

Závislost na sociálních sítích narušuje rodinnou pohodu už stejně jako alkohol

- 4 z 5 Čechů by souhlasili se zákazem sociálních sítí dětem do 15 let
- 78 % lidí je pak pro zákaz mobilů ve školách

(Praha, 13. května 2026) – Míra bezpečí se v českých rodinách meziročně nezměnila. Lidé se obávají vývoje celosvětového dění, zabývají se zdravím, včetně toho duševního, a k rodinné pohodě potřebují dobré vztahy. Potvrdil to [Velký průzkum rodin](#), který pro finanční dům UNIQA realizovala výzkumná agentura NMS. Mimo jiné odhalil i dramatický nárůst závislostí na sociálních sítích.

„Pokud chceme přinášet služby, které ulehčí život našim klientům a jejich rodinám, musíme nejprve vědět, jak rodiny žijí a co je trápí,“ vysvětluje generální ředitel UNIQA Rastislav Havran motivaci zrealizovat již podruhé v řadě sociologický výzkum života českých a slovenských rodin.

Duševní zdraví a dobré vztahy

Bez stabilního bydlení a příjmů nemůže být o pocitu bezpečí v rodinách vůbec řeč. Jsou pevným základem, stejně jako pohoda členů rodiny. Právě dobré vztahy mezi partnery, ale i s dětmi a dalšími příbuznými přispívají nejvíce tomu, že je pro nás domov bezpečným místem.

Mezi hlavní narušitele rodinné pohody pak patří práce, nedostatek času, každodenní povinnosti či finanční starosti. To, co ji narušuje ale nejvíce ze všech, jsou zdravotní problémy. „Není to dobrá zpráva, ale zároveň je to jasný signál, kde jako pojišťovna umíme hrát smysluplnou roli. Pomáháme rodinám lépe zvládat nejistotu, pojistit se na stáří nebo pro případ úrazu,“ říká Rastislav Havran.

Většina rodin (54 %) vnímá ohrožení duševního zdraví některého ze svých členů. Třetina žen dokonce považuje za nejvíce ohrožené samu sebe. Finanční ředitelka UNIQA Lucie Urválková proto na ženy apeluje: „Nesnažme se být dokonalé. Mýtus ‚superženy‘ totiž často vede spíše k přetížení než ke spokojenosti. Ženy potřebují podporu a pochopení nejen doma, ale i v pracovním prostředí.“

Zákaz sociálních sítí dětem do 15 let

Duševní nepohodu v rodině mají na svědomí i závislosti. Fenomémem poslední doby jsou sociální sítě. „Meziročně významně narostl výskyt závislosti na sociálních sítích, na někom z rodiny ji pozoruje 20 % respondentů,“ potvrzuje Prokop Vejda z NMS a dodává, že způsobený negativní dopad na rodinnou pohodu už je u sociálních sítí stejně častý jako u alkoholu.

Není proto překvapením, že zákaz sociálních sítí dětem mladším 15 let má silnou oporu veřejnosti, souhlasilo by s ním 82 % Čechů. Podobně je to se zákazem mobilů ve školách, podpořilo by ho 78 % lidí. „Přirozeně jsme se podívali i na to, co si o tom myslí mladší do 34 let – nepřekvapí, že podpora zákazů je u nich nižší, ale stále nadpoloviční. I z Čechů mezi 15 a 24 roky se zákazem souhlasí 44 %,“ říká Prokop Vejda.

Cesta zákazů je leckomu bližší možná i proto, že rodiče sami vnímají, že svým dětem často nejsou nejlepším vzorem. Co se týče používání mobilních telefonů a sociálních sítí, 53 % rodičů uvedlo, že jít příkladem je pro ně těžké.

V rodině jsme ochotní si navzájem půjčovat peníze. Až pětina půjček se ale nevrátí

(Praha, 13. května 2026) – Peníze umí v rodině někdy udělat zlou krev, ve většině případů ale platí, že jsme ochotní si pomáhat, a to i finančně. Větší částku by svým příbuzným bylo ochotno půjčit 78 % Čechů, vyplynulo to z [Velkého průzkumu rodin](#), který pro finanční dům UNIQA realizovala výzkumná agentura NMS. Nejčastěji v českých rodinách půjčují rodiče svým dospělým dětem, a to především na bydlení, ale i na nečekané výdaje.

