

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
Katedra psychologie Filozofické fakulty

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Olomouc 2008

Jana Živná

Univerzita Palackého v Olomouci
Katedra psychologie Filozofické fakulty

ŽIVOTNÍ PŘÍBĚHY OSAMĚLÝCH ŽEN

LIFE STORIES OF LONELY WOMEN



Diplomová práce

Autor: Jana Živná
Vedoucí práce: doc. PhDr. Alena Plháková, CSc.

Olomouc

2008

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a všechny použité
prameny řádně citovala a uvedla.

V Olomouci 31. března 2008

Obsah

Úvod	5
Teoretická část	7
1. Role příběhů v dětství	7
2. Vytváření vlastního životního příběhu	9
2.1. Vztah mezi realitou a skutečností – konstruktivismus	9
2.2. Role paměti při utváření autobiografie	10
2.3. Vytváření autobiografie z hlediska narativní psychologie	12
3. Narativní psychoterapie	13
3.1. Historická východiska narativní terapie	13
3.2. Možné pojetí příběhu v terapii	15
3.2.1. Pojetí příběhu v dynamické terapii	15
3.2.2. Kognitivně – konstruktivistický přístup	15
3.2.3. Sociálně – konstruktivistický přístup	16
3.3. Příklady využití narativní terapie	16
4. Využití příběhů ve výzkumu	19
4.1. Kategorie narativní konstrukce	20
5. Samota a osamělost	24
Výzkumná část	27
1. Předmět a cíl výzkumu	27
2. Zkoumaný soubor	28
3. Použité metody sběru dat	28
4. Průběh získávání dat	29
5. Analýza dat	31
5.1. Průběh analýzy dat	31
5.2. Lidé si mají pomáhat	31
5.3. Ještě chci založit rodinu	34
5.4. Chtělo by to změnu	38
5.5. Samotu si užívám, nekomplikuju si život	40
5.6. Už jsem všechno propásala	44
5.7. Už mi chybí jen ten partner	46
5.8. Dodnes nevím, s kým chci být	49

5.9. Mým posláním je šířit víru	54
6. Analýza dat z dotazníkového šetření	58
7. Výsledky výzkumu	59
8. Diskuse	62
9. Závěry	65
10. Souhrn	66
11. Seznam literatury.....	69
Příloha č. 1: Kopie zdání diplomové práce	71
Příloha č. 2: Anotace	72
Příloha č. 3: Interview o životním příběhu (McAdams 1993).....	74
Příloha č. 4: Dotazník PSSI (Kuhl, Kazén 2002)	76

Úvod

Příběhy mají v našich životech nezastupitelnou roli. Už od dětství se prostřednictvím pohádek dovídáme, jak to ve světě chodí, co je správné a co ne, dodávají nám víru v dobré konce. Sami se rádi o své příběhy dělíme s druhými lidmi. Pokud se můžeme dělit o příběh se šťastným koncem, jsme ještě šťastnější, pokud náš příběh smutný nebo těžký, může se nám ulevit, pokud se o něj s někým podělíme.

Máme rádi také příběhy druhých. Někde jsem slyšela myšlenku, že pokud nám náš vlastní životní příběh připadá prázdný a nudný, tím více se zajímáme o příběhy druhých. Také pokud se svým příběhem nejsme spokojeni, můžeme vyhledávat příběhy jiných. Někdy se dokonce může stát, že pro příběhy těch druhých nemáme čas ani na svůj vlastní.

Sdílení příběhů s druhými však nemusí být jen pouhý únik z našeho vlastního, ale může ten náš příběh obohatit, dát mu jiný, nový rozměr. Může našemu životu dodat prvky, které mu chybějí. Možná proto lidé tak rádi sledují příběhy, v nichž je napětí, nebezpečí, dobrodružství. Můžeme si prostřednictvím těchto příběhů zažít emoce, které bychom ve svém běžném životě běžně nezažili, ale po dočtení knihy, nebo po skončení filmu, se můžeme vrátit bezpečně zpět do svého příběhu. Jindy nám příběh může dát to, co bychom si v životě přáli. Zejména ženy tíhnou k příběhům plným romantiky a lásky. V každém případě však máme rádi, pokud příběhy končí dobře, dodává nám to naději, že i ten náš příběh bude mít šťastný konec.

Původně jsem se ve své práci chtěla zabývat lidmi, kteří se rozhodli žít jako svobodní, ale napadlo mě, že určitě jsou lidi, pro něž samota nebyla tak úplně dobrovolná. Jak se vyvíjí příběhy lidí, kteří dejme tomu ve třiceti chtěli být sami. Jsou se svým rozhodnutím spokojeni? Opravdu zůstávají sami po celý život, nebo si najdou partnera později? Říká se, že pokud člověk nevstoupí do manželství jako mladý z lásky, tak později z rozumu už by to nikdy neudělal. Je to pravda? Tyto a mnoho dalších otázek mě přivedlo k celkovému zaměření této diplomové práce.

Samota a osamělost je v literatuře málo probíraným tématem. Ve své práci jsem se zaměřila na ženy, které žijí samy. Jejich životní příběhy mohou být

zdrojem inspirace, mohou být i zdrojem ponaučení. Mohou nás přivést i k přemýšlení o svém vlastním příběhu.

Teoretická část

1. Role příběhů v dětství

Příběhy hrají důležitou roli už od počátku našeho života, s rozvojem řeči se také rozvíjí schopnost dítěte příběhy vnímat a zároveň také příběhy reprodukovat, pomocí příběhu se dělit o své zkušenosti s lidmi ze svého okolí a později si dokonce vymýšlet fantasijní příběhy vlastní.

Aby se dítě správně rozvíjelo, mělo by se setkávat s příběhy, které mu pomáhají podněcovat představivost, pomáhají mu rozvíjet rozumové schopnosti a vyjasňovat mu jeho pocity, být v souladu s jeho úzkostmi a tužbami, brát vážně jeho těžkosti a zároveň nabídnout řešení problémů, které dítě nejvíce matou. Musí se zkrátka vztahovat ke všem stránkám jeho osobnosti zároveň a to tak aby dětské trampoty nesnižoval, ale naopak doceňoval jejich závažnost a v dítěti zároveň podporoval sebedůvěru a důvěru v budoucnost. Tato kritéria velice dobře naplňují příběhy lidových pohádek (Bettelheim, 2000).

Bettelheim ve své knize Za tajemstvím pohádek popisuje význam pohádek pro rozvoj dětské psychiky, přičemž vychází z psychoanalýzy. Podle psychoanalýzy pohádky obsahují důležitá sdělení pro vědomou, předvědomou a nevědomou mysl, tím že pojednávají o všeobecných lidských problémech, zejména o těch které zaměstnávají dětskou mysl – rozvíjejí Já a ulevují předvědomým a nevědomým tlakům. Dítě většinou pohádkám nevědomě rozumí a chápe, že jsou symbolické a ne reálné. Pohádky svá poselství nikdy nevysvětlují, ale podněcují dětskou představivost, aby si je dítě vysvětlilo, jak v té chvíli potřebuje.

Dětem pomáhají zvládat psychologické problémy růstu (narcistická zklamání, oidipovské dilemata, sourozeneckou žárlivost, vzdání se dětských závislostí, získání pocitů vlastní jedinečnosti...). Týkají se vnitřních pochodů, které se odehrávají v jednotlivci. Dávají dítěti symbolický návod, jak s obtížemi nakládat a přitom bezpečně růst do dospělosti. Můžou pomoci dětem zvládat tlaky, které jsou příliš rozporuplné a složité nebo nebezpečné a společensky

odsuzované, tím že si je v sobě prostřednictvím pohádek prožijí ve fantazii nebo si na pohádku hrají.

Dítě si z pohádek vybírá postavy, se kterými se identifikuje, podle toho které mu jsou sympatické, což mu také může pomoci, aby si ve fantazii vynahradilo všechny své skutečné či domnělé tělesné nedostatky (*být nejmocnější a nejkrásnější*).

Také autorka knihy Psychologický výklad pohádek Marie-Luise von Franz o pohádkách píše: pohádky jsou nejčistším a nejjednodušším výrazem kolektivně nevědomých procesů. Jejich hodnota pro vědecký výzkum nevědomí tedy převyšuje hodnotu všeho ostatního materiálu. Pohádky zobrazují archetypy v jejich nejjednodušší, nejhutnější a nejpřesnější podobě. V tomto čistém tvaru nám archetypové obrazy poskytují nejlepší návod k porozumění procesům, které se odehrávají v kolektivní psyché. V mýtech, ságách nebo jiném komplikovanějším mytologickém materiálu jsou základní vzorce lidské psychiky překryty dalším kulturním materiálem. V pohádkách je naproti tomu specifického, vědomého, kulturního materiálu daleko méně, takže se v nich základní vzorce psyché zračí jasněji. (Franz, 1998)

2. Vytváření vlastního životního příběhu

2.1. Vztah mezi realitou a skutečností – konstruktivismus

Při vytváření příběhu o našem životě se opíráme o informace z vnějšího světa, ale naše vyprávění není jen pouhým sledem faktických údajů a dat, ale významnou roli hraje také to, jaký význam jednotlivým událostem dáme, jak je seřadíme a také to jaké události vybereme.

Narativní psychologie se opírá o myšlenky konstruktivismu, který se zabývá vztahem mezi realitou a poznáním ve vývojové perspektivě. Dochází k poznání, že organismus není nikdy schopen poznat, popsat nebo zrcadlit realitu, ale že je schopen pouze konstruovat, sestavovat modely světa. Tyto modely se pak více, nebo méně hodí, více nebo méně padnou. Takové modely, které zahrnují i pojmy jako mapa, vzorec, paradigma apod., vznikají při interakcích organismu s prostředím a podléhají vývojovým principům výběru. Tradiční epistemologie vidí poznání jako odraz reality, existující nezávisle na pozorovateli. Radikální konstruktivismus naopak tvrdí, že každý výrok o skutečnosti je primárně a především výrok pozorovatele. Proto také právem mluví o tomto stupni poznání jako o epistemologii pozorovatele (Špitz, 1996).

Pro sociálně konstruktivistickou perspektivu nemá smysl pokoušet se porozumět druhé osobě nebo sobě sami odděleně od tradic, ve kterých žijeme. To ovšem neznamená, že lidské chování je determinováno nebo kontrolováno sociálním okolím; individuální a kolektivní činitel procesu spoluvytváření reality jsou všudypřítomný. Tendence většiny teorií psychologie a psychoterapie přehlížet sociální zkušenost, může být interpretována jako forma sociální kontroly, která umožňuje izolovat lidi z kolektivu jako zdroje podpory a odolnosti. (McLeod, 2004)

Francouzský sociální vědec a filozof Michael Foucault hovoří o množině diskursů, neboli promluv ve společnosti, které se v každé době vytvářejí ve vztahu k různým fenoménům, a obrací pozornost na způsob, jakým získávají nebo ztrácejí ve společnosti vliv. Naše subjektivní prožívání se utváří také v těchto mnohočetných diskurzech o tom, co je a co není správné, vhodné, nebo „módní“. Jeden typ diskursu může dominovat tak, že jeho vliv na naše životy je určující, a tak omezuje jiné volby. Můžeme pak prožívat stav, že sice nejsme spokojeni, ale že nemůžeme nic změnit (in Gjuričová, Kubička, 2003).

2.2. Role paměti při vytváření autobiografie

Paměť je schopnost člověka uchovávat informace, podržet je a v případě potřeby si je opět vybavit. Při vytváření autobiografie hraje paměť důležitou roli. Paměť však není zcela neměnná, během uchovávání informací dochází k tomu, že jsou přeskupovány, pozměňovány, případně jsou některé informace zapomenuty.

Model paměti představuje tři hlavní pamětní systémy: prchavá senzorická paměť, krátkodobá, aktivní vědomá paměť s omezenou kapacitou a dlouhodobá paměť s hypoteticky neomezenou kapacitou (Plháková, 2003).

Senzorická paměť krátkodobě uchovává informace přicházející ze smyslů. Během tohoto krátkého časového intervalu jsou informace vyhodnocovány, jako důležité, nebo nikoliv. V krátkodobé paměti pracujeme s informacemi, které momentálně potřebujeme ke svým aktivitám. Mohou to být též informace vyvolané z dlouhodobé paměti.

Z hlediska modelu Atkinsona a Shiffrina je dlouhodobá paměť relativně pasivní komponentou paměti, která slouží k uskladnění obrovského množství informací. Někteří teoretici se domnívají, že její kapacita je téměř neomezená. Hovoří se o milionech až miliardách informačních jednotek. Jednou komponentou dlouhodobé paměti je sémantická paměť, která obsahuje faktické znalosti o světě, obsahem jsou tedy abstraktní i konkrétní pojmy a rozmanité faktické znalosti, které vyjadřujeme pomocí jazyka. Tyto informace jsou sice uchovávány v rámci nějaké epizodické situace našeho života, okolnosti, za kterých jsme si informace osvojili, jsou však zapomenuty (Plháková, 2003).

Další komponentou dlouhodobé paměti je epizodická paměť, kde jsou uchovávány vzpomínky na různé události, které jsou prostorově umístěny, časově datovány a subjektivně prožívány. Součástí epizodické paměti je i tzv. autobiografická paměť, v níž uchováváme vzpomínky na různé osobní zážitky, jež se odehrály v různých údobích života.

Nejtrvalejšími obsahy autobiografické paměti jsou vzpomínky na osobní zážitky, které měly výrazný emocionální doprovod. Ke stálým obsahům epizodické paměti jsou vzpomínky na významné životní události, jako jsou první den ve škole, přijímací zkoušky, maturita, promoce, svatba, atd. Natrvalo jsou v ní uloženy také vzpomínky na zážitky intimní povahy. Události tohoto druhu člověk uchovává v mysli po celý život, a to s mnoha podrobnostmi. Zdá se však, že tyto detaily

podléhají určitým změnám, takže si je z paměti nevybavujeme zcela přesně (Plháková, 2003).

Na vzpomínky může mít vliv selektivita paměti, to znamená, že paměť člověka má výběrový charakter a proto při zpracování informací hraje významnou roli selektivita jednotlivce. Jedním z prvních experimentů, který tento jev potvrdil, byl výzkum C. A. Lynche, který předkládal účastníkům výzkumu pozitivně, negativně a neutrálně modulované podněty, a při reprodukci výsledky naznačily mírnou převahu pozitivních pojmů. Počet negativních a neutrálních pojmů byl přibližně srovnatelný. Bylo však zjištěno, že na selekci vzpomínek má vliv také sebeobraz jednotlivce. U lidí s kladným sebehodnocením bylo experimentálně ověřeno, že se učí snadněji pozitivně orientovaný materiál, než lidé s negativním sebehodnocením (in Ruisel, 1988).

Se selektivitou paměti souvisí také sebepřisuzování. V každodenním životě lidé často zpracovávají informace tak, že je vztahují na sebe. Jestliže vybavování z paměti vychází z podobnosti nové informace s informací již uloženou, sebepřisuzovací proces obsahuje přirozenou tendenci k potvrzení uložených vzpomínek a jejich významu (Ruisel, 1988).

Vzpomínáme-li na minulost, počínáme si spíše jako autoři autobiografického románu, než jako videokamera, která přesně zaznamenává průběh děje. Potencionálním zdrojem zkreslování vzpomínek je subjektivní potřeba mít o sobě dobré mínění. Sebepojetí lze považovat za důležité intrapsychické schéma, které ovlivňuje reprodukci obsahů uložených v epizodické paměti (Plháková, 2003).

K autobiografickým vzpomínkám patří také rané vzpomínky z dětství. Podle Adlerovy teorie má období raného dětství velký význam, jelikož vytváří cíle a postoje pro další život. Osobnost dítěte a následně i dospělého člověka poznamenává spíše apercepce a interpretace než objektivní faktory samy o sobě. Subjektivní aspekty jsou pro vývoj základní a jsou důležité pro způsob, jakým člověk v dospělosti vzpomíná na své dětství. Adleriáni předpokládají, že si člověk vybírá a pamatuje ty události z dětství, které posilují jeho základní přesvědčení o sobě samém i o světě. Zároveň však není důležité, zda se ona událost skutečně stala, ale spíše to, že daný člověk věří, že se jedná o skutečné a pravdivé historické události. Rané vzpomínky tvoří vzor a téma. Adler zjistil, že životní styl člověka je po mnoho let stabilní. Po určité době sice může člověk zařadit do svých

raných vzpomínek jiné události, ale projevil by se v nich stejný životní cíl a stejné pojetí života (Dreikurová – Fergusonová, 1993).

2.3. Vytváření autobiografie z hlediska narativní psychologie

Z pohledu narativní psychologie si lidé utvářejí minulost v příbězích, které vyprávějí v přítomnosti. Minulost lze změnit tak, že se vytvoří nová vyprávění, či příběhy. Z hlediska narativní psychologie neexistuje objektivní realita. Realita, v níž žijeme je naším příběhem. Empirická realita se považuje za objektivní, časově určenou, takže nakonec můžeme všichni poznat tutéž realitu. To však z hlediska narativní psychologie není možné. Svět potřebuje různorodost, ne identičnost. Dokonce i identická dvojčata nemají shodnou identitu, shodnou osobnost. Každý člověk a tedy i klient má svůj jedinečný příběh. Jedním z divů vyprávění je to, že jsou otevřená, nepřerušovaná, nikdy nekončící. Historické a vědecké příběhy jsou otevřené, nepřerušované a proměnlivé. Jak se mění naše příběhy, měníme se i my. Jestliže chcete znát svou identitu, realitu toho, kdo jste, nehledejte v teorii, kterou vytvořil někdo jiný. Podívejte se na další kapitulu svého vlastního příběhu (Prochaska, Norcross, 1999).

3. Narativní psychoterapie

Pod názvem narativní terapie zahrnujeme různorodé terapeutické praxe, které se rozvíjejí od konce 80. let. Sdílejí klíčovou metaforu terapie jako vyprávění životního příběhu a jeho převyprávění. Dále sdílejí názor na terapii jako na konstrukcionistickou praxi, v níž se nové diskursy o sobě samém považují za vytvářené, konstruované, a nikoliv objevené. Narativní terapie využívá řadu podnětů a vnáší je do jazyka terapeutického rozhovoru. Lidská identita se vytváří a proměňuje především v sociálních diskurzech a terapie se může stát prostředím, ve kterém se mohou zpochybnit a dekonstruovat některá přesvědčení o sobě a hledat nové aspekty vlastní identity. Terapeuti hledají za negativním osobním přesvědčením nejen další významy konkrétních interakcí, ale také inkonsistence v klientových argumentech, hledají i souvislosti se sociálně vytvořenými sdílenými přesvědčeními (Gjuričová, Kubička, 2003).

Z konstruktivistického hlediska může být psychoterapie pojímána jako kulturní prostor, ve kterém lidé, kteří prožívají těžkosti, nebo napětí, mohou konstruovat, nebo dekonstruovat význam osobní identity a svého místa ve světě. Psychoterapie existuje současně se spoustou dalších kulturních prostor, ve kterých může být identita pozměněna, například na pracovišti, náboženské společnosti, politická organizace a při sportu. Význam psychoterapie jako prostoru pro práci sama na sobě je v tom, že je to zpětná výzva lidem, kteří hledají poznání, aby prozkoumávali a definovali kulturní předpoklady, které nabízejí odpovědi na otázky, na které tito lidé hledají odpovědi.

Narativní terapie je založena na předpokladu, že jazyková forma, které lidé rozumějí svým životům je vyprávěná, neboli narativní forma. Narativní psychologie pojímá život člověka bez kategorií. Raději než ukázat člověka jako muže s depresí, nebo jako anorektičku, ukazuje narativní terapie člověka jako unikátní historii. (Polkinghorne 2004)

3.1. Historická východiska narativní terapie

Psychologie se na počátku své historie pokoušela o objektivní poznání světa, o odhalení zákonitostí. Právě empirická a experimentální orientace

napomohla tomu, že se mohla psychologie vydělit z filozofie jako samostatný obor (Plháková, 2006).

