nedávejte – mi potřebujeme hlavně polovegetariány (3 otázka G) a vegetariány (4,5,6,7,otázka G) – a k nim stejný počet konzumentů masa

Po té přečtete respondentovi úvod k výzkumu (=str. č.1 dotazníku). První strana dotazníku se bude dávat zvlášť – tu dostane respondent pro osobní potřebu, může si ji nechat (jsou tam kontakty na nás v případě zájmu o výsledky výzkumu). Ostatní strany dotazníku (str.2, 3, 4) jsou scvaknuty k sobě – a po samostatném vyplnění je respondent vhodí do zalepené kartonové krabice s výřezem. Tazatel v žádném případě neovlivňuje odpovědi respondenta. Má přiměřené oblečení a neutrální výraz v obličeji, neusmívá se příliš ani nemračí. Pokud respondent otázce nerozumí a požádá tazatele znovu o vysvětlení, tazatel otázku znovu přečte beze změny intonace a bez důrazu na některá slova. V žádném případě otázku blíže nevysvětluje a nijak neupravuje (aby respondenta neovlivnil). Pokud respondent ani po té nerozumí, dá se mu instrukce, ať tedy nevyplní žádnou odpověď a pokračuje další otázkou.

Výzkum se uskuteční ve čtvrtek 11.12.2008, tj. zítra, ve 14 hodin (pokud vám to nevyhovuje, tak v jinou hodinu dopoledne nebo odpoledne). Pokud se vám nehodí ani den, je to trochu neštěstí – tak si vyberte jiný den.

Každý z nás by měl získat 17 respondentů (3 x 17 = 51)

Pokud někdo zvládně méně než 17 respondentů – nevadí, lépe málo než vůbec nic

Data z dotazníků přepište do excelovské tabulky (nebo přímo do SPSS). Pokud nemáte excel, tak do obyčejné tabulky ve wordu. Zachovejte pokud možno formát tabulky (= nahoře v řádku čísla otázek, v levém sloupci čísla respondentů) kvůli snadnému přetažení do SPSS – jinak by se musely data ručně přepisovat.

Prázdna tabulka v Excelu pro členy týmu:

Respondent číslo	Otázka A1	Otázka A2	Otázka A3	Otázka A4	Otázka A5	Otázka A6	Otázka A7	Otázka B1
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								

### 3 – Tabulky:

Oblast	Body/Max
Formulace a zdůvodnění výzkumné otázky	(7/10)
Výzkumné hypotézy	(2/5)
Výběr vzorku	(1/5)
Metody tvorby dat	(2/5)
Design výzkumu	(3/5)
Výsledky, statistika	(4/5)
Diskuze	(0/10)
Dobrý dojem	(0/5)
<b>Celkem</b>	<b>(19/50)</b>

Mrzí mě sice, že jste selhali při sběru dat, ale není to zásadní problém projektu (jen kvůli tomu nic nevyjde sig). Vracím Vám projekt především k dopracování. Chybí mu nezbytná část – diskuze, řada informací je jinde, než má být, setkávám se i s budoucím časem.