Ekonomickou situaci řeší u rodinného stolu až 67 % lidí, zároveň ale platí, že o finanční nouzi se neradi bavíme s partnerem, natož pak se širší rodinou. Raději jsme v pozici někoho, kdo peníze půjčuje než toho, kdo si o ně říká – 68 % respondentů uvedlo, že by pro půjčení většího obnosu peněz oslovilo někoho z rodiny a zároveň 78 % respondentů průzkumu by větší finanční obnos někomu z rodiny půjčilo. Vyšší ochotu půjčovat druhým vykazují zejména lidé z rodin se středním příjmem, překvapivě také tzv. patchworkové rodiny (mající děti i z předchozích vztahů), mezi kterými jsou půjčky v rámci rodiny normalizovanější. A také tzv. empty nesters (po odchodu dětí z domácnosti), kteří jsou ochotni půjčovat v průměru nejvyšší částky: přes 50 tisíc korun by někomu z rodiny půjčilo 39 % z nich.

„Finanční rezervu si ¼ českých domácností tvoří odkládáním zbylých peněz na spořicí účet. Téměř polovina (49 %) má také penzijní spoření a více než třetina (35 %) si doma drží hotovost, nejčastěji tak činí rodiny se středně vysokými příjmy,“ říká Rastislav Havran, generální ředitel UNIQA a vysvětluje: „Hotovost doma může lidem dávat pocit kontroly, zvláště v období nejistoty. Držení větších částek doma v době inflace však peníze reálně znehodnocuje a zároveň tento způsob nechrání rodiny před nečekanými výdaji či krizovými situacemi.“

Na co si příbuzní půjčují?

Reálnou zkušenost s poskytnutím větší sumy někomu z rodiny má 44 % Čechů. Průměr největších reálně poskytnutých půjček je 150 tisíc korun (a dle průzkumu by lidé byli ochotni půjčit nejvyšší částku v průměru 210 tisíc korun). Nejvíce a nejčastěji se půjčuje na bydlení (23 %), průměrná částka tam dokonce přesahuje 300 tisíc korun.

„Druhým nejčastějším účelem půjček v rodině jsou nečekané výdaje. A to obvykle bývá nějaká nepřijemnost, v průměru nejvíce za 60 tisíc korun,“ prozrazuje finanční ředitelka UNIQA Lucie Urválková a dodává: „Právě tady vidím velký prostor pro pojištění – ať už jde o nečekanou poruchu auta nebo rozbitou pračku. Pojištění pomáhá rodinám zvládat nejen finanční dopady těchto situací, ale i stres a nejistotu, které mohou ovlivňovat každodenní fungování domácnosti.“

Zatímco v Česku nejčastěji půjčují rodiče dětem (44 % CZ, 32 % SK), na Slovensku je častější, že si větší částky půjčují sourozenci (47 % SK, 38 % CZ). V obou zemích pak každý třetí, který kdy někomu v rodině půjčil větší částku, poskytl peníze svým rodičům.

Půjčka nebo dar?

Když lidé přemýšlejí nad tím, že by svým příbuzným finančně pomohli, je pro ¾ z nich důležité, aby se jim peníze vrátily. Většina (60 %) je ale nakonec ochotná při problémech dluh odpustit. Nejshovívavější jsou rodiče dospělých dětí, které už žijí vlastní život, a mohou tak půjčku vnímat spíše jako výpomoc. Naopak rodiny s tradičním složením, které aktivně živí děti a rozvíjejí svou budoucnost, jsou k odpuštění dluhů nejméně ochotné.

Většina půjček se nakonec splatí, ale až pětina s problémy: některé pomaleji nebo později, 9 % vůbec.

Nejlepší pojistkou pro vrácení peněz v rámci „rodinných půjček“ je tak možná budování dobrých vztahů a otevřená komunikace mezi všemi členy rodiny.

Zapojit AI a roboty do péče o nemocné a umírající většině Čechů nevadí

(Praha, 13. května 2026) – **59 % Čechů je otevřeno myšlence zapojit umělou inteligenci a roboty do péče o nemocné a umírající. Prozradil to [Velký průzkum rodin](#), který pro finanční dům UNIQA realizovala výzkumná agentura NMS. Technologie by podle respondentů mohly především konverzovat a pomáhat s pohybem, avšak u citlivějších úkonů, jako je zdravotní kontrola nebo osobní hygiena, stále většinově preferují lidskou péči.**

Česká populace stárne. Přestože se lidé shodnou, že nechtějí být ve stáří nikomu na obtíž, většina spoléhá na to, že se o ně někdo z rodiny postará (loni to uvádělo 79 % respondentů, letos už 82 %).