Přestože ne všechny směry v psychologii se opírají čistě o empirii a mnohé z nich navazují na myšlenky filozofů, narativní psychologové vyčítají psychologii velkou míru mechaničnosti. Jak jsem se již zmínila, narativní psychologie vychází z teorie konstruktivismu a konstruktivisté tvrdí, že věda je jen sociální konstrukcí. Rozdílní vědci v různých dobách a v odlišných sociálních kontextech vytvořili zcela rozdílné teorie reality. Teoretická různorodost je permanentním stavem odrážejícím složitost a individualitu jednotlivých klientů. Klienty nelze vměstnat do soustavy univerzálních zákonů či principů, které by vysvětlovaly jedinečnost osobnosti a psychopatologie (Prochaska, Norcross, 1999).

Narativní psychologie mohla vzniknout na základě celkového obratu k jazyku, který v 80. letech proběhl v západních společenských vědách. Jedním ze zakladatelů tohoto směru byl Theodore Roy Sarbin (1911 – 2005) který editoval dnes již klasické dílo „Narrative psychology: The storied nature of human conduct“, vydané v roce 1986. Sarbin zde postavil do protikladu metaforu stroje, která tehdy převládala v hlavním proudu psychologie, a metaforu vyprávění. Podle Sarbina nám při popisu sebe sama i ostatních poskytuje základní vodítko narativní zápletky. Ať už se jedná o formální životopisy nebo o autobiografii, psychoterapii, sebeodhalení, či zábavu, nikdy se nespokojíme s pouhým popisem sekvencí událostí, ale vždy v nich vytváříme určitý příběh (Plháková, 2006).

Michael White a David Epton převedli myšlenky narativní psychologie do rodinné terapie. White spojil tradiční koncepce založené na lidské individualitě se systemickým rámcem, který je centrální téměř pro všechny typy rodinné terapie. White se domnívá, že proces aplikace psychiatrických diagnóz na klienty a přetváření lidské jedinečnosti do terminologie těchto diagnostických označení, je mechanistická metoda. Mechanistická metoda jako diagnostická klasifikace přetváří člověka (subjekt) na věc (objekt) (Carr, 2003).

Také Polkinghorne uvádí, že narativní terapie vzešla z práce s manželi a rodinami. Zabírala oblast, která byla mimo hlavní proud psychoterapie, výzkum, klinickou praxi. Teorie narativní terapie má tak blízko k postmoderní filozofii, že někteří narativní terapeuti ji označují jako postmoderní terapii. Tato terapie pak staví na tendenci klást důraz na silné stránky klienta. Je to obrat od zaměření pozornosti na klientovy nedostatky a slabosti k hledání jeho silných stránek, které

mu mohou pomoci řešit jeho problém. Narativní terapie je také postavena na partnerství mezi klientem a terapeutem. Terapeut také přijímá konstruktivistický přístup k přijetí jednotlivých významů. Spíše než na chování a vztahy mezi jednotlivými členy rodiny se zaměřuje na význam těchto událostí pro jednotlivé členy rodiny. Zároveň narativní terapie předpokládá, že pokud klient změní svůj životní příběh, změní se i významy, které daný příběh interpretuje (Polkinghorne, 2004).

3.2. Možné pojetí příběhu v psychoterapii

3.2.1. Pojetí příběhů v dynamické terapii

Východiskem psychodynamické terapie je jádrový příběh nebo stěžejní model životního příběhu, který slouží jako zdroj možných výkladů individuálních životních příběhů – například mýtus hrdiny, nebo Oidipův mýtus. Využity mohou být staré řecké mýty, biblické příběhy, ale také pohádky, nebo dokonce soap-opery. Přesvědčení o vlivu mýtu na individuální příběhy je založeno na argumentu, že jejich opakované vyprávění, či převyprávění je tak časté, že mají vnitřní potenciál vyjadřovat základní pravdy o lidské existenci. Představiteli tohoto přístupu jsou například Donald Spence a Roy Schafer (Čermák, 2004).

3.2.2. Kognitivně – konstruktivistický přístup

Tento přístup se vyvinul z kognitivní terapie a je ovlivněn psychoanalytickými idejemi. Nevědomé mentální obsahy jsou chápány jako iracionální víra. Vývoj v posledních dvaceti letech se ubíral směrem, který je znám jako konstruktivismus a který klade důraz na kapacitu člověka aktivně konstruovat významy prostřednictvím zpracování kognitivní informace. Terapie je výrazně ovlivněna psychologíí osobních konstruktů. Klíčovým pojmem kognitivního přístupu k narativní terapii je koncept příběhu jako reprezentace. Lidé reprezentují svět nikoli podle statistických obrazů nebo představ ve svých myslích, ale prostřednictvím schémat nebo scénářů, které mohou být pochopeny jako

dynamické sekvence jednání, jež vykazují vztahy k externím objektům. Příběhy jsou zde prostředníkem získání přístupu k významu (Čermák, 2004 s. 38).

3.2.3. Sociálně – konstruktivistický přístup

Postmoderní pojetí světa je založeno na předpokladu, že neexistuje žádná objektivní, na lidském jednání nezávislá realita. Proto je důležité zaměřit se spíše na to, jak lidé v rodinách a v širších segmentech kultury vyjednávají o moci, vědění a tzv. pravdách a jak se v těchto diskursivních jednotkách eventuálně dosahuje konsenzu. Příběh je pro sociální konstruktivisty způsob vědění. Vědění je organizováno do narativních jednotek implikujících vztažný svět. Příběh, může být vytvořen vypravěčem nezávisle na posluchači, ale existovat může pouze mezi vypravěčem a posluchačem, pro něhož je vytvořen a kterým je do určité míry také vyvolán. Příběhy nesou přímou a nepřímou informaci o kulturní a sociální lokaci vypravěče. A naopak příběhy mají vliv na identitu a sociální kontext (Čermák, 2004).

3.3. Příklady využití narativní terapie

Při prvním setkání terapeuta s rodinou nebo samostatným klientem se terapeut snaží porozumět tomu, jaký význam má příběh pro ně samé. V rámci terapeutického rozhovoru terapeut naslouchá, sděluje zpět své porozumění. Využívá nejasností v příběhu vyprávějícího klienta k otevírání prostoru pro aspekty příběhu, které ještě nebyly vysloveny a tak objeveny. Tím, že se terapeut ptá na nějaká nová hlediska příběhu, klient jej začne zkoumat jinak než dosud. Problém a životní příběh začnou být v této situaci odlišné. Cílem terapie není vytvořit příběh, který terapeut považuje za uspokojivý, ale spíše pomoci klientovi začít tvořit vlastní možný životní příběh. Hlavní síla narativního přístupu spočívá v objevu možnosti, které dává kontakt s pozitivním příběhem o sobě samém a jeho vyjádřením (Gjuričová, Kubička, 2003)

Jiný způsob jak využívat příběhy v terapii nespočívá v posunování významu příběhu klienta, ale pomoci klientovi k novému náhledu na jeho situaci

prostřednictvím příběhů ať už například orientálních, které využívá Peseschkian, nebo jak pomocí pohádek, které navrhuje polská psycholožka Maria Molicka.

Roli příběhu ve výchově dětí zdůrazňuje Peseschkian, který používá příběhy ve své pozitivní psychoterapii. V knize Příběhy jako klíč k dětské duši popisuje roli příběhů při terapii problémů dětí a celé rodiny. Příběhy zde nepoužívá jen k objasnění psychických problémů, ale také problémů psychosomatických. Fantazie a intuice jsou nepostradatelnými nástroji pozitivní rodinné terapie. Příběhy slouží k tomu, aby zprostředkovaly odstup od problémů a nové možnosti plynoucí ze změny stanoviska, ale také k tomu, aby vystihly dynamiku. A právě děti jimi mohou být motivovány ke spolupráci přiměřené jejich věku. Většinou velmi rychle chápou, o co jde, a déle vytrvají. Podobenství jsou totiž obrazy zachycené jazykem. A jak známo, člověk nemyslí jen v abstraktních a teoretických pojmech. Toto poznání přivedlo autora k tomu, aby do terapeutického procesu zahrnul názorné myšlení, tedy i mytologické příběhy a bajky jako pomůcky porozumění. Autor se pokusil o spojení moudrosti a intuitivního myšlení Východu s novými psychoterapeutickými poznatky Západu (Peseschkian, 1998).

Maria Molicka ve své knize Příběhy, které léčí, představuje tzv. terapeutické pohádky, které pomáhají dětem snižovat jejich úzkost. Účinek terapeutických pohádek potvrdila ve svém výzkumu na hospitalizovaných dětech. Pohádky lidové slovesnosti autorka považuje za málo aktuální, protože svět, který obklopuje děti dnes, je jiný než před stovkou let a také hodnoty, které jsou společností nabízeny, jsou jiné. V klasických pohádkách je na úspěch nahlíženo z hlediska uzavření výhodného manželství nebo změny společenského postavení (ze sedláka na krále). Autorka však uznává, že prvky jako například, že hrdina najde vždy řešení ze svízelné situace, jsou univerzální a stálé.

Terapeutické pohádky pak autorka staví na základě situací, které vyvolávají v dětech úzkost. Při práci s příběhem pak využívá prvků konkretizace a racionalizace úzkosti, posilování pocitu vlastní ceny, učení se pozitivnímu myšlení, opakování a spojování podnětů vyvolávajících úzkost s podněty, které navozují pozitivní emoční reakce. Tematicky se pak pohádky zaměřují na odloučení od rodičů, na začlenění do kolektivu, na nečitelnost vztahů v rodině, na strach ze smrti a na téma zdravotních problémů (Molicka, 2007).

Chvála a Trapková využívají životních příběhů klientů ve vztahu k nemoci. Hledají jaký význam má psychosomatické onemocnění na rodinu jako systém, ale také jaký význam má v životě jednotlivce. Sledují, za jakých okolností nemoc vznikla, co ji podporuje, ale především, jaký má význam v rodinném systému jak jej pozměňuje. Na základě tisíců příběhů pak autoři dospěli k poznání že „... patrně neexistuje choroba, která by svým smyslem nezapadala do příběhu člověka...“(Chvála, Trapková, 2004 s. 48).

4. Využití příběhů ve výzkumu

Narativní výzkum soustředí svou pozornost na biografickou zkušenost a její význam, příběh se tak stává prostředkem a zároveň i cílem výzkumu. Narativní analýza bere jako objekt výzkumu samotný příběh jedince, zahrnuje též vše, co se stává s naším příběhem a příběhy jiných výzkumníků, ale také jak do konstrukce narativního obrazu vstupují příběhy osob, se kterými jsme se doposud setkali.

Příběh je tak nositelem interpretace, mnohdy tacitní (nevědomá, skrytá, neverbalizovaná), neviditelné, je tudíž jak faktem, tak interpretací. Jedinec konstruuje minulé události a jednání v osobních narativních jednotkách, aby dal najevo určitou identitu a způsob i výsledek tvorby svého života. Jedinci se tak stávají autobiografickými narativními jednotkami (narativitami), kterými sdělují něco o svém životě. Tyto privátní konstrukce jsou obvykle lapeny do sítí životních příběhů komunity, hlubších struktur týkajících se podstaty života člověka jako takového. Jedinec navíc určuje sám, co je zahrnuto a co vyloučeno z narativizace, jak jsou události řazeny do děje a jaký význam je jim přisuzován. (Čermák, 2002)

Je třeba si uvědomit, že každé vyprávění je výrazem také situace a kontextu, v němž je produkováno jedná se tedy o konstrukci dílčí, tedy jednu z mnoha možných verzí ztvárnění života. Na základě tohoto faktu pak můžeme narativní výzkum označit jako interpretaci interpretace, jako rekonstrukci konstrukce, či jako převyprávění vyprávění.

Vyprávění o životě není pouhou osobní anamnézou, má spíše literární povahu, která nás svádí zaplnit vyprávění postavami, zápletkami, může nás vést k nějaké pointě a uplatňovat vztah mezi minulostí, budoucností a přítomností. K analýze těchto dat pak schází jednotný klíč a nelze touto metodou získat standardní výsledky. Není zde pouze jediná absolutní pravda o lidské realitě, ani jediný správný způsob interpretace textu.

Podle Chrze by data měla být interpretována z hlediska významu, které jim dávají ve své konstrukci vyprávějíci. Výzkumník by se měl skrze své převyprávění snažit uchopit předvést a zvýraznit struktury dávání významu zkušenosti jako struktury narativně konstruované. Narativní výzkum tedy umožňuje vidět za růzností lidských přání a záměrů jednotu příběhu. Umožňuje vidět subjekty autobiografických vyprávění jako jednající postavy pohybující se v prostoru a čase, jako aktéry a příjemce akcí druhých. Umožňují vidět, že lidská přání a záměry

dostávají svoji podobu a tvar prostřednictvím dějových souvislostí, zápletek a figur, od nichž odvozuje svoji kontinuitu, směřování a smysluplnost. Umožňuje vidět vyprávějících jako subjekty reflexe schopné ztvárňovat život z určitých hledisek. A v neposlední řadě umožňuje vidět akt dávání významu jako dialogický proces. (Chrz, 2004)

4.1. Kategorie narativní konstrukce

Jedním z výzkumníků, kteří se pokusili vytvořit metodu analýzy životního příběhu je americký psycholog McAdams, který vidí příběh jako metaforu ztvárnění identity. Hlavními komponentami modelu McAdamse jsou klíčové události, hodnoty a přesvědčení, perspektivy a cíle a sebeobrazy. Všechny tyto čtyři kategorie lze charakterizovat prostřednictvím tzv. tematických linií. Téma či tematická linie jsou pojímány jako určitý opakující se vzorec lidských přání a záměrů. Vývoj identity spočívá ve způsobu, jakým jsou různé motivy předkládány do centrálních témat životního příběhu (Miovský, 2006). Vyprávění našeho života strukturujeme do významných zážitků našeho života – klíčových událostí. Tyto události mohou být pozitivní, nebo negativní, mohou způsobit obrat v našem životě, nebo naopak potvrdit jeho stálost, kontinuitu. Podle toho jaké klíčové události vybereme, dáváme našemu životu směr. Hodnoty a přesvědčení jsou naše názory a přesvědčení týkající se vnějšího světa, ve vyprávění nejsou většinou naplno vyjádřeny. Výjimečnost příběhu spočívá v tom, že spojuje minulost, přítomnost i očekávanou budoucnost v jeden celek. Jak jedinec svůj příběh vypráví, vytváří ze svého života kontinuum a potvrzuje svou roli v něm. Perspektivy se dají zjednodušeně označit jako plány do budoucna. Poslední kategorie sebeobrazy jsou podle McAdamse zidealizované, zjednodušené představy o sobě. Sebeobrazy jsou jedinečné a definují, jak se jedinec liší od ostatních a vztahují se hlavně k osobě vypravěče. Zatímco předchozí tři kategorie příběh rozčleňují a analyzují, sebeobrazy jej opět sjednocují do původní podoby (McAdams, 1993).

McAdams ve svém výzkumu při určování sebeobrazů často objevil sebeobrazy dva, které byly protikladné. Tady můžeme přirovnat myšlenku o více současně existujících sebeobrazech k chápání identity k jakémusi internalizovanému dialogu. Na tomto dialogu se podílí více vnitřních hlasů, které

potom dávají dohromady příběh. McAdamsova kategorie sebeobran tedy smysluplně shrnuje obsah životních příběhů a dává jim určité sjednocující téma. (Daněčková, 2004)

Chrz ve svých pracích nabízí více kategorií, na základě kterých lze příběh analyzovat. Podobně jako McAdams je jednou z kategorií životní téma, píše o něm, jako o výchozí kategorii narativní konstrukce, pro určitou snadnost identifikace. „Látka“ témat je však v životě vždy nějakým způsobem ztvárněna, přičemž kategorie tématu sama o sobě ještě nepostihuje, co je podstatou tohoto ztvárnění. Proto je třeba nahlédnout na způsoby ztvárnění života či zkušenosti také z dalších hledisek.

Další kategorií je ztvárnění jednání. Ve vyprávění o životě i v „žitém vyprávění“ se člověk situuje do určitých pozic, v nichž přijímá jistou míru odpovědnosti za to, co dělá, v kontextu toho, co se děje. Rozvrhuje určité uspořádání sebe a druhých jakožto aktérů či příjemců akcí. Toto jednání má důvody, mít důvod obvykle znamená mít záměr, či cíl, být si do jisté míry vědom toho, o co se jedná, a mít přitom určitou míru svobody. Podstatnou mírou narativní konstrukce je, že zdůvodňuje a ospravedlňuje jednání a zhodnocuje cíle, k nimž toto jednání vede.

Toto jednání se pak projevuje prostřednictvím zápletky nebo konfigurace. Aby bylo možné hovořit o zápletce, je třeba, aby alespoň některé události vyplývaly jedna z druhé. Přitom podstatná část takového vyplývání či kauzality je charakteristická tím, jak již bylo zmíněno, že řád vyprávění, je řádem důvodů a záměrů. Zápletka dává naší zkušenosti souvislost a směřování. Prostřednictvím narativní konstrukce je životu vtiskován celkový tvar, zkušenost se stává konfigurací. V narativním výzkumu je třeba uchopit také komplexnější typy narativních konfigurací, které představují určitou logiku, či perspektivu života. V tomto směru se ukazuje jako užitečné využití typů zápletek, které v rámci literární teorie zformuloval Frye (2003). Podle tohoto pojetí existuje několik základních archetypálních perspektiv ztvárnění života, které odpovídají klasickým žánrům: komedii, romanci, tragédií a ironii.

Perspektiva komedie je nesena důvěrou ve šťastný osud. Principem komedie je „smíření“, nic není tak hrozné jak se původně zdálo, nakonec se všechno nějak vyřeší a dobře to dopadne. Figurálním základem komedie je odstranění strnulé překážky, komické rozuzlení často spočívá ve zjištění, že nic

nebrání dosažení našich tužeb. Podstatným prvkem komedie je osvobození od vnějšího, omezujícího zákona. Komedie je pohybem směřujícím začlenění do (nového) společenství, typickou figurou závěru komedie je svatba, oslava, nebo hostina.

V logice romance je to, oč v životě běží, třeba vybojovat, zachránit, či vysvobodit. Život je překonáváním omezeného, povznášením přízemního, následováním více, či ideálu. Základními figurami romance jsou boj, osvobozování, překonávání, hledání, dobrodružná cesta, výstup, povznášení, nebo vnášení světla do tmy. Rozvržení postav často připomíná černé a bílé figurky na šachovnici, jedná se o boj na straně dobra proti silám zla. Archetypem romance je boj hrdiny s drakem, který vede k získání zlatého pokladu.

V perspektivě tragédie je život troskotáním, katastrofou, či pádem. Zatímco komedie je založena na smíření překonávajícím překážky, perspektiva tragédie představuje určité vyhrocení, život je ztvárněn jako narážení na hranice osudu, na hranice nepřekonatelného a nezměnitelného. Stěžejními figurami tragédie jsou pád, spoutání, nebo nepřekonatelné hranice. Život je chápán a žit jako spoutání či jako řada neúspěšných pokusů vymanit se z pout různých omezení.

Podstatou perspektivy ironie a zároveň její základní figurou je snižování. Zatímco romance představuje pohyb směrem k vizi nebo ideálu, ironie je ztvárněním života z hlediska deziluze, skepse a rezignace. Ve srovnání s tragickou perspektivou, které je vlastní určitá míra heroičnosti vedoucí k pádu a omezení, spočívá ironie v důsledně neheroickém a neidealizovaném snižování skutečnosti, která je tak akceptována jako svého druhu upadlá a omezená. Ironie je důslednou obranou před zklamáním a krutostí života. Ve své zralé podobě představuje ironie jakýsi smysl pro absurditu, rozporuplnost a nepochopitelnost světa. (Frye, 2003)

Ve vyprávění se odráží určitý systém hodnot a přesvědčení. Jedná se o hodnotový a normativní aspekt, ale také o určitý náhled na to, „jak to v životě chodí“. Tento aspekt ztvárnění života bývá také označován jako životní filozofie, ideologie, světonázor, krédo. Vyprávění příběhu je přirozeným způsobem ztvárnění hodnotového a normativního aspektu života.

