

Abstrakt

Tato bakalářská práce vyhodnocuje proměny životního stylu mladých dospělých způsobené pandemií covidu-19. Cílem práce je pochopit, jak byla změna životního stylu spojená s pandemií prožívána a hodnocena dvěma skupinami mladých lidí – studujícími a pracujícími – v ČR a jaké trvalé změny jim přinesla do životního stylu. Z teoretického hlediska práce vychází z konceptu habitu Pierra Bourdieua. Zaměřuje se hlavně na dvě oblasti životního stylu – zdravý životní styl a volný čas. Jako jeden z velmi významných problémů zdravého životního stylu je považován sedavý způsob života, který pandemie podporovala. Hlavním jádrem této práce jsou polostrukturované hloubkové rozhovory se sedmi komunikačními partnery. Z rozhovorů s komunikačními partnery vyplynulo, že téměř polovina z nich se v době pandemie setkala s větším zásahem do jejich životní dráhy v podobě např. ztráty bydlení nebo zaměstnání. V důsledku pandemických omezení začali více preferovat domácí stravu a omezili stravování ve fastfoodových restauracích. Studující byli zasaženi více sociální izolací a sedavým životním stylem než pracující jedinci. Omezení venkovních sportovišť dodnes u některých mladých dospělých způsobilo změnu pohybových aktivit, kdy mladí preferují více pohybu v domácím prostředí a přírodě. Třem komunikačním partnerům se rozvinul při fyzické nečinnosti spojené s onemocněním koronavirem nějaký druh onemocnění. Naopak ti, kteří dodržovali zásady zdravého životního stylu byli vitální nebo dokonce pocítovali zlepšení.