Péče o stárnoucí příbuzné je vyčerpávající a zasahuje mnohé rodiny – každá pátá je vyčerpána péčí o nemohoucího člena. Přičemž ta největší zátěž je zejména na ženách. „S ohledem na demografický vývoj bude péče o stárnoucí blízké stále větším tématem. O to více nás překvapilo, že právě starší lidé mají k zapojení umělé inteligence a technologií do péče často otevřenější postoj než mladší generace,“ říká **Lucie Urválková, finanční ředitelka UNIQA.**

Češi jsou robotizaci péče nakloněni, přesně 59 % je otevřeno myšlence zapojit AI a/nebo roboty do péče o nemocné a umírající. A platí, že s přibývajícím věkem toto číslo roste, ve skupině 55+ vyjádřilo souhlas 64 %, zatímco ve věkové skupině do 34 let jen 44 %.

„Starší ročníky, které současnou nedostupnost institucionální péče zpravidla vnímají jako tíživější a aktuálnější problém, jsou (navzdory nižší celkové otevřenosti novým technologiím) delegaci této péče na technologie otevřenější. Vyšší vnímaný odpor mladých může vycházet z většího přehledu o potenciálních praktických i etických rizikách,“ komentuje **Prokop Vejda, analytik NMS.**

AI jako společník i trenér

Mezi činnostmi, které by podle respondentů Velkého průzkumu rodin mohl vykonávat robot nebo AI patří především konverzace a rozptýlení (57 %), užitečná by byla také pomoc s pohybem (52 %). U ostatních úkonů se ale kloní k tomu, aby je vykonával přeci jen člověk. Například zdravotní kontrolu by robot či umělou inteligenci nechalo dělat jen 18 % lidí, k podávání jídla a léků by je pustilo 43 % lidí. Osobní hygienu by pak robotům nesvětila ani třetina respondentů. Většinu potřebné péče by měl stále zajišťovat člověk. Zajímavostí je, že rodiny s vyššími příjmy věří v možnosti technologií ve všech ohledech více.

„Dlouhodobá péče je klíčovým tématem. Bezpečnost českých rodin ohrožuje obava, že se nebudou schopny postarat o nesoběstačné členy rodiny. Naši odpovědi jsou produkty pojištění dlouhodobé péče, které kryjí riziko ztráty soběstačnosti a poskytují doživotní rentu na péči. Součástí této problematiky je také investování pojištěn na českém trhu do výstavby domovů pro seniory. Cílem těchto projektů je budovat a provozovat moderní zařízení dlouhodobé péče. Ambicí pojištného trhu je vybudovat po celé České republice 20 domovů s kapacitou 2 500 lůžek do 10 let,“ připomíná **Rastislav Havran, generální ředitel UNIQA.**

Finanční instituce mají být oporou

Velký průzkum rodin rovněž prozradil, že 7 z 10 rodin by v případě ztráty blízké osoby uvítalo podporu ze strany finanční instituce. UNIQA vedle finanční pomoci vázané na produkty životního pojištění, pojištění k hypotéce či úvěru či refinancování půjček při poklesu příjmů, umí nabídnout i praktickou podporu při zvládnání smutku a traumatu. Angažuje se v osvětě v oblasti hospicové a paliativní péče a také duševního zdraví ve spolupráci s neziskovými organizacemi jako Cesta domů, Fórum mobilních hospiců, Linka bezpečí, nedávno navázala také spolupráci s organizací Srdcem Robinson a podpořila animovaný seriál Plešouni.

Poznámka:

Velký průzkum rodin, druhý ročník sociologického výzkumu života českých a slovenských rodin, realizovala agentura NMS v Česku a na Slovensku v březnu a dubnu 2026 na reprezentativním vzorku 1000 respondentů z každé země.

O finančním domě UNIQA

UNIQA působí na českém pojistném trhu už více než 30 let a patří mezi **šest nejsilnějších pojišťoven v Česku**. Na Slovensku se drží na čtvrté příčce. Po spojení se společnostmi AXA se proměnila v **česko-slovenský finanční dům**, který svým klientům poskytuje komplexní služby v oblasti pojištění, penzí, investic, stavebního spoření i hypotečních úvěrů.

UNIQA se stará o **2,8 miliony klientů v Česku a na Slovensku**. Je součástí silné mezinárodní skupiny **UNIQA Insurance Group**, která působí v **14 evropských zemích**, zaměstnává přes **20 000 lidí** a pečuje o **více než 17 milionů klientů**. Klíčovým regionem pro ni je střední a východní Evropa a domovský rakouský trh.

Máte-li zájem o další informace, kontaktujte mě:

Veronika Hešíková
Tisková mluvčí / Earned Media Senior Specialist
+420 775 214 412 / veronika.hesikova@uniqa.cz
UNIQA / Evropská 810/136, 160 00 Praha 6
uniqa.cz / [Facebook](https://www.facebook.com/uniqa) / [LinkedIn](https://www.linkedin.com/company/uniqa)