Při analýze obrazu sebe a druhých se zaměřujeme na to, jak vyprávějíci staví jednotlivé postavy a jaké jsou mezi nimi pozice. Vyprávějíci ztvárňuje sebe sama jako postavu vedle dalších postav. Sebeobraz jako pozice je z podstatné

části také rozvržením v čase, je rozvržením sebe sama jako bytosti, která se – při určité míře aktérství – pohybuje k nějakému hodnotou obdařenému cíli. Lze také uchopit ještě další důležitý aspekt sebeobrazu, kterým je jeho pluralitní, dialogická povaha. Z povahy narativního přístupu plyne, že jedinec je obvykle nositelem řady různých pozic.

Respondenti autobiografických rozhovorů ztvárňují svůj život jako události a jako jednání. Zároveň však vyjadřují také smysl a důvody svého jednání. Na vědomé úrovni se pak ve vyprávění promítá, co jednající postavy vědí, co si přejí, co zamýšlejí, oč usilují, ale také to, co nevědí, nemyslí si, nebo necítí. Zkušenost by nemohla dávat smysl, kdyby si osoby, které ji prožívají, něco nemyslely, něco nepřály, či neměly v úmyslu. Zkušenost může být ztvárněna z řady hledisek: z vlastní subjektivní perspektivy, z hlediska druhých, z obecného hlediska, či způsobem nezúčastněné reportáže, která teprve čeká na hledisko druhých. Narativní konstrukce tak umožňuje ztvárňovat zkušenost v dialogu či v konfrontaci hledisek.

Vyprávění je také ovlivněno příjemcem nebo příjemci vyprávění. Narativně strukturovaná zkušenost ať je žitým vyprávěním, nebo vyprávěným životem, je součástí komunikační nebo konverzační interakce, přičemž účastníci této interakce mohou být v situaci přítomni přímo, nebo pouze implicitně. V rámci konverzačních situací vnášíme svá žitá vyprávění do interakcí s druhými a zpětně jsme formováni jejich žitým vyprávěním. Podobně jako na úrovni interpersonální interakce jsme „vrženi“ do vyprávění těch druhých, to znamená do určité společnosti, kultury nebo epochy. V rámci této vrženosti však máme určitý prostor možností aktivně rozvrhovat své vlastní pozice. Kulturní a historická zkušenost je tak výsledkem individuálního a interpersonálního rozvrhu s rozvrhem sociálním. Při narativním výzkumu tedy narážíme na otázku: V jakém příběhu vlastně jsme? V příběhu nás jakožto výzkumníků, nebo v příběhu těch, které zkoumáme? (Chrz, 2007)

5. Samota a osamělost

Samota a osamělost bývá často zaměňována. Zatímco samota je oddělení od druhých lidí, může být příjemná a mnozí se do ní uchylují ať už kvůli odpočinku, nebo pro přemýšlení a hledání odpovědí na vnitřní otázky. Východní filozofie popisuje samotu jako jeden z předpokladů toho, aby člověk neležel svou podstatu a své pravé já.

Z hlediska východní filozofie je samota pozitivní, samota je zdraví. Je to radost ze samotného bytí. Je to radost z vlastního prostoru. Meditace je blaženost z toho, že je člověk sám se sebou... člověk je skutečně živý, když je schopen být sám, když není na nikom a na ničem závislý, když není závislý na žádné situaci na žádných podmínkách. A potom může být sám v sobě ráno, večer, ve dne, v noci, v mládí i ve stáří, ve zdraví i v nemoci. V životě i ve smrti může být sám v sobě, protože to není něco, co by mohlo přijít zvenčí. Je to něco, co je zakořeněno ve vás samých. Je to vaše pravá podstata... je to vaše pravé já. (Osho, 1999). Samota je zde tedy pojímána nejen jako prostředek k nalezení sebe sama, ale také jako svoboda a nezávislost na okolním světě. Nejedná se však o svobodu za cenu izolace od okolí, ale spíše jako vnitřní postoj.

Naproti tomu osamělost je vnitřní prožitek, který je hluboce nepříjemný, je to pocit odcizení vnějšího světa a prožívání vztahů s druhými lidmi jako povrchních a prázdných.

Občas každý z nás prožívá osamělost. Zdá se nám, že nemám co a komu říct a že naše vztahy s druhými lidmi jsou povrchní a chladné. Výzkumy ukazují, že osamělost není zřídka se vyskytujícím jevem. Naopak. Její prožívání uvádějí mnozí lidé. V 60. letech minulého století narůstaly pocity dehumanizace, odcizení, společnost byla vnímána jako mechanistická, vnitřní osamělost lidí se stupňuje. Někteří humanističtí psychologové se domnívají, že fenomén osamělosti souvisí s rozvojem společnosti (Výrost, Slaměník, 2001).

O vlivu společnosti na pocit osamělosti jednotlivců píše švýcarský lékař Paul Tournier ve své knize Osamělost mezi lidmi, kde se zabývá problematikou osamělosti u lidí žijících ve velkých městech. Popisuje, že příliš mnoho lidí v našem okolí nám neumožňuje mít dostatek osobního prostoru ve vnějším světě, proto si nejvíce ceníme prostoru, kam ostatní lidé bez našeho vědomí nemůžou, náš byt, nebo dům. Po dni stráveném v blízkosti druhých lidí pak prcháme do

svého bytu, kde se izolujeme od okolního světa. Často neznáme ani své sousedy. Anonymita je způsob jak si druhé nepřipustit příliš blízko k tělu, pomáhá nám udržet si svůj osobní životní prostor, zároveň však vede k tomu, že lidem chybějí úzké vztahy s druhými lidmi, často si drží odstup i od těch, kteří by měli být nejbližší, což pak vede k pocitům osamělosti. Role společnosti je pak taková, že toto pojímá jako normu, čímž schvaluje ono odcizení se jedince osadním lidem (Tournier, 1998).

Prožívání osamělosti může vyplývat z okolností a situací, do kterých se lidé v průběhu svého života dostávají. Platí tedy, že určité typy situací vedou s větší pravděpodobností k pocitům osamělosti, než jiné. Zjistilo se však, že někteří lidé mají silnější tendenci k prožívání osamělosti. O osamělosti je tak možné uvažovat jako o osobnostní proměnné. Na tomto základě P. Shaver, W. Furman, D. Buhrmeister (1985) považují za důležité rozlišovat osamělost jako rys a osamělost jako stav. Rys osamělosti je vzorec prožívání osamělosti, který se jen málo mění s ohledem na různé situace. Stav osamělosti je zážitek, který je časově ohraničený a spojený a dramatickými a výraznými změnami v životě (in Výrost, Slaměník, 2001)

Bohumila Tichá ve své práci o fenoménu osamělosti rozlišila dva typy osamělých mužů – pokorné a vzpurné. Tzv. pokorní jsou ostýchaví, uzavření, plaší, zaměřeni na úzký okruh lidí. S dívkami jim to příliš nejde. Díky své uzavřenosti nemají dostatečně vyvinuté sociální dovednosti. Jako největší překážka v seznamování je pak zřejmě jejich tušení katastrof, vychytávání křivd, které je provází od časného dětství. Už v kolektivu dětí se cítí méněcenní, s dívkami později také. Pokorní si svým předvídáním neúspěchu o neúspěch říkají. Naproti tomu vzpurní jsou zaměřeni navenek, na povrch. Chtějí imponovat, být společensky úspěšní, populární. Ve vztahu k dívkám jsou nezodpovědní, bez pevné morální stavby, dívku potřebují jako obdivovatelku a bytost, která by jim rozuměla. Se seznamováním nemají potíže, cítí se osamělí uprostřed spousty lidí i dívek. Zahlcují se množstvím mělkých společenských styků a povrchních známostí. Chtějí mít dívku, ale zároveň se toho obávají; chtěli by dostávat, ale dávat ne – to už znamená přílišnou odpovědnost, stísněnost, vázanost (Tichá, 1980)

Také další výzkumy ukazují, že osamělost je spojena se zvýšenou úrovní sociální anxiety a stydlivostí a zároveň s nižší mírou sebeúcty a asertivity.

Maďarská psycholožka Margarethe von Andics se zaměřila při svém výzkumu na motivy vedoucí lidi k sebevraždě. Vedla rozhovory se stovkou osob, které měly za sebou pokus o sebevraždu, ale byly zachráněny. Jako podstatné důvody tito lidé uváděli sníženou schopnost navázat přátelství a horší adaptaci na život ve společenství, přičemž tyto faktory připisuje autorka povaze těchto lidí. (in Lauster, 1993)

Osamělí lidé, nebo lidé žijící osaměle jsou ve společnosti jakoby opomíjeni, v odborné psychologické literatuře jakoby téměř ani neexistovali. Většina knih, které se zabývají vývojem člověka, počítá s tím, že všichni mají rodinu a děti a dráha člověka, který nejde touto obvyklou cestou, není nijak popsána. Erikson uvádí že, najít si partnera a založit rodinu jako vývojový úkol. Pokud si člověk v období rané dospělosti, nazvané „intimita proti izolaci“, nenalezne partnera a nezaloží rodinu, tak nenaplní svůj vývojový úkol a ustrne, nebo hledá v životě jiné naplnění, které je však pouze náhradou za tyto ztráty (Erikson, 1999). Přitom podle statistických šetření provedených v roce 1996 asi 4% obyvatel České republiky zůstávají celoživotně svobodné, nehledě na to, že přibývá lidí rozvedených, kteří po odchodu partnera s dětmi zůstávají sami (Fialová, 1996)

Za zmínku stojí, že v posledních desetiletích podstatně výrazněji stoupá počet svobodných žen žijících o samotě oproti počtu svobodných mužů. Pravděpodobně to souvisí s proměnou pohlavních rolí, která ženám přinesla více samostatnosti a sebevědomí v utváření jejich soukromého života. Stále méně se vdávají jen z toho důvodu, „že dítě je na cestě“ (svobodné ženy samoživitelky dnes zažívají menší diskriminaci, než před dvaceti, nebo třiceti lety). Stále méně přistupují na sňatek podle tradičního vzorce, který jim zabraňuje v pracovní seberealizaci. Stále častěji se také přiznávají k stejnopohlavnímu partnerství. Absolutní počet svobodných mužů přesto stále převyšuje počet svobodných žen. Je to snad možné vysvětlit tím, že je více homosexuálních mužů než lesbických žen [podle odhadů žije v Německu trojnásobek homosexuálních mužů ve srovnání s homosexuálními ženami] (Karsten, 2006).

Výzkumná část

1. Předmět a cíl výzkumu

Předmětem našeho zkoumání byly životní příběhy osamělých žen. Zajímalo nás, jaký příběh předcházel tomu, že zůstaly v současnosti ženy samy. Zda to bylo následkem sledu nějakých událostí, nebo zda se jedná o osobní rozhodnutí. Zda jsou tyto ženy ve svém životním příběhu aktivní, nebo jen pasivně přihlížejí. Zajímali jsme se, zda jim daná situace vyhovuje, nebo jestli by raději volily jiný životní styl.

Také nás zajímalo, zda lze v jednotlivých příbězích najít nějaké podobnosti, zda se tam objevují nějaké podobné dějové figury, jaké jsou role druhých osob v příbězích, jaké mají osamělé ženy hodnoty. Příčiny osamělosti jsme se pokoušeli najít již v dětství, jaký vliv měla na jejich životní příběh primární rodina, jaké měly vztahy s vrstevníky a jak se vyvíjely jejich vztahy až do současnosti.

Dále jsme pak sledovali, jak se vyrovnávají se samotou, zda zapojují širší sociální sítě, nebo zda jim samota vyhovuje. Sledovali jsme také, zda se necítí osaměle a pokud ano, jak s tímto pocitem bojují. Všimli jsme si, jak se vyrovnávají s tím, že nemají vlastní děti, zda mají tendenci pečovat o někoho, nebo zda tuto potřebu necítí.

V souvislosti se samotou a osamělostí nás také zajímalo, jaké jsou osobnostní vlastnosti těchto žen, zda lze najít v jejich osobnosti vlastnosti, které mohou být příčinou jejich samoty. Při vyhodnocování výsledků jsme se pak zaměřili především na to, zda lze najít nějaké společné vlastnosti těchto žen, které by najev samoty a osamělosti mohly mít.

Z těchto cílů naší práce pak vycházejí výzkumné otázky, na něž se pokusíme najít odpovědi.

1. Jaké jsou příběhy osamělých žen
2. Lze najít v příbězích osamělých žen nějaké podobnosti, které by mohly být příčinou toho, že jsou samy?
3. Jak se ženy vyrovnávají se svou samotou, cítí se osamělé?

4. Mají ženy žijící osaměle nějaké společné osobnostní vlastnosti?

2. Zkoumaný soubor

Ve svém výzkumu jsme se zaměřili na ženy ve věku 40 až 50 let. Průměrný věk zkoumaných žen je 42,8 let. Zaměřili jsme se pouze na tuto věkovou skupinu, abychom zvýšili homogennost zkoumaného vzorku.

Ženy jsme vybírali na základě toho, zda žijí v současnosti samy v domácnosti, nikdy nebyly provdané, zůstaly vždy svobodné. Dalším kritériem byla bezdětnost, žádná z těchto žen neměla v minulosti děti.

Pokud se týče vzdělání, není zkoumaný vzorek zcela homogenní. Jedna žena má ukončené základní vzdělání, čtyři ženy jsou vyučené nějaké profesi, jedna má středoškolské vzdělání ukončené maturitou a dvě ženy mají vysokoškolské vzdělání.

Vzhledem k obtížné dostupnosti zkoumaného souboru jsme zvolili několik metod k získání zkoumaných osob. Jednu ženu jsme kontaktovali prostřednictvím inzerátu na internetu. Při hledání dalších účastnic výzkumu jsme pak využili metodu sněhové koule. Předpokládali jsme, že ženy bez rodin budou mít bohatou síť přátel a známých a že se tedy budou vzájemně znát, což se také potvrdilo.

3. Použité metody sběru dat

Vzhledem k výzkumným otázkám jsme se zaměřili na životní příběh, použili jsme interview, které navrhnul ve své publikaci „The stories we live by“ Dan McAdams (1993) (viz příloha). Toto interview je strukturováno podle jednotlivých kategorií narativní konstrukce.

V první části měly účastnice výzkumu za úkol rozdělit svůj život do kapitol a jednotlivé kapitoly pojmenovat. Zde jsme si všímali, na základě čeho účastnice výzkumu kapitoly dělily, zda to bylo vzdělání a kariéra, nebo na základě nějakých klíčových událostí. Tato část nám pomohla vytvořit celkový dojem z životního příběhu.

Další část je zaměřena na klíčové události v životě, zde jsme si všímali aktivity nebo pasivity jednotlivých postav, opakujících se témat a významu těchto témat v životě dané ženy. V klíčových událostech se pak objevují významné osoby, které jsou nositeli určité role (muž – ochránce, pečující žena, atp.). To, kam klíčové události směřují, také odráží hodnoty, které jsou v životním příběhu důležité. V interview se respondentky také pokusily naznačit, kam směřují do budoucna, jak by si přály, aby jejich životní příběh pokračoval. Na závěr pak účastnice výzkumu určily hlavní smysl svého života. Tedy jakýsi smysl života, určily to, o co v jejich životě jde.

Přestože lze na základě vyprávění o životě určit hlavní osobnostní vlastnosti, jako je temperament, hodnoty, aktivita nebo pasivita, rozhodli jsme se pro zodpovězení otázky na společné osobnostní vlastnosti použít dotazník PSSI – inventář stylů osobnosti a poruch osobnosti.

4. Průběh získávání dat

Všechny zkoumané osoby jsme nejprve kontaktovali telefonicky, nebo osobně, kdy byly seznámeny s cílem a obsahem výzkumu. Po informovaném souhlasu s účastí ve výzkumu pak byla s respondentkami domluvena schůzka, kdy bylo provedeno interview, a byl administrován dotazník. Při interview byl zkoumaným osobám dáván prostor, aby projevily svůj životní příběh. Do jejich vyprávění jsme se snažili nezasahovat, pouze při nejasnostech ve vyprávění jsme pokládali doplňující otázky. Jednotlivé otázky interview jsme pokládali flexibilně podle situace.

Rozhovory se konaly ve většině případů doma u respondentek, jeden z rozhovorů se uskutečnil u nás doma a jeden na pracovišti účastnice výzkumu. Vždy jsme se snažili, abychom měli klidné podmínky pro vedení interview bez rušivých vlivů. Na závěr setkání byl zkoumaným osobám administrován dotazník podle pokynů k administraci uvedených v manuálu dotazníku.

Samotné setkání pak bylo zahájeno úvodním rozhovorem, kdy byly ošetřeny otázky důvěrnosti, dobrovolnosti participace, možnosti rozhovor kdykoliv ukončit, nebo neodpovídat na otázku. Stejně tak jsme znovu uvedli účel výzkumu.

Na základě těchto informací jsme si znovu vyžádali informovaný souhlas s účastí ve výzkumu. Rozhovory byly nahrávány na diktafon, vždy po podání informovaného souhlasu. Celková doba setkání s účastnicemi výzkumu byla asi 90 až 120 minut. Neformálním rozhovorem pak plynule došlo k poděkování a k ukončení kontaktu.

5. Analýza dat

5.1. Průběh analýzy dat

Z každého interview byl pořízen audio záznam, který je uchován ve formě MP3. Tyto záznamy byly následně doslovně přepisovány v plném znění a z bezpečnostních a etických důvodů byly ošetřeny tak, aby nebylo možné identifikovat jednotlivé osoby.

Přepisy rozhovorů byly pořízeny bezprostředně po ukončení sběru dat. Poté byly setříděny jednotlivé pasáže rozhovorů, se kterými se pak dále pracovalo v procesu analýzy. K analýze jsme použili metodu narativního přístupu, kdy jsme se zaměřili na jednotlivé kategorie narativní konstrukce tak, jak je navrhnul Dan McAdams.

5.2. Lidé si mají pomáhat

Anna, 46 let

Životní příběh Anny vyznívá tak, že pokud jsou v životě nějaké překážky, je třeba s nimi bojovat. Pokud nemáme k boji dostatek sil, je třeba hledat oporu u svých blízkých přátel a rodiny a zároveň jim tuto oporu poskytovat, pokud ji potřebují. V Annině životě představují překážku zdravotní problémy, k jejichž překonávání jí nejvíce pomáhali blízcí lidé a také její vlastní víra v Boha. Dá se říci, že i když ji nemoci znemožnily naplnit její tehdejší plány do budoucna, vždy si byla schopna najít alternativní cestu. Žánrově má její příběh nejbližší k romanci, kdy Anniným „drakem“ je nemoc, jejíž překonání vede k možnosti vést život podle svých představ.

V klíčových událostech se opakovaně objevuje téma významu pospolitosti kolektivu, zejména v dětském věku, kdy spojení s ostatními dětmi přinášelo výhody.

„...že jsme jako drželi více pohromadě, že jsme se těšili na ně, že prostě, když jsme byli pohromadě, že nám prošlo i více těch průšvihů, co jsme měli, že

prostě to byla taková pohoda, nikdo se nestaral, které děcko to udělalo, nebo to, dostali jsme nafackované všichni, když bylo zapotřebí, když jsme byli hodní, tak jsme jako dostali víc, že to jsou pro mě nejkrásnější vzpomínky...”

Dalším opakujícím se tématem je nemoc a její překonávání. První vážné zdravotní problémy měla Anna ve dvaceti čtyřech letech, kdy podstoupila operaci páteře, po které byla nucena Anna ukončit svou sportovní činnost a zůstat doma na invalidním důchodě. Díky problémům s páteří také nemohla mít Anna své vlastní děti. Fakt, že bude muset ukončit sportovní dráhu, popisuje Anna jako životní facku.

„... tak to bych vám řekla, to bylo trošku, jako nejhorší bylo, jak jsem byla po operaci té páteře, já jsem si to všechno jako lajnovala tak, že prostě v září mě odoperovali, do Vánoc budu mět klid, a po novém roku pojedu do lázní a od března že zas budu trénovat volejbal ... potom jsem přišla potvrdit registračku, že můžu hrát, tak mi řekli: „ty už si v životě na balon nešahneš.“ Tak to byla tenkrát pro mě taková facka...životní...”

Další onemocnění, rakovina, je pak vnímáno jako obrat k tomu, aby si Anna více vážila každého dne.

„...já vím, že se mi to může vrátit každou chvíli, že s tím musím počítat, že musím být vděčná za každý den... že prostě už mi nezáleží na tolika věcech jako před tím... že teď je můj prvořadý úkol přežít ...”

Zatímco první zdravotní problémy vedly k výrazné změně životního stylu a Anna si musela hledat nový životní plán, druhá nemoc přivedla Annu k tomu, aby si více uvědomila pomíjivost svého života. Na těchto Anniných pohledech na nemoc se také odráží její posun v jejím nahlížení na to, co je v životě důležité. Jak sama uvedla, v mládí byly pro ni důležité spíše materiální hodnoty, v současnosti je to spíše osobní klid.

„...první, co bylo dostat se do týmu za Vítkovice hrát, ... jak to... že prostě už co je člověk starší, tak nemá ty nároky prostě, co bych se honila, že nemám to

nebo ono po té materiální stránce, a teď prostě hold abych byla spokojená... spíš na takový ten, abych měla svůj klid..."

Výrazným tématem, které jakoby spojuje všechny významné životní události a vztahy s druhými lidmi by se dal popsat jako poselství: Lidé mají být spolu a vzájemně si pomáhat. V dětství to bylo spojení dětí, které spolu více získaly a méně ztratily, pokud držely při sobě. V období nemoci to byla podpora ze strany maminky, která o ni bezvýhradně pečovala. Anna má také přítele, který ji imponuje tím, že obětavě pečuje o druhé lidi a také o ni, když ji povzbuzoval v boji s rakovinou. Anna obdivuje u druhých lidí, pokud dokážou druhé vyslechnout a pomoci jim. Tento aspekt se projevuje také v její víře v Boha, kterého rovněž vnímá jako toho, jež drží ochrannou ruku nad člověkem.

„...je to kolikrát taková vzpruha, taková posila prostě vědět, že někdo nad vámi drží tu ochrannou ruku..."

Anna však není jen tou, která péči přijímá, ale i tou, která pečuje o druhé. Jako důležité osoby v jejím životě Anna označila synovce, na jejichž výchově se výrazně podílela, když byla doma na invalidním důchodě. Synovci jí nahradili vlastní rodinu a dodnes je mezi nimi silná vazba.

„...když jsem tenkrát ještě byla na tom invalidním důchodě, tak to prostě bylo, že ty děcka byly jak moje, že sestra byla v práci a oni jak chodili ze školy, tak věděli, že už to, takže to bylo tak jako... já jsem na tych děckách závislá..."

Zároveň by chtěla do budoucna nahradit péči mamince. Je to jedním z důvodů, který ji povzbuzuje na cestě k uzdravení. Anna by chtěla zajistit mamince klidné stáří, ale bojí se, že nebude dost zdravá, nebo dokonce živá, aby to mohla naplnit. Anna se tedy chce uzdravit, aby mohla mamince oplatit péči, kterou od ní měla v dětství.

„...nejdůležitější je abych mohla dohledět maminku, kdyby třeba nemohla potom už se sama o sebe postarat, abych měla to zdraví a to všechno, abych o ni se mohla postarat, aby nemusela skončit někde v domově chodců, nebo prostě

někde, za to všecko, co pro mě udělala. To je pro mě jako největší úkol, dožít se toho, abych jí to mohla oplatit...”

Také to, že si našla práci v oblasti pro postižené lidi, kdy pro ně pořádá zájezdy a rekondiční pobyty, napovídá tomu, že starost o druhé je pro ni důležitá. Po několika letech doma zde našla uplatnění a jako něco, co vedlo ke zvýšení kvality jejího života.

„... tak jsem začala dělat pro ně pořádat rehabilitační pobyty a různé takové ty akce, tak už jsem měla tu společnost jako takovou zábavu, spíše takovou náplň, že se mi změnil i zdravotní stav. Že pokud jsem byla furt doma zavřená, tak on člověk na to měl čas myslet... jakmile jsem začala dělat na tom úřadu, tak už na to nebyl čas...”

Anna měla vždy ve svém životě kolem sebe hodně lidí, ještě donedávna žila společně se svými rodiči a synovci. Tito lidé jí zřejmě naplňovali potřeby blízkosti a sdílení, synovci jí nahradili vlastní děti, které sama ze zdravotních důvodů mít nemohla. Zřejmě tedy neměla ani potřebu hledat si partnera a osamostatnit se. Teprve nyní, když už jsou synovci dospělí, našla si samostatné bydlení a za svou rodinou dojíždí na víkendy.

5.3. Ještě chci založit vlastní rodinu

Eva, 40 let

Příběh Evy vyznívá optimisticky. Jestliže se v životě objeví nějaký problém, nebo překážka, sice nejprve působí tak, že se sad nikdy nevyřeší, ale nakonec se všechno nějak vyřeší a jako zázrakem se problém rozplyne a posune Evu k novému pohledu na její život. Podobné figury se objevují v žánru komedie.

Celková životní orientace je u Evy výrazně na profesní dráhu. Tato sféra života určuje členění života do kapitol a také se nejčastěji objevuje v klíčových událostech v minulosti, současnost a budoucnost však Eva směřuje ke vztahům s nadějí, že ještě stihne založit vlastní rodinu.

Klíčové události obsahují prvky toho, jak se Eva dokázala nebo nedokázala prosadit. Komický žánr pak představují situace, kdy už to vypadalo, že všechno skončí špatně, ale nakonec se objevily okolnosti, nebo lidé, kteří pomohli, a situace získala zcela nový směr. V některých situacích však věci nejdou jakoby samy a je třeba za ně bojovat, zde se pak objevují žánrové prvky romace.

„...nechodila jsem na koupaliště, protože jsem měla strach, ne že z vody, jsem měla strach se učit plavat. Pak, jak jsem se to naučila, tak se to všechno obrátilo...”

„...v září, když jsem na tu školu nastoupila, tak jsem zjistila, že mi to teda opravdu nesedí, že to,... A já jsem měla i na základce učitele češtiny a zeměpisu, kterého jsem měla hrozně ráda a kterého jsem si vážila, je už dva roky mrtvý, i když zemřel poměrně mladý a toho jsem měla ráda opravdu hodně tady na základce a přišla jsem za ním s tím problémem a on vlastně pomohl přesvědčit mé rodiče a pomohl mi vlastně přejít z té stavební průmyslovky na gymnázium. Takže v podstatě já jsem v těch patnácti letech jako poprvé poznala jako takové nějaké: teď něco nechceš a teď prostě za to budeš bojovat a já jsem opravdu za to bojovala, já jsem se tenkrát hodně rozhádala s rodinou, prostě prosadila jsem si svojí. Ale ne za každou cenu, ne proto, že jsem vyhrála, ale opravdu proto, že mi to hlava nebrala...”

„...co jsem byla v té funkci, tak pracovala jsem na úřadě, kde jsem měla některé kolegy, musím říct, kteří mi hodně podrývali autoritu a nebrali mě. S tím jsem se potkala poprvé v životě, to že by mě prostě někdo... já nevím... to že mi podrývá autoritu v zaměstnání, to by mi tak ani nevadilo, ale prostě dělali mi naschvály a tam už vlastně byla velká zodpovědnost, podepisování smluv a hmotná zodpovědnost a tak dál, takže to už bylo o něčem jiném no a dopadlo to tak, že já jsem onemocněla, No a vím, že se mi tenkrát jednou v noci zdál sen, že ten člověk, který teda nejvíce mi stál na krku a neustále mi podrýval a dělal zle a bylo to strašné, bylo to hrozné prostě co jsem v životě zažila – mobbing, tak mi se teda zdálo, že já jsem tomu člověku říkala a dost: „já už se šikanovat nenechám, já už si teď půjdu vlastní cestou“... a já jsem poznala, že v životě vůbec nezáleží

na nějaké funkci nebo na nějaké prestiži nebo na nějakém splněném úkolu, ale na klidu v duši...”

V příhodách se často objevuje postava muže – ochránce, který se Evy zastává, radí ji a vede ji. Tak jako ve výše zmíněné příhodě během, které přešla na jinou střední školu. Podobného zastánce měla i později zaměstnání.

„...programovala jsem tam obráběcí stroje a měla jsme kolegu, který byl ve věku mého otce.. A ten mě teda... hodně mě naučil, hodně mi pomohl, hodně mi dal ten člověk...”

V současné době poznala muže, který jí imponuje a u něhož cítí také oporu. Eva by byla ráda, pokud by ji tento muž doprovázel i v dalším životě. Sblížení s tímto mužem ji zřejmě přivedlo také do situace, kdy se chce definitivně odtrhnout od rodičů a od synovce a zahájit novou kapitolu svého života. Tento odchod je však vnímán také jako vnitřní konflikt mezi tím být zcela samostatná ale také trochu osamělá, a mezi tím sdílet svůj život s rodiči a se synovcem.

„...no a ty stresy v podstatě souvisí s tím, že teď pendluju mezi dvěma, tady, protože babička občas potřebuje pomoc, hlavně s výchovou pubertáka, který tady je, no a mezi tím soukromím, které tam bych měla mít...”

Eva však popisuje, že samostatnost zřejmě zvítězí. Říká, že už si prošla profesní kariérou, vybudovala si zázemí a nyní by chtěla otevřít kapitolu života, kdy by se zaměřila na vybudování vlastního snu založit vlastní rodinu, i když díky tomu, že pomáhala s výchovou synovce, si mateřství vyzkoušela.

„...tak já jsem vždycky měla ten sen, i když on se mi v různých etapách života různě tak ztrácel, že to bylo to mít opravdu domov, zázemí, bylo to možná proto, že už jsem až do této chvíle v životě měla, že už jsem zkusila ode všeho, měla jsem profesi, měla jsem nechci říct kariéru, to ne, to jsem nikdy nebyla přes kariéru, no ale v profesi jsem přes deset let byla svým způsobem úspěšná, měla jsem... taky politickou, kdy jsem se vypracovala od svatební recitátorky na místostarostu, když to tak řeknu, ale nikdy to nebylo přes mrtvoly, na to nemám a

nikdy ne na úkor... rodinného života, tak to nebylo, ale on mi tak nějak uniká, ten rodinný život vždycky. Já jsem si našla někoho... nebo mě si našel někdo... prostě nevycházelo mi to...

„...on je takový trochu jako moje dítě, i když je o hlavu vyšší, je mu patnáct, v lednu mu bude šestnáct, tak prostě starala jsem se o něho po větší část jeho života, takže je to takové zvláštní, ale já ho беру někdy jako svého syna...

Zatím co v předešlých kapitolách se Eva orientovala na druhé, nyní se obrací sama k sobě. Zřejmě na základě výše zmíněné negativní životní zkušenosti přehodnotila svou životní cestu a obrátila svůj zájem na sebe. Konstatuje, že lidé, kterým pomáhala, ji nepotřebují a že je čas myslet sama na sebe a naplnit své vlastní životní sny a cíle jednak v tom rodinném životě, ale také v profesi.

„...rozhodla jsem se, že si za tím cílem učit půjdu a přesto, že to chtělo vlastně vydržet tři čtvrtě roku, než jsem se opravdu dostala do toho školství, tak se mi vlastně ten můj sen splnil a já jsem mohla učit...

„...synovec už má patnáct a má svoje zájmy a dědečci jsou zdravotně na tom tak v pořádku, že nepotřebují mou péči, takže počítám s tím, že po novém roce už stejně odejdu natrvalo...

Eva sama vystihla svou změnu v přístupu k životu.

„...já jsem ustupovala ze svých přesvědčení a dogmat, které jsem měla v hlavě a více jsem naslouchala svému vnitřnímu já. Protože jsem někdy byla přesvědčena o věcech, že prostě tak musí být, a tak nás to učili, a tak to je, ale někdy to tak není. Takže naslouchat. Sobě. Hodně. Tak v tom jsem vyspěla v současné době...

Eva se snažila vždy unikat pocitům osamělosti, tím, že žila se svými rodiči a synovcem, přestože měla možnost se odpoutat od původní rodiny a vést si svůj život po svém. Synovec jí, podobně jako Anně, nahradil vlastní rodinu. Dříve raději ustoupila ze svých cílů, než by byla sama. Eva se však ocitla v období, kdy cítí příležitost a energii svůj život změnit a vést jiným směrem. Zdá se, že si půjde za svým snem a pokusí se založit vlastní rodinu.

5.4 Chtělo by to změnu

Veronika, 42 let

Významnou životní událostí bylo v životě Veroniky zpráva o tom, že nebude moci mít svoje děti. Svůj život rozdělila do kapitol na základě této skutečnosti a na základě toho, jak se s touto skutečností v průběhu života vyrovnávala. Celkově vyznívá Veroničin život spíše tragicky, sice se svým životem nějak vyrovnala, ale stejně už nikdy nenaplní svůj životní sen - mít vlastní rodinu. Zbývá jen mizivá naděje, že najde nějakého muže, vedle kterého by chtěla zestárnout.

„... do těch dvaceti šesti, to bylo takové to mládí, vlastně ve dvaceti jsem se dozvěděla, že nemůžu mít děti, takže do těch dvaceti šesti jsem to ještě tak brala jako, že tak dalo by se říct v pohodě, a od těch dvaceti šesti do těch třiceti, to už byla taková krizovka, protože už přece jenom, to, že nemůžu mít děti, to už... nevím už mě to trošku víc začalo vadit a potom... po tom třicátém pátém roce jsem se s tím tak jako srovnala, že jsem se tím už jako vyrovnala... tak si říkám, že mám ještě šanci, je to takový vzdálený sen, že si ještě někoho najdu, takhle na stálo...“

Také v klíčových událostech jednoznačně dominuje téma neplodnosti. Vzpomínky na dětství a dospívání Veronika devaluje, jako nevýznamné, nezajímavé.

„...jako mně to nepřijde zajímavé... já nevím... já jsem měla kamarádku a po ledě jsme chodili, nebo v létě do lesa a takové věci, takové celkem normální... to měli všichni, něco takovýho...“

Vzpomínky z dospělosti se vždy vážou nějakým způsobem k tématu neplodnosti.

„...Nejhorší, no tak to bylo, když jsem se dozvěděla, že nemůžu mít děti, v těch dvaceti, že to asi nepůjde a takhle, jo, takže sice bylo to řečeno, ne že vůbec nemůžu mít, ale že prostě jako by to bylo komplikované a kdesi cosi a tehdy ještě nebyla taková doba, že by bylo umělé oplodnění, nebo takhle...“

„...obrat přišel potom asi v těch třiceti pěti, kdy jsem se začala vyrovnávat s tím, že nejsem vdaná a nemám děti, protože... našla jsem si dobrou práci a to, protože dlouho jsem si nemohla najít žádnou práci, tak to byl takový začátek si myslím...“

Co se týče důležitých postav v životním příběhu Veroniky, jakoby další lidé nebyli až tolik důležití. Veronika je hodně zaměřená na sebe, když mluví o kamarádce, srovnává se s ní a opět se v jejím vyprávění odráží sen mít vlastní rodinu.

„...měla jsem kamarádku a to mi bylo třeba kolem těch dvaceti let a ona taky nemohla mít děti a našla si přítele, který měl ve vlastní péči holčičku dvouletou... a bylo na ni vidět, že je to ta obyčejná ženská, která chce mít dítě a ona dostala tu šanci, že si našla toho přítele, který tu holčičku měl, takže se nakonec vzali, jo...“

Jindy však uznává, že je důležité mít vlastní zázemí a blízké lidi, kteří mohou pomoci a podržet v nepříznivých situacích.

„...hodnota je rodina, ale prakticky pro mě vzdálená, nebo příbuzní bych měla říct, vlastní rodina ne, ale já třeba nechápu ty děti, co vyjdou z dětského domova a jsou sami, nemají zázemí žádné, jako někoho mít, na koho se můžu kdykoli obrátit...“

Zdá se, že skutečnost neplodnosti zcela ovládla životní příběh Veroniky. Na základě toho, že nemůže mít rodinu, si ani nehledala životního partnera. Na mě to působí tak, že se obávala toho, že nebude plnohodnotnou partnerkou, pokud nemůže být matkou. Volila pak raději život o samotě, aniž by se pokusila hledat alternativní řešení situace. Přesto, když mluvila o svých snech do budoucna, ráda by si partnera našla. Je ve věku, kdy už se u ženy mateřství neočekává a zřejmě je se svou současnou životní pozicí nespokojená a chtěla by uskutečnit nějakou změnu.

5.5. Samotu si užívám, nekomplikuju si život

Kateřina, 44 let

Příběh Kateřiny působí spíše optimisticky, i když někdy naráží na omezení vnějšího světa. Celým jejím vyprávěním se prolíná motiv boje. Kateřina si musela vše v životě vybojovat, vždy si stála za svými ideály a to i za cenu, že nebude okolím uznávaná. Dá se říci, že dokonce chce plout proti proudu a chce být mimo ostatní, hlavně nezapadnout do šedi. Kateřina pak bojuje proti hlouposti, předsudkům, bojuje za svoje názory. Pokud se jí boj nedaří, dokáže to velkoryse přejít a pokračovat dál. Tímto bojem a cestou za vyššími ideály pak Kateřinin příběh zapadá do žánru romance.

Často se v Kateřininých příhodách stává, že pokud si člověk stojí za svým přesvědčením, je pak odměněn vítězstvím, nebo dosáhne svého cíle.

„...takový krásný moment, který si pamatuju, byl, jak byl bráška vysvěcený a to bylo, my jsme do poslední chvíle nevěděli, jestli bude zavřený, nebo bude vysvěcený, protože on, z vlády neměl souhlas, tak to jsme viděli, jak ho biskup na vlastní triko vysvětil a to bylo v červnu osmdesát devět, takže to ještě nikdo nevěděl, co se stane...“

Také v tématech jednotlivých příběhů se opakovaně objevuje motiv boje. Na střední škole to byl boj s třídní profesorkou, která zneužívala své moci.

„...v té škole jsme dostávali opravdu pěkné facky, to byly scény od té naší třídní, kdy ona dělala... dělala, že jí vrážíme nůž do zad, já už si nepamatuju ty jednotlivé scény, ale třeba taková jedna nepříjemná... byl ztužovací večírek a ona, my jsme ji posadili a my jsme jí řekli, že jestli ji můžeme poprosit a ona řekla, že když chci někoho, prostě nám udělala scénu, přednášku na tom stužkovacím večírku, že se přece neříká třídní profesorku poprosit, ale požádat, že ona přece něco znamená...“

Později to byl boj s režimem, kdy celá rodina byla pod drobnohledem, mimo jiné také kvůli tomu, že se Kateřinin bratr stal duchovním.

„...to bylo, až ten bratr šel na ten seminář, tak to opravdu tady mi chodili tajní, já jsem to poznala, když mi někdo cizí přišel do bytu, naši si pořídili boxera, když tam chodili tajní, to byly nepříjemné věci, co jsme zažili bratr často přijel a já jsem mu přepisovala v noci na stroji věci, které posílal diplomatickou poštou do Říma, tak to bylo hrozné, ničila jsem kopíraky, aby se nic nenašlo... bylo to nebezpečné, hodně nebezpečné v tom, že by mohli zavřít celou rodinu, ale že by mě to v něčem zlomilo, nebo změnilo můj názor, ne...“

Jiný boj vede Kateřina v současnosti proti kolegyním v práci, kdy vztahy s nimi hodnotí jako konfliktní. Kateřina sebe ve srovnání s nimi vidí někde jinde, má jiné zájmy, jiný způsob přemýšlení, Kateřina i kolegyně si tuto odlišnost uvědomují a je možné, že právě to je zdrojem konfliktů.

„... jsou závistivé, kdy já bych tak řekla opravdu primitivně, já pokaždé, když je chci naštvat, tak na každé pondělí si ušiju novou halenku. Pro mě je to otázka pár korun a jednoho odpoledne, je to primitivní se takhle uspokojovat, ale ony jsou vzteklé jak bestie a já to okamžitě poznám...“

V některých životních příbězích Kateřiny se také odráží její vztah k rodičům, zvláště k matce. Matka Kateřinu využívala jako zpovědníka téměř od dětství, Kateřina popisuje, že si s problémy dospělých nevěděla rady a měla strach, že se rodina rozpadne.

„...u nás chodila maminka za mnou, já nechodila za ní se svými problémama, a chodila za mnou s problémama a řešila se mnou mnoho svých problémů, jak mně bylo třináct a čtrnáct, i věci, které bych vědět neměla, tím pádem to bylo těžké, to byly situace, já jsem to nebyla schopna pochopit a musela jsem a musela jsem to nějak zvládnout...“

Obava o zachování manželství rodičů a rodiny se odráží už v první vzpomínce z dětství.

„...to byla první rodinná dovolená, jeli jsme vlakem, a to vím, že maminka šílela, protože my jsme s bráškou, mně byly tři a půl, bráškově dva a seděli jsme,

tehdy byly parní lokomotivy a ten vlak, ten poslední vagón měl takovou terásku a my jsme tam seděli a houpali jsme nohama, takže to bylo, seděli jsme a zpívali a tehdy jsem myslela, že se maminka s tatínkem rozejde, protože to jsme mohli spadnout...”

V příbězích Kateřiny jsou ženy často vnímány negativně, jako někdo, kdo škodí, závidí, podráždí nohy. Jako výraznou škodící ženou byla již výše zmíněná profesorka na gymnáziu, která zneužívala své moci a znepríjemňovala studentům život. Dalšími takovými negativně vnímanými ženami jsou kolegyně v práci, kdy Kateřina se cítí být nedoceněná a nepochopená.

Muži vrstevníci nehrají a zřejmě nikdy nehráli v životním příběhu Kateřiny žádnou významnou roli s výjimkou mladšího bratra. Pokud se v životě Kateřiny objevil nějaký muž, byl vždy o něco starší, a jeho role byla spíše role otce, nebo dědečka.

„...já jsem vždycky měla slabost pro vousaté pány, byl tam jeden pán, jemu bylo čtyřicet, nebo dvačtyřicet, a já... mně bylo těch šestnáct, v těch tanečních, nebo kolik a on mi to vždycky potom říkal, vzpomínal na to, že on měl čas a my jsme jeli spolu autobusem a on mě vždycky do těch tanečních doved a já jsem nikdy nevěděla, jestli mám být hrdá, nebo se mám stydět...”

Ideálem muže byl pro Kateřinu děda, kterého popisuje jako lorda, jako člověka s rozhledem, velkorysého.

„...myslím, hlavně na maminčiného tatínka, ten nám hodně obětoval a já jsem byla první vnučka a on mě miloval a mívám takové sny, kdy já vím, že on tu sedí, stále elegán, šedý oblek, navoněný, stříbrná košile, kravata... vím, že je mrtvý, ale někdy mám pocit, že s ním stále mluvím... on byl anglický lord, takže si bude cigaretu zapalovat stovkou, on byl takový člověk absolutně laskavý, absolutně nad věcí, napřímený, opravdu...”

Také do přátelství si Kateřina vybírá spíše starší lidi, zejména ženy, u kterých hledá ochrannou ruku, kterou jí zřejmě nenabízí matka. Kateřina však zároveň vyjadřuje obavu, že pokud tyto přátelé umřou, bude těžko hledat nové.

„...Tak já vždycky jsem se přátelila se staršími, no děším se toho, že až ti starší umřou, tak já nemám rovesníky. Mně vůbec nevadí holky z pěveckého, které mají sedmdesát tři roky, protože oni jsou myšlenkama úplně mladí, a s jednou z nich mám úplně úžasný vztah, je jí hodně přes sedmdesát, je to dáma a jsme naladěny na stejnou notu a vždycky jsem jí mohla cokoliv říct věci, co, problémy, které jsem měla, které jsem nemohla doma říct...“

Ladění celého Kateřinina příběhu by se dalo shrnout do věty: člověk by měl dávat najevo své názory a bojovat za ně, i kdyby měl bojovat proti celému světu.

Co se týče samoty v příběhu Kateřiny, zdá se, že pro Kateřinu byla samota volbou. Kateřinin ideál muže mi připadá snový, téměř nereálný, soužití s partnerem popisuje jako životní komplikaci.

„...a nekomplikuju, opravdu přísahám, že si život nekomplikuju a nehledám nikoho...“

Není pro ni důležité ani mít děti, protože sama sebe popisuje jako nemateřskou, říká, že se necítí dobře v roli pečujícího.

„... já nejsem mateřský typ, já se necítím dobře, když mám o někoho pečovat, mně to nic neříká...“

Kateřina je ve svém vztahu k mužům zřejmě ovlivněna křesťanskou výchovou, kdy chození na schůzky bylo považováno za něco pokleslého a zřejmě to bylo v rodině tabu.

„...já jsem v životě nebyla na rande, navíc já jsem byla vychovávána tak, že maminka říkala, že není nic horšího, než se nechat ocucávat v parku,... no já vím, že jsem se nemusela nechat ocucávat, ale to člověk nevěděl, že se nemá nechat, tak jsem to brala jako příčinu toho nejhoršího...“

Kateřina žije bohatým společenským životem, chodí pravidelně do kostela, kde má přátele a také je členkou pěveckého sboru, takže říká, že se ani necítí sama a že pokud se jí stane, že zůstane sama doma, užívá si to.

„...nevadí mi být sama, nebývá to často, vychutnávám si to, je to pro mě potěšení, když jsem doma sama, protože mám spoustu aktivit...“

Kateřina je člověk, který umí být sám a umí využít čas sama pro sebe. Domnívám se, že je ve svém životě spokojená a zřejmě ani v budoucnosti nebude hledat partnera.

5.6 Už jsem všechno propásla

Marie, 40 let

Mariin životní příběh působí velmi pesimisticky. Zdá se, že Marie všechny své ideály už vzdala, už propásla tu správnou dobu, už se není na co těšit, není pro co bojovat. Pokud se v jejím životě něco změní, tak to bude určitě k horšímu. Tento životní přístup je typický pro žánr ironie.

V tématech dílčích příhod se několikrát objevilo setkání se smrtí. V období dospívání ji zemřel děda.

„...to bylo, když mi dědeček umřel, to byl taky blízký člověk pro mě hodně...“

Jako nejtěžší chvíle Marie popisovala, když jí zemřel otec.

„...nejhorší bylo, když umřel tatínek... no ono většinou, když někdo blízký umře, tak je to takový těžký...“

Nejčerstvější setkání se smrtí zasáhlo Marii před rokem, kdy ji zemřela kolegyně z práce.

„...Zrovna umřela kolegyně, to bylo taky takový... z kanceláře... jako ráno přišla do práce a ... a prostě nebylo jí dobře, tak šla domů a druhý den byla mrtvá...“

Zdá se, že Marie je celkově pesimisticky laděná a tyto zážitky ji opravdu zasáhly. Jakoby potvrzovaly onu marnost, kterou ve svém životě cítí. Blízcí lidé jako by ji svou smrtí zradili. Marie říká, že pokud se s někým opravdu sblíží, pak ten druhý člověk umře.

„...ještě jsem měla jednu kolegyni, taky už umřela, ono většinou, s kým jsem se sblížila, tak je to takhle...“

Jako stresující situaci Marie označuje nemoc maminky, kdy je v roli také strach z možné smrti.

„...Doma je to ta maminka, furt ji něco bolí, furt něco je, takže člověk pak má o ni strach...“

Jinak se role druhých příliš v Mariině příběhu neodráží, Marie většinou mluví o sobě.

Budoucnost Marie není schopna popsat, už není co plánovat, už všechny šance propásla, pokud mluví o plánech, jsou to spíše jednoduché plány ohledně zvelebování bydlení.

„...už nemám žádné sny. Nebo nevím, čeho bych chtěla dosáhnout, no teď už je to asi status quo, takový...“

„...kdyby člověk měl peníze, tak bysme opravili tu chajdu, co máme po prarodičích, nebo upravit byt...“

Připadá mi, že Marie je zklamaná životem, že by sice chtěla rodinu, ale už dopředu odhaduje, že se jí to nepovede. Má zřejmě pocit, že nemá cenu to ani zkusit. V souvislosti s tím, že klíčovým tématem jejího vyprávění byla smrt, napadlo mě, že se bojí s kýmkoli navázat bližší vztah, protože se už dopředu bojí

zklamání, které představuje úmrtí blízkého člověka. Zůstává pak raději sama, než by takové riziko podstupovala.

5.7. Už mi chybí jen ten partner

Monika, 40 let

Životní příběh Moniky jako by byl rozdělen na dvě poloviny. První polovinu negativně ovlivňoval otec, který bil svou ženu i dcery, ve druhé polovině se Monika postavila na vlastní nohy, odpoutala se od minulosti a snaží se vybudovat si nový život. Svůj život tedy dělí do dvou kapitol, první kapitolou bylo budování si nového domova a zázemí, druhou kapitolou je hledání partnera. V současnosti je hledání si partnera významným bodem v příběhu Moniky.

Celkově vyznívá Moničin životní příběh optimisticky. Sice je ze začátku plný utrpení, ale Monika je schopna najít sílu odpoutat se od rodičů, udělat za dosavadním životem tlustou čáru a pokoušet se žít po svém. Poté, co se Monika naučila žít samostatně a vybudovala si zázemí, chybí jí k naplnění ideálu už jen partner. Její život je tedy naplněn usilovným hledáním tohoto ideálu. V tomto hledání naplňuje životní příběh Moniky žánr romance.

„...největší kapitola mého života to byla asi, když jsem se teda opravdu odstěhovala z domu, když jsem udělala ten zásadní zlom, když jsem ve svých třiceti letech začala shánět podnájem a jelikož jsem bydlela u rodičů a řekla si, že u rodičů prostě bydlet nebudu a prostě, že to takhle dál nejde, protože já jsem z rodiny alkoholiků, takže prostě ono to mělo takový v tom mém životě, takový špatný dopad (...). Pak byla asi další kapitola jako hledání opravdu partnera, kdy už jsem stála na svých nohou a na nich prostě stojím na svých nohou...”

V tématech ve vyprávění z minulosti se objevují negativní zážitky z dětství spojené s alkoholismem rodičů a s domácím násilím. Monika se však nikdy nechtěla smířit s rolí oběti, vždy se snažila svou situaci nějak řešit. Roli matky vnímá jako negativní příklad, který by nechtěla nikdy následovat. Monika je tou, která si nenechá nic líbit.

„...to je vzpomínka z dětství, já nevím, jestli je důležitá, ale vím, že jsem nechápala, proč mamka leží na zemi, dneska třeba, nebo pak jsem to pochopila, protože ji táta bil...”

S tím pak souvisí klíčová událost, kdy otec zbil Moniku tak, že ji musela odvést sanitka, kdy se Monika rozhodla, že musí se svým životem něco udělat. Rozhodla se tedy udělat za životem tlustou čáru a našla si vlastní bydlení.

„...byl to zážitek prostě kdy mě otec dobil tak, že mě odvezla sto padesát pětka do nemocnice a tam nastal můj životní zlom, kdy jsem se musela vrátit domů a musela řešit své bydlení, protože jsem věděla, že je mi třicet a prostě, že nejsem žádná flundra, tak jak mě doma jmenovali a že prostě se nebudu snižovat k tomu to co byla moje matka a že prostě opravdu z toho domu odejdu takže to byl opravdu jako příběh na který, o kterém umím dneska mluvit už, ale jako, byl to zlom mého života...”

Rozdělení života na dvě poloviny jako by snižovalo význam minulosti. Monika je silně orientovaná na přítomnost a na budoucnost. Minulost vnímá jako něco, co bylo, ale nemá smysl se tím nějak zabývat. Dívá se dopředu a hodně přemýšlí o budoucnosti.

„..., já bych ten život opravdu rozčlenila jenom do těch dvou částí, jako to dětství co? To má každý nějaký...”

Životní změna a stavění se na vlastní nohy Monika hodnotí jako důležitou část svého života. Sice to neslo určité potíže, ale výsledkem je, že je samostatná.

„...důležité změny v životě... no asi fakt, že jsem se musela během strašně krátkého okamžiku naučit vlastně starat se sama o sebe, protože vždycky jsem spoléhala na ty partnery, že mi s něčím pomůžou, spoléhala na rodiče, když jsme vedle sebe bydleli, jo. Tentokrát jsem fakt musela sama a neměla jsem nic...”

S minulostí souvisí také nezdařené vztahy. Jedním z nich byl vztah, kdy si partner nakonec našel jinou, nebo vztah, kdy Monika pozdě zjistila, že ji její

partner využívá a tahá z ní peníze. Jiným nezdařeným vztahem bylo, kdy byl partner násilnický a Monika od něj musela utéct.

„...vzpomínám na svoji lásku v osmnácti, jo kdy jsem s tím klukem chodila pět let, jo takže to byl opravdu románek teda jako, čekala jsem na něj přes vojnu, pak se teda objevila nějaká, která byla možná lepší v sexu než já, nevím a vlastně tím pádem to skončilo...“

„...To jsem se zamilovala do pána o osmnáct let staršího, který mě připravil o všechno. Mé úspory v mých osmnácti, nebo devatenácti letech byly asi osmdesát tisíc... což když se vezme, tenkrát byl komunistický režim a za sto tisíc jste postavili dům, tak ty úspory nebyly menší...“

„...naposledy jsem se vrátila domů asi v sedmadvaceti letech, protože jsem prostě opravdu musela, kdy jsem prostě od partnera utekla, protože to nebylo to pravý ořechový, on byl to, co byl můj otec, který pil a navíc ženu bil, takže mi prostě nic jiného nezbylo, než se od něj prostě odstěhovat a prostě někde se vrátit a protože jsem neměla ty finance, tak já jsme se musela vrátit k rodičům...“

Monika ani na základě těchto negativních zkušeností na muže nezanevřela a do budoucna si chce najít partnera. Po vybudování si zázemí, jakoby už chyběl jen ten partner, Monika se dala tedy do opravdu usilovného hledání. Domlouvala si i několik schůzek denně, s tím, že se bude věnovat každému, kdo na její inzeráty odpoví. Později si už ujasnila, jak by měl její partner vypadat a hledá muže, který naplňuje její kritéria.

Jakoby samotné hledání bylo důležitější, než partnera skutečně najít. Monika si stále domlouvá nové a nové schůzky, aniž by dala jednotlivým vztahům prostor rozvinout se a měla možnost muže skutečně poznat. Dlouhé hledání Monika popisuje jako problematické. Neustále konfrontuje reálné muže se svým ideálem, ale takový muž, který by splňoval všechna kritéria, není k nalezení. Monika přesně ví, co chce, a není ochotna přistoupit na kompromis. Vyprávění o strategiích jak se orientovat v inzerátech a o tom, jak probíhaly některé schůzky, bylo velmi barvitě a podrobné.

„... tak já jsem si sama říkala, že si překopu život, no, a že si najdu toho partnera. No a tak jsem vlastně opravdu se dala na seznamku, na internet a teda i

do novin a říkala jsem si, že každému muži dám příležitost, aby mě poznal a prostě mu dala tu příležitost seznámení, což je strašná kravina (...) Navíc, když jsem tenkrát tak marodila, tak jsem měla, asi jsem na to měla víc času než teď, chodili ti muži jak po drátku, jeden v deset, ve dvě, v šest, třeba. Nebo ve čtyři třeba, takže denně jsem se musela aklimatizovat na tři muže, minimálně dva denně (...) postupem času jsem přišla na to, že musím třídit, jo že prostě že nejde prostě opravdu se pohybovat v tamtěch mezích, v jakých jsem se já pohybovala (...) seděla jsem s milionáři, seděla jsem s mafiány, jako a taky jsem seděla opravdu jako s takovými, kteří nic neměli a přinesli vám jenom tu růžičku..."

Ačkoliv tedy hrají muži v Moničině životě významnou roli, Monika neustále hledá toho pravého. Muže přebírá a vybírá téměř jako zboží v obchodě, ale jak jsem se již zmínila, připadá mi, že je pro Moniku důležitější samotné hledání, než cíl.

Role jejích rodičů jsou vyhraněné do pozic otec – tyran a matka – oběť. Monika se tomuto modelu vzepřela a odsoudila jej. Zejména odsoudila roli matky, jejíž osud Monika bere jako negativní příklad. Monika tuto roli odmítla a aktivně převzala svůj osud do svých rukou.

V příběhu Moniky pak sehrála roli kamarádka, která jí podpořila v životním rozhodnutí a nabídla jí pomoc při odchodu od rodičů. Monika obdivuje u lidí velkorysost a obětavost, což považuje také za hodnotu u lidí. Z toho jak Monika usilovně hledá partnera, usuzuji, že partnerství je pro ni vysokou hodnotou.

Monika je v současnosti sama, chce však být v partnerském vztahu. Zdá se, jakoby její načasování životních událostí bylo, díky rodinným poměrům, posunuté. Monika nejen, že hledá partnera, ale také své místo v životě vůbec. Chtěla by se dále rozvíjet, učit se něčemu nové věci a najít si profesi, ve které by mohla profesně růst, v současnosti jí zaměstnání nedovoluje osobnostní rozvoj a tak by si Monika chtěla najít nějakou oblast, kde by osobní rozvoj byl součástí profese. Také si postupně uvědomuje, co by vlastně v životě chtěla, kam by její životní příběh měl směřovat.

Proč hledání partnera má tak významnou roli v životě Moniky? Napadá mě, že muži a jejich příběhy nabízejí Monice různé alternativy pokračování jejího vlastního životního příběhu a Monika postupně zjišťuje, které alternativy by se jí líbily a které ne.

5.8. Dodnes nevím, s kým chci být

Zuzana, 40 let

Zuzanin příběh je velmi ovlivněn emocemi, emoce jsou nejsilnější hybnou silou v jejím příběhu. Podle toho jak dané období prožívala a jak se měnily její emoce, označila Zuzana jednotlivé kapitoly svého života. Již v úvodu Zuzana popisuje klíčovou událost – úmrtí matky a důležité téma jejího života a to hledání ideálního partnera. Zatímco Monika si vybírá z velkého množství mužů, Zuzana zkouší různé alternativy vztahu s muži i ženami. Nevyhraněná sexuální orientace je pak v Zuzanině životě velkým tématem, které ji velmi ovlivňuje. Zuzana se snaží hledat své místo v životě, nevzdává se přesto, že její hledání stěžuje sklon k depresím. Celkově má Zuzanin příběh žánrově nejblíže k romanci, protože Zuzana stále hledá, bojuje, nevzdává se a věří, že se vše vyřeší tak, aby mohla být šťastná.

„...to období do těch sedmi let, to je takové v klidu, nebo aspoň nevím, že by tam bylo něco takového, nepamatuju se a potom to období od těch sedmi, do těch osmnáct, tak jak si, to bylo období, kdy, ve dvaceti vlastně, kdy maminka zemřela... tak na to období nechci myslet, protože byly tam nějaké problémy furt a stresy, zažívala jsem takové pocity, že když jsem šla ze školy, nebo z práce domů, tak takové ty tlaky na hrudi, takové úzkost šílená a pořád jsem měla takové pocity, že jsem chtěla uletět z toho dětství do dospělosti, že prostě jsem tam ani nechtěla být, prostě jsem chtěla od toho utéct...”

Dětství a časnou dospělost člení Zuzana zejména podle svých emocí, které jsou však odrazem rodinné situace. Se smrtí matky a tedy i se zánikem její primární rodiny se však kapitoly jakoby tříští a jsou velmi nepřehledné, skoro by se celá tato část života dala označit jako jedna velká kapitola, jakoby s rozpadem primární rodiny Zuzana ztratila vodítko, jak svůj život členit.

Velkým tématem Zuzanina života je rozhodování se, zda trávit život se ženou nebo s mužem. Zuzana si uvědomuje, že tento problém může vycházet z problémů, které měli rodiče mezi sebou, matka trpěla schizofrenií a otec ji zřejmě trápil a nepomáhal jí.

„...a díky tomu možná že byly ty problémy v rodině, tak se jí vyvinula ta nemoc – schizofrenie, která jí ztěžovala život ještě víc, a teď tatka jí v ničem nepomohl, dokonce jí to ještě ztěžoval...“

Situace v rodině byly zřejmě velmi vyhrocené, protože Zuzana dokonce uvádí, že svého otce nenáviděla a tím pádem nevěřila žádnému muži.

„...musím říct, že od patnácti mám v sobě obrovské zmatky, protože jsem nenáviděla svého otce, tak jsem nenáviděla všechny muže a věřila jsem jenom ženám a do teď to tak v podstatě je i když ta nenávist je menší, že teď už dokážu být blíž mužům,... ale jako musím se přiznat, že ten zmatek dodneska pořád je, je mi čtyřicet a já pořád ještě nevím, co vlastně chci od života, co jako dál...“

Na základě nedůvěry v muže a inklinace k ženám pak její vztahy s muži traskaly. Zároveň však nevycházely ani vztahy se ženami, protože Zuzaně chyběl ve vztahu mužský prvek.

„...s muži to vždycky ztroskotalo, protože jsem jim nevěřila. Já jsem měla pocit, že to stejně skončí, že to nemá cenu, žádný smysl, jako jenomže jsem zjistila, že bych nedokázala žít ani se ženou, protože jako ti řeknu, že já jsem takový typ člověka, který nedokáže být sám, ale ani s nikým...“

„...protože musím říct, že když jsem měla vztah se ženou, tak jsem chtěla zase muže, to byl takový zmatek takže... a opravdu, a ten vztah ten se opravdu vyvíjí, protože já jsem zjistila, že nejsou všichni muži stejní, že stejně musím těm mužům odpustit, jinak budu v životě nešťastná, jako jo... protože v podstatě se to ve mně bije, jo. Já bych chtěla ženu a přitom bych chtěla jako děti a muže...“

Teprve po třicátém roce života Zuzana zažila vztah s mužem, který ji naplňoval. Zuzana vzpomínky spojené s tímto vztahem označuje jako obrat směrem k mužům, protože zjistila, že ne všichni muži jsou stejní a že i s mužem může prožít hezké chvíle.

„...To byl takový obrat v životě, že jsem chtěla zažít něco jiného, než jenom s tou ženskou, to bylo jenom ženská, ženská, jo, ale zjistila jsem, že i s chlapem jo,

to jsem taky prožívala pěkné věci, ale tenkrát to bylo radši s tou ženskou, protože já jsem ty chlapy strašně nenáviděla a teďka už je to mezi náma dobré...”

Zuzana se ve vyprávění zaměřuje do budoucna, kdy vyjadřuje přání najít si partnera a založit rodinu. Na tomto rozhodnutí má podle mě velký podíl přání mít vlastní děti.

„...v budoucnu chci zajistit si, abych byla konečně v životě šťastná, a pokud možno, pokud by to bylo možné, tak mít partnera, s kterým bych mohla mít děti, jo a asi co nejdřív, protože už přece jenom mám hodně roků...”

Ve vztazích se ženami se v příhodách opakovaně objevuje postava silné ženy, která Zuzaně hodně imponuje, která se Zuzaně hodně libí, je však pro ni jako partnerka nedostupná. Tyto ženy jsou většinou o něco starší než Zuzana a představují určitou autoritu. Jsou to ženy, které mají ve svém životě jasno a pro Zuzanu jsou vzorem. Tyto ženy se objevují v různých rolích, jednou je to učitelka, jindy lékařka, další je pak sousedka.

„...A ještě když jsem bydlela v tom jiném bytě, než tady, tak v tom baráku taky bydlí jedna žena, která je taky starší, ale není to na ní vidět, prostě šikovná ženská a ta taky ji mám strašně ráda...”

„...řidičák jsem dělala strašně ráda, protože jsme měli takovou třídní, se kterou jsem pokecala, ona se mnou jezdila a mi to připadalo takové hluboké jako ty jízdy, že dneska bych se tomu smála, ale tehda mi to připadalo takové strašně emotivní, takže mi s ní bylo dobře...”

Vzhledem k tomu, že se jedná o ženy vyššího věku, ženy autoritativní a zároveň ochranné, připadá mi, že Zuzana v nich hledá oporu a ochranu jako u matky. Na principu matka – dcera jeden z těchto vztahů je postaven, vzhledem k tomu, že Zuzana o matku přišla ve svých dvaceti letech, našla se v jejím okolí žena, která roli matky v jejím životě převzala. Zuzana však říká, že z její strany se jednalo zpočátku spíše o zamilování se.

„...no a zamilovala jsem se do ní, a ona prostě mě směřovala tím směrem, že abych ji brala jako maminku, že jinak to prostě nejde, že, protože ona byla normální heteračka (pozn. heterosexuální), že a v podstatě máme furt takový vztah, že prostě jí můžu všechno říct a ona může říct mně, a ona mě v podstatě naučila hodně věcí, to co mě nenaučila mamka, co už nestačila, tak to ona mě všechno učila. Jak se mám chovat mezi lidma, jak vyřizovat na úřadech a jak se chovat k bráchovi, aby mě respektoval, ona mě to všechno naučila. Já za ní občas zajdu, ona mi v něčem poradí, je to takový vztah, jak kdyby byla její dcera...”

Jak jsem se již zmínila, klíčovou událostí byla v životě Zuzany smrt matky. Matka měla psychické problémy a opakovaně se pokoušela o sebevraždu, poslední pokus byl úspěšný. Zuzana tuto událost označila jako nejhorší moment svého života.

„...když si moje mamka si vzala život, teda, když se jí to povedlo, jako, jo... my jsme šli prostě někam ven a mamka zůstala sama doma, a pak jsme přišli s bráchou domů a tatka tam seděl u mamky, popitý a my říkáme, co je, co se děje, ona nějak divně spí ne? A on říkal, nic se neděje, nic se neděje, běžte spát. A já jsem z toho měla takový divný pocit, jo... no a na druhý den mamka furt spala ne, a vím, že ten den přijela ta švagra, ukázat své první dítě, jenže mamku už jsme neprobrali (...) a oni pak odjeli, tak pak jsem tu mamku otočila a ona měla v očích jenom bělmo, no mi bylo zle, no mi se tak udělalo zle, já jsem šla za tatkou a říkám mu: okamžitě volej pohotovost, okamžitě volej pohotovost... on potom volal tu pohotovost, oni ju budili, lískali ju,... tak ji odvezli do nemocnice a tam za jedenáct dní zemřela. A to byl ten nejhorší okamžik... ono už je to dvacet let, ale pořád to tam ve mně je. To bylo to nehorší, co jsem snad v životě zažila...”

Na této příhodě mě překvapila pasivita Zuzanina otce. Možná že předčasná smrt matky měla také podíl na tom, že Zuzana preferuje spíše starší ženy, že je Zuzana opakovaně vyhledává. Jakoby u nich hledala matku, která ji opustila.

Zuzana je hodně citově založená, vztahy s druhými lidmi jsou pro ni důležité, zejména vztahy s intimitou a sdílením. Vztahy klade Zuzana jednoznačně na první místo ve svých životních hodnotách. Je to něco, co se pokoušela po celý život

budovat, i přesto, že si dodnes není zcela jistá, jak by měl ideální vztah vypadat, zda v něm má hrát roli muž, nebo žena.

„...vždycky bylo moje krédo: milovat a být milován – tak to je moje krédo, jako. Protože, když toho člověka miluješ, tak jsi s ním šťastná všude. Aspoň tady to tak cítím (pozn. ukazuje si na hrud’)...“

Pro Zuzanu není snadné se rozhodnout, vedle koho by chtěla trávit život. Na jedné straně se ji přitahují ženy, na straně druhé, se jí líbí i muži a navíc by chtěla mít děti a založit rodinu. Jakoby při hledání svého životního příběhu bloudila v kruhu. Pokud se nějak rozhodne, začne jí lákat druhá alternativa. Její nejistota ve vztazích k mužům zřejmě vychází z dětství, kdy měla negativní vztah k otci a zřejmě komplikované vztahy s matkou. Také sama Zuzana ví, že je sama protože se stále ještě hledá, zároveň si uvědomuje, že pokud by opravdu chtěla mít děti, neměla by, vzhledem ke svému věku, ztrácet čas.

5.9. Mým posláním je šířit víru

Zdena, 50 let

Životní příběh Zdeny je hodně spjat se vztahem k mamince, na jehož vývoji člení Zdena jednotlivé kapitoly. V životě Zdeny hraje důležitou roli také víra v Boha, která jí dodává sílu překonávat překážky. Pokud Zdena měla v životě nějaké těžkosti, hledala ve víře oporu a také ji tam vždy našla. Celkově vyznívá Zdenin příběh optimisticky, víra je hnací silou, pro kterou je třeba bojovat, žánrově je Zdenin příběh nejbližší romanci.

Vztah s maminkou byl v životě Zdeny velmi důležitý a dá se říct, že přestože je Zdenina maminka už dvacet pět let po smrti, stále Zdenin životní příběh ovlivňuje. Pokud maminka žila, jsou kapitoly přehledné, ale po její smrti nastává období hledání nové životní cesty. V nedávné době se v životě Zdeny objevila žena, přítelkyně, která roli maminky částečně přebrala.

„...to dětství jsem prožila na takovém, v takovém krásném domečku u lesa, což bylo úplně to pravé, právě proto by se ta kapitola jmenovala Nejkrásnější

dětství, protože skutečně to dětství bylo nejkrásnější období mého života (...)jak jsem měla devět roků, tak u nás tenkrát v té době bylo, byla veliká povodeň a právě ten domek u toho lesa nám zatopila voda a moje maminka z toho nervového šoku prostě, že těžce onemocněla a vlastně maminčina nemoc poznamenala, dá se říct to dětství (...)chtěla bych říct, že asi tak, že maminka s náma na tom bytě bydlela ještě deset let, jako... že musím říct, že těch deset let co maminka na tom bytě bydlela bylo opravdu krásných s maminkou...(..)No a pak, právě ta maminčina smrt, to mi bylo dvacet pět, byla pro mě jako strašně ... životní rána, a já jsem prakticky byla bez práce a musela jsem se teď rozhodnout v pětadvaceti, jako co bude dál. Ted' jsem uvažovala všelijak, protože vlastně můj život byl spjatý s maminkou, ted' maminka už tady nebyla, práce nebyla..."

Maminka Zdeny trpěla mozkomíšní sklerózou a Zdena o ni pečovala, Zdena si péči o matku zvolila jako životní cestu. Vzдалa se kvůli tomu i vzdělání. Po smrti matky neměla Zdena o koho pečovat, pokoušela najít si vlastní cestu, hledala si partnera, pokoušela se o vstup do řeholního řádu. Nakonec pak zvolila cestu, kdy zůstala svobodná a opět věnovala svou péči, tentokrát mladšímu bratrovi. Připadala by si jako sobec, kdyby zvolila vlastní cestu a bratra opustila.

„...Musím říct, že velkou úlohu bych řekla, v tom mojí rozhodování hrál roli jako ... úloha mojeho bratříčka, protože my jsme po smrti rodičů zůstali sami dva a bratr se taky jako neoženil, jako taky zůstal svobodný, na a tudíž jako... v té době, jak tady byl pan farář, mě chtěl mít řadovou sestrou, můj bratr byl na montážích v Sovětském Svazu tenkrát, jako v Rusku jo, oni tam stavěli plynovod, no a já jsem si říkala tenkrát: jejdanečku, tak on se vrátí z toho Ruska a co si řekne? Že jsem ho zradila, vůbec tenkrát jako nikoho neměl ...“

Zdá se tedy, že Zdena potřebuje mít v životě někoho, o koho by mohla nějakým způsobem pečovat.

Také v klíčových událostech se často objevují příhody spojené s maminkou. Jako nejhorší zážitek Zdena popisuje, když maminka zemřela.

„...No tak nejhorší moment svého života si myslím, že bez pochyby to byla maminčina smrt..."

Jinou událost, které Zdena připisuje velkou důležitost, je dopravní nehoda, jež měla za následek to, že se mamčin zdravotní stav výrazně zhoršil.

„...při té jedné cestě, jak jsme se vraceli zpátky, tak jsme se nabourali, prostě jsme, naše auto vyjelo na nechráněný přejezd, vrazil do nás vlak, mamčin zdravotní stav se jako přihoršil...“

Před několika lety Zdena poznala ženu, kterou velice obdivuje, se kterou chce trávit volný čas a kterou Zdena označila jako svou duchovní maminku. Tato žena je Zdeně oporou a roli maminky určitým způsobem převzala.

„...No to prostě jako musím říct, že všechna čest té paní a že jako skutečně v ní mám velikou oporu, že skutečně třeba teď, fakt ale, opravdu, se vším všudy, v ní mám tu oporu. Já jsem skutečně jako šťastná, že jsem našla takovou náhradu za maminku, opravdu jsem šťastná a musím říct, že je to pro mně to největší štěstí, protože, protože si říkám, že bych v tom manželství skutečně nebyla šťastná...“

Ústřední postavou Zdenina života je její maminka a později kamarádka, která částečně zastupuje roli maminky. Zdena se však ve svém hledání životní cesty pokoušela najít si i partnera, nakonec však vždy označila vztah k muži jako poblouznění, nebo jako omyl, který neměl šanci na úspěch.

„...ale, prostě já jsem si to pak celé uvědomila, jako když to dneska zvážím, tak jsem strašně ráda, že to tak dopadlo, protože to byl vlastně kluk, který jako byl, jak by se řeklo, velice hezký byl, velice jako byl, jak to říct, jednak nebyl ani věřící a byl spíše takový... prostě když to zvážím dneska, tak musím říct, že se ke mně absolutně nehodil a že prostě to bylo jenom nějaké moje omámení...“

Zdena ani do budoucnosti neplánuje žádnou životní změnu, těší se na společné chvíle s kamarádkou, budoucnost nemá zřetelnou dějovou linii, jde spíše o kontinuální pokračování současnosti beze změn a nějakých dlouhodobějších plánů. Zdena si chce udržet práci uklízečky ve škole, chodit do kostela a volný čas trávit s přítelkyní.

Významným tématem v životě Zdeny je víra v Boha, Zdena chodí denně do kostela. Víra jí pomáhá překonávat problémy a je pro ni nejvyšší hodnotou, klade víru nad zdraví, protože pokud je člověk věřící, snáší i nemoc dobře.

„...já myslím, že určitě právě ten dar víry, to bych kladla určitě na první místo, že určitě když je třeba člověk nemocný, ono to je těžké, lidé říkají, já vím, že mezi lidma se říká hlavně zdraví, ostatní přijde samo, tak se to říká, že? Ale je pravda, že když člověk onemocní, můžu to říct i ze zkušenosti moji maminy právě, že i když člověk onemocní, ale má víru, dokáže tu nemoc unést snadněji...”

Víra je tolik pro Zdenu důležitá, že cítí jako náplň svého života předávat ji dál. Protože nemá vlastní děti, ale uklízí na škole, snažila se šířit víru mezi děti ve škole. V minulém režimu měla dokonce kvůli tomu problémy a měla zakázáno s dětmi mluvit.

„...jako bych řekla, že se cítím tak nějak povoláná, cítím se prostě být povolána k vydávání svědectví o Pánu Bohu mezi mladýma lidma. Asi tak že to je takové, řekla bych podobné, jako právě u toho svatého Dona Bosca...”

K šíření víry mezi děti se váže postava svatého Jana Dona Bosca, který zakládal sirotčince a šířil mezi dětmi víru. V životě Zdeny má Don Bosco zvláštní význam, Zdena se k němu denně modlí a bere jej jako svůj ideál, nebo vzor, cítí svůj životní příběh tak, že jde v jeho šlépějích, i když nemá tak široké pole působnosti. Vidí sebe jako člověka, který šíří víru, podobně jako on. Význam Dona Bosca v životě Zdeny potvrzuje také fakt, že mu věnovala zvláštní kapitolu ve svém životním příběhu.

„...poslední kapitola by byla, ta by měla velmi zajímavý název, ta by se jmenovala: V duchu svatého Jana Dona Bosca. Totiž tak. Svatý Don Bosco byl italský kněz, který zemřel tak před sto dvaceti lety a já jej taky uznávám jako největší vychovatel devatenáctého století a v té době, kdy on žil se staral prostě o opuštěnou mládež, která tenkrát žila v Turíně na severu Itálie. No a pro mě se vlastně Don Bosco stal takovým životním ideálem, takovým životním vzorem, a takovým životním by se řeklo ... já když se k němu modlím, tak říkám tatínku.

Prostě, skutečně se stal taky náhradou za toho tatínka, mám ho moc ráda prostě ... Ach, ... každé ráno když vstanu, tak беру jeho knihu do ruky, jeho obraz...”

Zdá se, že životní hledání Zdeny přivedlo k pro ni ideálnímu stavu, kdy sice nemá svou rodinu a děti, ale své přesvědčení přesto může předávat dál dětem ze školy, našla si přítelkyni, která je jí náhradou za maminku, není vdaná, takže může alespoň příležitostně věnovat péči bratrovi, který zůstal také sám. Zdena je orientovaná na přítomnost a budoucnost se příliš nezabývá. Samota je pro ni životní volbou, kterou si po hledání životní cesty sama zvolila, ačkoliv měla příležitost jít jinou cestou.

6. Analýza dat z dotazníkového šetření

Dotazníky byly vyhodnoceny a byly vytvořeny osobnostní profily, tyto profily pak byly vzájemně porovnávány na základě jednotlivých škál. Při hledání odpovědi na otázku, zda mají ženy žijící osaměle nějakou společnou vlastnost, nebo osobnostní charakteristiku jsme respondentkám zadali dotazník PSSI, který se zaměřuje na styly osobnosti. Tak jako jsou životní příběhy každý jiný, i jednotlivé profily stylů osobnosti se liší, přesto však lze najít určité podobnosti.

Z osmi účastnic výzkumu jich mělo šest zvýšený T-skór na škále sebejistoty. Na této škále vysoko skórují lidé, kteří jsou zaměřeni na prosazování vlastních cílů, mohou být až nezodpovědní vůči druhým, bezohlední a jejich chování je pro ostatní nepředvídatelné. Tato charakteristika u žen, které zůstávají samy lze vyložit různými způsoby. Na jedné straně může být tento osobnostní styl do jisté míry příčinou jejich samoty, protože s nimi nikdo v soužití dlouho nevydrží, díky tomu, že nejsou příliš ochotny ke kompromisům s partnery a také proto, že preferují vlastní cíle, před cíli druhých.

Orientace na vlastní cíle pak na druhé straně může být výsledkem negativních zkušeností, nebo zklamání druhými lidmi. Jinou možností je, že je tento osobnostní styl může být výsledkem dlouholetých zkušeností, kdy tyto ženy byly odkázány samy na sebe a jednoduše musely sledovat vlastní cíle, aby se v životě nějak uplatnily.

Za povšimnutí stojí také to, že Monika, Zdena, Zuzana a Kateřina měly vysoké T-skóre na škále intuitivního stylu osobnosti. Pro tyto ženy byl nějakým způsobem důležitý vztah s matkou, který výrazně ovlivnil jejich další životní příběh (pro Moniku matka alkoholička, pro Zdenu nemocná matka o kterou pečovala, Zuzanina matka trpěla schizofrenií, Kateřinu matka zatěžovala svými starostmi). Tento styl osobnosti se vyznačuje iracionálním chápáním světa vírou v nadpřirozené síly. Pro všechny tyto ženy bylo dětství a dospívání plné nejistoty a strachu, že se rozpadne jejich rodina. V souvislosti s tím mě napadá, že intuitivní uchopování světa těmto ženám pomáhá překonávat tuto nepředvídatelnost a nejistotu světa.

7. Výsledky výzkumu

Na tomto místě se pokusíme na základě analýzy dat zodpovědět výzkumné otázky, které jsme si v úvodu výzkumné části položili.

1. Jaké jsou příběhy osamělých žen?

Přesto, že se může navenek zdát smutné, zůstat sám, většina životních příběhů žen vyznívá optimisticky. Ženy bývají ve svém jednání aktivní, nevzdávají se, mají sny a ideály za kterými směřují. Výjimkou jsou příběhy Veroniky, která s možností mít dítě ztratila i touhu hledat si partnera, a příběh Marie, který je plný zklamání.

2. Lze najít v příbězích osamělých žen nějaké podobnosti, které by mohly být příčinou toho, že jsou samy?

Samotná podstata narativního vyprávění odmítá jakékoliv srovnávání jednotlivých životních příběhů. Každý člověk je osobitý, neopakovatelný, jedinečný a stejně takový je i jeho příběh. Přesto se však pokusíme najít společné body ve vyprávěních žen žijících osaměle.

Dá se říci, že životní příběhy osamělých žen by se daly rozdělit na dvě skupiny. První skupinu příběhů tvoří příběhy Marie, Veroniky, Anny a Evy, kdy tyto ženy prožily normální dětství, jejich vztahy s rodiči byly a jsou dobré nebo neutrální. V příbězích Anny a Veroniky to byly zdravotní komplikace a neplodnost, které je pak odvedly od hledání partnera. V příbězích Marie a Evy je to pak jakási „smůla na partnery“ a určitá neaktivita v hledání „toho pravého“. Za povšimnutí jistě stojí fakt, že obě tyto ženy jsou vysokoškolsky vzdělané.

Do druhé skupiny příběhů by se pak daly zařadit příběhy Kateřiny, Moniky, Zdeny a Zuzany, kdy jejich příběhy jsou již od dětství plné nejistoty, vycházející od rodičů. V rodinách těchto žen je určitá nestabilita až konfliktovost. Zejména v příbězích Moniky a Zuzany. Oběma ženám pak trvalo dlouho, než se vyrovnaly s nešťastným dětstvím, oba tyto příběhy také spojuje fakt, že matky obou žen spáchaly sebevraždu. Také Zdenina matka zemřela brzo. V příbězích spojených s odchodem rodičů (nebo od rodičů jako u Moniky) nastaly v životním příběhu zmatky a období hledání vlastní, nové životní cesty. Matky Kateřiny a Zdeny si své dcery k sobě nějakým způsobem přitáhly, pro obě je společné, že musely řešit problémy dospělých ve věku, který jiní označují za bezstarostný. Matky Zdeny i Kateřiny je vtáhly do problémů, na které ještě nebyly připravené. Kromě násilnického otce Moniky je pak role otců v těchto příbězích nejasná, otec v příbězích chybí, nebo je v pozadí. Lze tedy říct, že na samotou těchto žen měla určitý vliv jejich primární rodina, tyto ženy si obtížně hledaly, a některé dodnes hledají, místo ve světě.

3. Jak se ženy vyrovnávají se svou samotou, cítí se osamělé?

Proti samotě a osamělosti ženy bojují různým způsobem. Jedny si udržují pevnou vazbu na rodiče Eva, Kateřina, Anna a svým způsobem i Zdena. Anna a Eva využily možnosti pečovat o dítě sestry a tím pádem si vyzkoušely mateřskou roli. Pokud se to tak dá označit, tak určitou náhradou za dítě je v životě Moniky pes a v životě Zuzany kocour.

Pro Kateřinu a Zdenu je samota volbou, pro obě je velice důležitý duchovní a církevní život a pevné sociální kontakty mají v kostele, oporou je jim víra v Boha, stejně tak jako pro Annu v boji s nemocí. Také Marie má přátele v kostele, její

samota však není volbou, ale spíše rezignací na partnerský život. Ostatní ženy pak hledají, nebo alespoň doufají, že do jejich životního příběhu vstoupí nějaký partner. Ty mladší pak ještě věří, že by mohly mít i své děti.

4. Mají ženy žijící osaměle nějaké společné osobnostní vlastnosti?

Na základě dotazníku PSSI jsme zjistili, že šest z osmi respondentem skórovaly na škále sebedůvěry. To svědčí pro určitou samostatnost, ale také pro jistou míru bezohlednosti vůči okolí. Je možné, že je tato vlastnost příčinou samoty, protože nejsou ochotny přistupovat na kompromis, vycházet partnerovi vstříc. Na druhou stranu však může jít o vlastnost vytvořenou na základě životních zkušeností, kdy tyto ženy, díky tomu, že zůstaly samy, byly více nuceny spoléhat pouze samy na sebe a na své schopnosti. Také po letech bez partnera ani nepotřebovaly hledat kompromisy a mohly ve svém volném čase rozvíjet téměř bez omezení své zájmy a cíle.

8. Diskuse

Ve své diplomové práci jsme se zabývali životními příběhy žen žijících osaměle. Ačkoli už v názvu naší práce se vyskytuje slovo „osamělost“, ne vždy jsou tyto ženy osamělé, ve smyslu osobního prožitku. Vzorek jsme vybírali na základě kritéria vlastní domácnosti, nikoliv však na základě jejich pocitů. Jde o to, že v češtině využívání významu těchto slov v běžné řeči nemají zcela přesné hranice. Žena, jež má odrostlé děti a nefungující vztah s manželem se může cítit daleko osaměleji, než žena, která nikdy neměla ani děti ani manžela a velkou část svého volného času tráví o samotě.

V literatuře, zejména v učebnicích vývojové psychologie je vývoj člověka pojímán vždy v kontextu proměn jeho sociálních rolí. Jde tedy na jedince nahlíženo z vývojového pohledu jeho manželství, v pohledu změny role ve vztahu k vlastním rodičům, ve změně role k vlastním dětem, které postupně opouštějí domov. Ve vztahu k ženám jsou pak uváděny témata jako například manželská krize, rozvod, syndrom opuštěného hnízda. Univerzálním tématem jsou projevy stárnutí. Tyto knihy neuvádějí, jak se člověk může vyvíjet sám osobě, nelze tedy poznatky aplikovat na skupinu lidí, kteří žijí osaměle. Tito lidé jsou ve zkoumání psychologů opomíjeni, přitom jejich podíl v populaci není nezanedbatelný. Dle Českého statistického úřadu¹ je přibližně 16 procent domácností vedeno jednou osobou, zde jsou samozřejmě započítáni lidé po rozvodu, lidé žijící s dětmi bez partnera, vdovy a vdovci seniorského věku a nejsou zde zřejmě podchyceny některé domácnosti nesezdaných párů, přesto je toto číslo poměrně velké. Lidé, kteří po celý život zůstávají sami, tvoří asi 4 procenta z celkové populace, přičemž většinu tvoří muži.

Domnívám se, že témata těchto lidí nejsou na první pohled pro řadu psychologů tolik atraktivní, než témata jiných skupin, které si zvolily alternativní životní styl. Přitom se domníváme, že poznatky získané na základě zkoumání těchto skupin lidí mohou být využity v oblastech psychologie zabývajících se soužitím lidí, tedy zejména v manželském a rodinném poradenství.

Naše studie je postavena na příliš malém vzorku, aby se na jejím základě dala postavit nějaká obecná tvrzení, přesto však naznačuje směr, kterým by se

¹ <http://www.czso.cz/csu/2007edicniplan.nsf/publ/4019-07-2006>

další výzkum mohl ubírat. Další studium by se mohlo zaměřit na srovnání osaměle žijících žen se ženami, které také říkají, že mají jakousi „smůlu na muže“ ale navazují partnerství nebo manželství, které opakovaně končí neúspěchem. Jaké jsou u obou skupin strategie v hledání partnera? Jaké jsou motivace k uzavření manželství případně společnému soužití?

Ve svém výzkumu jsme se zaměřili na ženy ve věku 40-50 let, v tomto věku většina z nich ještě věří, že se jim podaří najít partnera a ty mladší doufaly v založení vlastní rodiny, tyto ženy jsou tedy v jakémsi období, kdy „ještě není pozdě“. Jejich příběhy nejsou ještě dokončeny. Možná proto není jejich subjektivní prožívání tolik ovlivněno pocitem osamělosti. Z tohoto pohledu by bylo dobré zaměřit další výzkum i na starší věkové skupiny žen.

Určitý nezájem psychologů může souviset také s předsudky, které se k této skupině žen vztahují. Sami jsme se s těmito předsudky při hledání vzorku setkali. Tyto negativní předsudky vycházejí zřejmě z laické hypotézy, že svobodná žena je nějakým způsobem špatná, nebo divná, protože společnost předpokládá, že každá žena chce být manželkou případně partnerkou a matkou. Jak náš výzkum naznačuje, většina těchto žen skutečně touží po rodině, měly však příliš mnoho jiných problémů, například v rodině anebo se svým zdravím. Malý počet psychologických studií osaměle žijících lidí také poukazuje na to, že vstoupit do manželství a založit rodinu je obecně vnímáno jako norma. Výzkumy jsou pak směřovány na rodinu a partnerské vztahy.

Existuje však určitá podskupina žen, které jejich okolí označilo za podivínské, a které za všech okolností odmítala participovat v naší studii. Nabízí se zde otázka, zda by jejich životní příběhy a osobnostní vlastnosti byly podobné těm ženám, které byly ochotny spolupracovat, nebo by tvořily samostatnou skupinu s například větší tendencí k samotářství.

Zajímavé také je, že v určitých rodinách se osaměle žijící lidé, ať už muži nebo ženy, vyskytují častěji. Stálo by určitě za prozkoumání, z čeho tento jev vyplývá, zda je to opakuje se rodinný model, kdy má osamělý jedinec nějakou specifickou funkci, nebo tyto lidé opakovaně přejímají partnerské modely, na základě kterých si obtížně hledají partnera, nebo zde je to nějakým osobnostním založením, temperamentem, které jsou pro danou rodinu charakteristické.

Ve výzkumu jsme se nesetkali se ženou, která by jednoznačně upřednostňovala samotu, aby mohla budovat kariéru. Možná je to tím, že jsme si

zvolili jako zkoumanou skupinu generaci žen, která vyrůstala ještě v období komunismu, kdy se příliš nepřipouštěly alternativní životní styly, a tudíž neberou takový životní styl za svůj. Další možností je, že většina respondentek pochází z menších měst, kde není tolik příležitostí k budování kariéry, nebo jdou tito lidé za lukrativnějším zaměstnáním do větších měst. Dnes je zřejmě tento trend rozšířenější mezi poněkud mladšími lidmi, kteří bývají označováni jako singles. Jsou to tedy lidé, kteří raději žijí sami, ve svém životě kladou důraz na kariéru a přátelství a jejich intimní vztahy jsou spíše rozvolněné.

Za povšimnutí pak stojí fakt, že obě ženy s vysokoškolským vzděláním při hledání partnera mluví o určité smůle, nebo o tom, že se jim vztahy nevyvedly. Bohužel při tak malém vzorku nelze říci, zda se jedná o náhodu, nebo zda má vzdělání nějaký význam.

Mezi lidmi žijícími osaměle převládají muži², další výzkum by se mohl orientovat tedy i na ně, jednak jako na samostatnou skupinu a poté také ve srovnání se ženami.

Jsme si vědomi, že také naše osoba mohla ovlivnit nejen samotný výběr respondentek, ale i průběh setkání s nimi. Tomu jsme se snažili zamezit tím, že jsme se snažili co nejméně ovlivňovat průběh výpovědí o životním příběhu a také jsme administrovali dotazník dle daných instrukcí. Přesto jsme si vědomi, že v narativním přístupu je výzkumník pojmán jako někdo, kdo vstupuje do příběhu druhých, příběh výzkumníka a příběh respondenta se může vzájemně prolínat a ovlivnit.

² <http://www.czso.cz/csu/2007edicniplan.nsf/publ/4019-07-2006>

9. Závěry

Na tomto místě shrneme naše nejdůležitější poznatky. Ve své práci jsme se zabývali životními příběhy žen, které žijí osaměle.

Z našeho výzkumu vyplývá, že tyto ženy přistupují aktivně, hledají řešení své situace, většina z nich doufá, že si najde partnera. Životní příběhy žen by se daly rozdělit do dvou skupin. V první skupině jsou příběhy, které byly ovlivněny zdravím, nebo smůlou na partnery. Do druhé rodiny by se daly zařadit příběhy žen, které pocházejí z rodin s komplikovanými vztahy. Jejich odpoutání se od rodičů pak bylo nebo je problematické.

Všechny ženy mají dostatek přátel a známých, netíží je tedy pocit osamělosti. Dvě z osmi zkoumaných žen měly možnost pečovat o děti svých sester, mohly si tedy vyzkoušet mateřství. Čtyři ženy mají bohaté sociální kontakty v kostelním sboru a také víra v Boha je pro ně důležitou oporou.

Na základě dotazníkového šetření jsme zjistili, že ženy mají zvýšené skóre na škále sebevědomí. Domníváme se, že na této škále mohou zkoumané ženy skórovat, protože byly nuceny spoléhat pouze samy na sebe. Tento rys však může být také příčinou jejich samoty.

10. Souhrn

Tato diplomová práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a výzkumnou.

Teoretická část se zaměřuje na roli příběhu v lidském životě, na možnosti využití příběhu v psychoterapii a ve výzkumu, popisuje také fenomén samoty a osamělosti. Teoretická část je členěna do pěti hlavních kapitol.

Úvodní kapitola popisuje roli příběhů v dětství, přičemž se zaměřuje zejména na pohádky. Z psychodynamického hlediska pomáhají pohádky řešit vnitřní konflikty dítěte. Pohádky také dávají dítěti morální ponaučení.

Druhá kapitola se zaměřuje na to, jak člověk vytváří svůj vlastní životní příběh. Jsou zde představeny základní myšlenky filozofie konstruktivismu, ze kterého narativní psychologie vychází. Podle konstruktivistů člověk není schopen poznat realitu takovou, jaká je, ale vytváří si realitu svou vlastní.

Další část je zaměřena na poznatky obecné psychologie na vytváření autobiografie, tedy na funkci paměti. Autobiografická paměť je součástí epizodické paměti, kde jsou uchovány vzpomínky na různé osobní zážitky, jež se odehrály v různých obdobích života. Nejvýraznější jsou vzpomínky spojené se silným emocionálním doprovodem. V paměti však vzpomínky nezůstávají v nezměněné podobě, na vzpomínky působí selektivita paměti, tedy to, že si pamatujeme zejména ty vzpomínky, které jsou v souladu s naším osobnostním nastavením. Dalším jevem vztahujícím se ke změně vzpomínek je sebepřisuzování, tedy, že lidé vztahují informace z vnějšího světa na svou osobu.

Z hlediska narativní psychologie neexistuje objektivní realita. Lidé pozměňují příběh podle toho, jací jsou. V narativní psychologii je člověk vnímán jako individualita, která se stále mění a také tak se mění i jeho příběh.

Třetí kapitola popisuje základní východiska narativní terapie. Narativní terapie se nesnaží hledat nové diskursy příběhů, ale konstruuje příběhy nové. Nejprve se tedy původní příběh dekonstruuje, tedy terapeut zpochybní některé jeho aspekty a posléze se klient vytváří příběh nový, uspokojivější. Narativní psychoterapie vznikla na základě celkového obratu k jazyku. Vzešla na základě práce s manželi a rodinami. Na základě spojení s dalšími teoretickými koncepcemi lze k příběhu v terapii přistupovat vícero způsoby. Narativní terapii lze velmi dobře

využít zejména při práci s rodinami a dětmi. Lze zde využít různé druhy příběhů pohádky, terapeutické příběhy, nebo například příběhy z orientu.

Další kapitola se zaměřuje na využití příběhu ve výzkumu. Příběh je předmětem i cílem výzkumu. Člověk si vytváří svůj příběh sám, vybírá, jak jsou události řazeny do děje, a přisuzuje jim určitý význam. Při narativním výzkumu je třeba brát ohled na proměnlivost a relativnost příběhu. Dále kapitola nabízí přehled, jak lze k příběhu přistupovat z hlediska různých autorů.

Pátá kapitola je věnována fenoménům samoty a osamělosti. Zatímco samota je vesměs pozitivní, osamělost je psychický stav, který je prožíván velmi negativně. Je to stav, kdy nezáleží na množství lidí kolem. Dále jsou zde prezentovány různé výzkumy zabývající se osamělostí. Lidé se cítí osamělí, pokud se nacházejí v zátěžové situaci, ale může to být také osamělost jako osobnostní rys. Také je zde konstatováno, že jev samoty a osamělosti je v psychologické literatuře opomíjen.

Výzkumná část se zabývá životními příběhy žen. Zabývá se tím, jak se vyvíjely jednotlivé příběhy, poté jsou příběhy vzájemně srovnávány. Pokouší se také zjistit, zda mají ženy žijící osaměle nějaké společné osobnostní vlastnosti.

Bylo provedeno celkem osm interview zaměřených na životní příběh. Všechny ženy zkoumaného vzorku žijí osaměle a jsou ve věku 40 – 50 let. Všechna interview byla se souhlasem účastnic výzkumu nahrávána na diktafon, poté byly rozhovory doslovně přepsány a byla provedena narativní analýza dat dle McAdamse. Dále byl všem ženám administrován dotazník PSSI – inventář stylů osobnosti a poruch osobnosti.

Další část je věnována analýze konkrétních životních příběhů a analýze dat z dotazníkového šetření. Na základě těchto analýz bylo zjištěno, že většina životních příběhů žen vyznívá optimisticky.

Životní příběhy žen lze rozdělit do dvou základních skupin. První skupinu příběhů tvoří příběhy žen, které pocházejí z běžně fungujících rodin, jejich samota je pak následkem neplodnosti nebo smůly na partnery. Druhou skupinu pak tvoří příběhy žen, které pocházejí z konfliktních rodin. Ženy se musely nejprve vyrovnat s těžkým dětstvím a teprve nyní zkoušejí hledat vlastní životní cestu. Všechny tyto ženy měly komplikovaný, nebo neobvyklý vztah s matkou. Otec stojí většinou

v pozadí jejich příběhu. Primární rodina měla zřejmě vliv na hledání vlastního místa ve světě.

Pokud se týče prožívání samoty a osamělosti, zejména mladší ze zkoumaných žen nevnímají svou samotu jako definitivní, stále se pokoušejí hledat partnera. Dvě z osmi žen měly možnost vychovávat děti svých sester, měly tedy možnost prožít si mateřskou roli. Další dvě rády pečují o své domácí zvíře. Čtyři ze zkoumaných žen jsou věřícími a mají přátele a sociální kontakty v kostele.

Z dotazníkového šetření bylo zjištěno, že šest z osmi zkoumaných žen mělo zvýšené skóre na škále sebedůvěry, která je specifická pro lidi samostatné, kteří preferují vlastní cíle před cíli druhých. Může to být osobností rys, který je příčinou osamělosti těchto žen, neboť nejsou ochotny přistupovat na kompromis, nebo se může jednat o vlastnost, která se rozvinula díky tomu, že ženy zůstaly samy a byly nuceny spoléhat pouze samy na sebe.

11. Seznam literatury

- Bettelheim, B.:** Za tajemstvím pohádek: proč a jak je číst v dnešní době. Praha, Lidové noviny 2000.
- Carr, A.:** Family therapy: concepts, process and practice. Chichester, John Wiley and Sons 2003.
- Čermák, I.:** Myslet narativně: kvalitativní výzkum „On the road“. In: Čermák, I., Miovský, M. (eds.): Kvalitativní výzkum ve vědách o člověku na prahu třetího tisíciletí. Brno, Psychologický ústav akademie věd ČR 2002.
- Čermák, I.:** Narativní terapie: mnohohlasý chór. In: Čermák, I., Miovský, M., Řehan, V. (eds.): Kvalitativní přístup a metody ve vědách o člověku III. Olomouc, Univerzita Palackého v Olomouci 2004.
- Daněčková, T.:** Životní příběh a osobní identita na prahu dospělosti. In: Čermák, I., Miovský, M., Řehan, V. (eds.): Kvalitativní přístup a metody ve vědách o člověku III. Olomouc, Univerzita Palackého v Olomouci 2004.
- Dreikurová-Fergusonová, E.:** Adlerovská teorie – vod do individuální psychologie. Tišnov, Sursum 1993.
- Erikson, E. H.:** Životní cyklus dokončený a rozšířený. Praha, Lidové noviny 1999.
- Fialová, L., a kol.:** Dějiny obyvatelstva českých zemí. Praha, mladá fronta 1996.
- Franz, M. L. v.:** Psychologický výklad pohádek: smysl pohádkových vyprávění podle jungovské archetypové psychologie. Praha, Portál 1998.
- Frye, N.:** Anatomie kritiky: čtyři eseje. Brno, Host 2003.
- Gjuričová, Š., Kubička, J.:** Rodinná terapie: systemické a narativní přístupy. Praha, Grada 2003.
- Chrz, V.:** Výzkum jako narativní rekonstrukce. In: Čermák, I., Miovský, M., Řehan, V. (eds.): Kvalitativní přístup a metody ve vědách o člověku III. Olomouc, Univerzita Palackého v Olomouci 2004.
- Chrz, V.:** Možnosti narativního přístupu v psychologickém výzkumu. Praha, Psychologický ústav AVČR 2007.
- Chvála, V., Trapková, L.:** Rodinná terapie psychosomatických poruch. Praha, Portál 2004.
- Karsten, H.:** Ženy – muži: jejich generové role, jejich původ a vývoj. Praha, Portál 2006.

- Kuhl, J., Kazén M.:** PSSI – inventář stylů osobnosti a poruch osobnosti. Praha, Testcentrum 2002.
- Lauster, P.:** Sebevědomí: jak získat sebejistotu a neztratit cit. Praha, Knižní klub 1993.
- McAdams, D.P.:** The stories we live by. New York, The Guilford Press 1993.
- McLeod, J.:** Social construction, narrative, and psychotherapy. In: Angus, L.E., McLeod, J. (eds.): The handbook of narrative and psychotherapy. London, SAGE 2004.
- Miovský, M.:** Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Praha, Grada 2006.
- Molicka, M.:** Příběhy, které léčí. Praha, Portál 2007.
- Osho:** Meditace první a jediná svoboda. Praha, Pragma 1999.
- Peseschkian, N.:** Příběhy jako klíč k dětské duši. Praha, portál 1999.
- Plháková, A.:** Dějiny psychologie. Praha, Grada 2006.
- Plháková, A.:** Učebnice obecné psychologie. Praha, Academia 2003.
- Polkinghorne, D.E.:** Narrative therapy and postmodernism. In: Angus, L.E., McLeod, J. (eds.): The handbook of narrative and psychotherapy. London, SAGE 2004.
- Prochaska, J.O., Norcross, J.C.:** Psychoterapeutické systémy: průřez teoriemi. Praha, Grada 1999.
- Ruisel, I.:** Paměť a osobnost. Bratislava, Veda 1988.
- Tichá, B.:** Osamělost. Rigorózní práce. Praha 1980.
- Tournier, P.:** Osamělost mezi lidmi (příčiny a důsledky, východiska a řešení osamělosti). Praha, Návrat domů 1998.
- Špitz, J., a kol.:** Psychotherapie I: sborník přednášek. Praha, Triton 1996.
- Výrost, J., Slaměník, I.:** Aplikovaná sociální psychologie II. Praha, Grada 2001.

ANOTACE MAGISTERSKÉ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Jméno a příjmení: Jana Živná

Název katedry a Fakulty: Katedra psychologie, Filozofická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci

Název diplomové práce: Životní příběhy osamělých žen

Název diplomové práce v anglickém jazyce: Life stories of lonely women

Vedoucí práce: doc. PhDr. Alena Plháková, CSc

Počet stran: 80

Počet znaků: 138 500

Počet příloh:

Počet titulů použité literatury: 32

Abstrakt: Tato práce se zabývá životními příběhy osamělých žen. V teoretické části se práce zaměřuje na základní teoretická východiska narativní psychologie, na význam příběhu v lidském životě. Je zde naznačeno, jak člověk utváří svůj životní příběh. Popisuje využití příběhu v terapii a ve výzkumu. Dále je zde věnován prostor fenoménu samoty a osamělosti.

Cílem praktické části je popsat a porovnat jednotlivé příběhy žen, které žijí osaměle, a také zjistit, zda tyto ženy mají nějaké společné osobnostní vlastnosti. Zkoumali jsme i to, jak se jednotlivé ženy se svou samotou nebo osamělostí vyrovnávají. Jako metody byly použity interview o životním příběhu a následná narativní analýza dat a osobnostní dotazník.

Klíčová slova:

Životní příběh

Osamělost

Samota

Narativní psychologie

Abstract: This work describes life stories of lonely women. Theoretical part of this work is focused on the essential theoretical base of narrative psychology, it focuses on the meaning of stories in human life. Also there is suggested, how the human forms his own life story. You can read here about the usage of story in

therapy and in research. Further phenomena of singleness and solitude take place in this work.

The aim of practical part is to describe and confront individual stories of women, who live alone. We wanted to discover whether these women have some personal attributes in common. We were looking at the fact how women cope with their singleness and solitude. We used interview based on life story and its narrative analysis and personal questionnaire as the main research methods.

Keywords:

Life story

Singleness

Solitude

Narrative psychology

Příloha č. 3: Interview o životním příběhu (McAdams 1993)

Všichni občas přemýšlíme o svém životě, o tom, co se nám podařilo a co nám naopak nevyšlo. Radujeme se z úspěchů, hledáme důvody svých problémů a přemýšlíme o jejich možném řešení. Ráda bych si teď s vámi o vašem životě popovídala, poslechla si o vašich vzpomínkách, o důležitých lidech ve vašem životě, o současnosti i o vašich plánech do budoucna.

1. Každý z nás zažil období příjemná, stresující, náročná, i taková, kdy se zdánlivě nic nedělo. Takové období života připomíná kapitolu knihy. Pro někoho může být takovou kapitolou na střední škole, které bylo ukončeno volbou povolání. Pro některou ženu to může být třeba období od narození dětí po její návrat do práce.

Pokuste se teď prosím určit hlavní kapitoly svého života. Může jich být tolik, kolik si budete přát, ale doporučovala bych vám, aby jejich počet nepřesáhl osm. Každé kapitole dejte název a jen stručně se zmiňte o tom, co způsobuje přechod z jedné kapitoly do druhé.

2. Stejně jako knižní hrdinové, zažila jste i vy několik důležitých příhod. Takových, které váš život někam posunuly, které byly v něčem výjimečné. Příhoda by se měla odehrávat v omezeném časovém úseku. Příhodou tedy není letní dovolená, ta probíhala během delšího období. Může jí být ale například rozhovor s vaší matkou, který jste tam vedli. U každé příhody detailně popište, co se stalo, kde jste byli, kdo byl s vámi, co jste dělali a co jste si u toho myslela a cítila. Pokuste se vyjádřit, jaký vliv měla tato příhoda na váš životní příběh. Změnila vás nějak?

Zkuste si tedy vybavit:

- a) příhodu, kterou byste mohl označit jako nejkrásnější moment svého života.
- b) Takovou příhodu, kterou naopak považujete za nejhorší moment svého života.
- c) Příhodu, která vám připadá jako bod obratu, okamžik, v němž se měnilo vaše chápání sebe sama, nebo která přivodila důležité změny ve vašem životě.
- d) Svou první vzpomínku. Nemusí nutně vypadat jako důležitá, je však podstatné, aby byla první.
- e) Jakoukoliv důležitou vzpomínku z dětství, může být jak příjemná, tak i nepříjemná
- f) Jakoukoliv důležitou vzpomínku z období dospívání, opět může být příjemná i nepříjemná.

- g) Jakoukoliv důležitou vzpomínku z období dospělosti, to znamená zhruba nad dvacet let věku. Nějakou jinou vzpomínku z jakéhokoliv období života, z dětství, dospívání, či z dospělosti.

3. Vzpomeňte si na lidi, kteří jsou ve vašem životě důležití. Mohla byste mi o nich něco říct? Upřesněte, prosím, jaký vztah jste k dané osobě měli, nebo máte a jakým způsobem ovlivnila váš životní příběh.

Zajímalo by mě také, jaké jste měla hrdiny, nebo vzory, lidi, kteří vás výjimečně oslovili svými skutky, či myšlenkami. Mohou to být politici, filozofové, sportovci, spisovatelé, či literární postavy.

4. V předchozích otázkách jsme se hodně zabývali minulostí. Teď bych se vás chtěla zeptat na budoucnost. Jaké jsou vaše plány, sny a cíle?

5. A teď se prosím zamyslete nad vašimi současnými starostmi a problémy a zkuste mi popsat dvě oblasti vašeho života, v nichž poslední dobou zažíváte závažný stres, konflikt, či problém, kterému musíte čelit. Zamyslete se také nad příčinou, které vaše potíže mají a nad možným způsobem jejich řešení.

6. V další části našeho rozhovoru bych se vás ráda zeptala na vaše základní přesvědčení a hodnoty.

Můžete mi říct, co považujete za nejdůležitější hodnotu v lidském životě?

Věříte v existenci boha, či nějaké vesmírné síly, která organizuje a řídí svět? Nebo máte jiná přesvědčení, která byste mohla popsat?

Jaká je vaše politická orientace?

Jak se vaše hodnoty a přesvědčení během života měnily?

7. Probrali jsme teď mnoho oblastí vašeho života. Na závěr bych vás chtěla požádat, abyste se nad tím, o čem jsme mluvili, zamyslela a zkusila vyjádřit, co považujete za hlavní téma, či poselství svého života. A proč se vám jeví jako nejdůležitější?

Příloha č. 4: Dotazník PSSI (Kuhl, Kazén 2002)

V tomto dotazníku najdete 140 výpovědí.

Posuďte prosím, nakolik uvedená výpověď souhlasí (nakolik vás vystihuje nebo nakolik vyjadřuje váš názor) a označte svou odpověď přeškrtnutím zvoleného čísla na připojené škále:

určitě NE	spíše NE	spíše ANO	určitě ANO
0	1	2	3

Jednotlivé výpovědi nelze posuzovat ani jako správné ani jako nesprávné, a proto není možné dosáhnout dobrých nebo špatných výsledků.

Pracujte, prosím, pozorně a po vyplnění zkontrolujte, zda jste posoudili každou výpověď. Pokud se rozhodnete změnit svou odpověď, označte nové zvolené číslo opět křížem a navíc je i výrazně podtrhněte.

	Určitě NE	spíše NE	spíše ANO	určitě ANO
1) Když někdo ukáže slabost, mnozí lidé toho využijí.	0	1	2	3
2) Důvěrnost v kontaktu s druhými lidmi je mně spíše nepříjemná.	0	1	2	3
3) Už jsem měl(a) častěji nějaké vnuknutí.	0	1	2	3
4) Pociťuji často vnitřní prázdnotu.	0	1	2	3
5) Mohu si lidi získat, když chci.	0	1	2	3
6) Jako dítě jsem měl(a) často pocit, že jsem výjimečný(á).	0	1	2	3
7) Kdybych byl(a) sám (sama) odpovědný(á) za zdar nějakého úkolu, měl(a) bych strach.	0	1	2	3
8) Když jsem docela sám (sama), cítím se často bezmocný(á).	0	1	2	3
9) Jsem člověk s pevnými návyky.	0	1	2	3
10) Často pociťuji, že mě druzí nechápou.	0	1	2	3
11) Cítím se často skleslý(á) a slabý(á).	0	1	2	3
12) Jestliže dělám něco nesprávného, mám špatné svědomí.	0	1	2	3
13) Projevuji své city vůči druhým velmi spontánně.	0	1	2	3
14) Uspokojuji své potřeby i na úkor druhých.	0	1	2	3
15) Na většinu lidí se lze spolehnout, když jim dáme důvěru.	0	1	2	3
16) Zachovávám si vždy odstup vůči druhým lidem.	0	1	2	3
17) Pociťuji potřeby druhých často dříve, než si je uvědomí oni sami.	0	1	2	3
18) Když mám někoho velmi rád(a), obávám se, že sympatie dlouho nevydrží.	0	1	2	3
19) Dovedu být velmi šarmantní.	0	1	2	3

20) Když druzí nerespektují má přání, dovedu být zlý(á).	0	1	2	3
	Určitě NE	spíše NE	spíše ANO	určitě ANO
21) Mnohé své vlastnosti nedávám najevo z obavy, že bych ztratil(a) sympatie některých lidí.	0	1	2	3
22) Rád(a) hledám oporu u silného člověka.	0	1	2	3
23) Nemohu se oprostit od své důkladnosti, ani když jsem v časové tísní.	0	1	2	3
24) Mnozí lidé si nezaslouží, že mají v životě tolik štěstí.	0	1	2	3
25) Mám často pocit viny.	0	1	2	3
26) Cítím se dobře, když mohu o někoho pečovat.	0	1	2	3
27) Dokážu se každý den pro někoho nebo pro něco nadchnout.	0	1	2	3
28) Když druzí chtějí získat něco, co sám potřebuji, většinou prosadím svou.	0	1	2	3
29) Určitá nedůvěra vůči druhým je často na místě.	0	1	2	3
30) Nerad(a) si pouštím druhé příliš blízko.	0	1	2	3
31) Domnívám se, že druzí někdy vytuší mé city, i když se nacházejí jinde.	0	1	2	3
32) Často stěží ovládnou svůj vztek, i při malých zklamáních.	0	1	2	3
33) Mám živý temperament.	0	1	2	3
34) Když při práci uplatním své nápady, očekávám, že je druzí beze všeho přijmou.	0	1	2	3
35) Kritika se mě dotýká více než druhých.	0	1	2	3
36) Velmi se snažím vyhovět lidem, kteří jsou pro mě důležití.	0	1	2	3
37) Stálost a pevné zásady určují můj život.	0	1	2	3
38) V životě se často se mnou zacházelo nespravedlivě.	0	1	2	3
39) Když mám dobrý nápad, mám také energii, abych jej prosadil(a).	0	1	2	3
40) Lze mě snadno využívat.	0	1	2	3
41) Můj optimismus je neochvějný.	0	1	2	3
42) Když se někdo ke mně chová odmítavě, dovedu ho bez váhání odrovnat.	0	1	2	3
43) Je mnoho upřímných a otevřených lidí.	0	1	2	3
44) Jsem rád(a) ve společnosti druhých lidí.	0	1	2	3
45) Věřím, že záření silně ovlivňuje myšlení a cítění lidí.	0	1	2	3
46) Moje sebeúcta kolísá od velmi pozitivních k velmi negativním pocitům.	0	1	2	3
47) Když jsem mezi lidmi, působím většinou živým dojmem.	0	1	2	3
48) Mám vyhraněný smysl pro vše zvláštní.	0	1	2	3
49) Málo se mě dotýká, co si o mě myslí druzí.	0	1	2	3
50) V partnerském vztahu potřebuji mnoho ujištění, že jsem opravdu milován(a).	0	1	2	3

51) Vědomí povinnosti je mně přednější než osobní potěšení.	0	1	2	3
	Určitě NE	spíše NE	spíše ANO	určitě ANO
52) Někteří lidé mě občas označují jako cynického (cynickou).	0	1	2	3
53) Je pro mě často obtížné a namáhavé, abych dodržel(a) svá předsevzetí.	0	1	2	3
54) Často jsem se s lidmi, kteří využili mou dobromyslnost.	0	1	2	3
55) Mnozí lidé mě mají rádi, protože všude kolem sebe šířím sluneční jas.	0	1	2	3
56) Dělán, co se mně líbí bez ohledu na druhé.	0	1	2	3
57) Je mnoho takových, kteří s nevinnou tváří druhé klamou.	0	1	2	3
58) Druzí mě často považují za chladného člověka.	0	1	2	3
59) Je mnoho věcí, které nelze rozumem vysvětlit.	0	1	2	3
60) Mé city se mění často náhle a impulzivně.	0	1	2	3
61) Velmi spontánně navazují kontakt s druhými.	0	1	2	3
62) Láká mě myšlenka být slavnou osobností.	0	1	2	3
63) Když si uvědomím nějakou slabost, dlouho mě to tíží.	0	1	2	3
64) V partnerském vztahu se často obávám, že budu opuštěn(a).	0	1	2	3
65) Věci, které musím často dělat, rád(a) vyřizuji vždy podle stejného vzoru.	0	1	2	3
66) Že své sliby častěji nedodržím, s tím se musí ostatní smířit.	0	1	2	3
67) Také v nejtěžších životních situacích jsem si vždy jist(a), že všechno dobře dopadne.	0	1	2	3
68) Když mě druzí potřebují, jsem vždy ochoten (ochotna) pomoci.	0	1	2	3
69) Nejraději jsem s lidmi, s nimiž se mohu vždy smát a dělat legraci.	0	1	2	3
70) Když se lidé postaví proti mně, dovedu je vyřídit.	0	1	2	3
71) Většina lidí sleduje dobré úmysly.	0	1	2	3
72) Mám rád(a) blízkost druhých lidí.	0	1	2	3
73) Mnohdy pociťuji blízkost vzdálené osoby tak silně, jakoby tu skutečně byla.	0	1	2	3
74) Někdy mám pocit, že by se můj život mohl zcela vychýlit ze své dráhy.	0	1	2	3
75) Moje dobrá nálada se často přenáší na ostatní.	0	1	2	3
76) Nesnáším, když mě druzí nechápou.	0	1	2	3
77) Když cítím, že jsem pozorován(a), zmocní se mě úzkost.	0	1	2	3
78) Jsem rád(a), když mám kolem sebe člověka, který o mě trochu pečuje.	0	1	2	3
79) Velmi mě ruší chyby, které svědčí o nepozornosti.	0	1	2	3
80) U lidí, kteří zpočátku působí sympaticky, postřehnu velmi rychle také negativní stránky.	0	1	2	3

81) Často ztrácím naději, že se někdy změní věci, které se mi nelíbí.	0	1	2	3
	<u>Určitě</u>	<u>spíše</u>	<u>spíše</u>	<u>určitě</u>
	<u>NE</u>	<u>NE</u>	<u>ANO</u>	<u>ANO</u>
82) Pro mne je smysluplnější zmírňovat utrpení, než hledat své osobní štěstí.	0	1	2	3
83) Kamkoli přijdu, šířím dobrou náladu.	0	1	2	3
84) Raději sám(a) na někoho zaútočím, než abych se nechal(a) napadnout.	0	1	2	3
85) Někdy už nedůvěřuji ani svým přátelům.	0	1	2	3
86) Projevuji své city většinou zcela spontánně.	0	1	2	3
87) Když nepomáhá rozum ani zkušenosti, je tu vždy ještě vnitřní hlas, který mi napoví, co je třeba dělat.	0	1	2	3
88) Často mám bezdůvodně úzkostné pocity.	0	1	2	3
89) Vím velmi dobře, jak mohu vzbudit u druhého pohlaví zájem o sebe.	0	1	2	3
90) Často si přeji, aby si více lidí všimlo, co je na mě zvláštního.	0	1	2	3
91) Dovedu se dobře vyrovnat s tím, že mě někteří lidé nemají rádi.	0	1	2	3
92) Velmi rád(a) projevuji lidem svou náklonnost.	0	1	2	3
93) Nemám rád(a), když někdo porušuje předpisy.	0	1	2	3
94) Druzí neoceňují často dost náležitě mé výkony.	0	1	2	3
95) Mám často pocit nedostatečnosti a bezvýznamnosti.	0	1	2	3
96) Je mi zatěžko odmítnout, když mě druzí žádají o pomoc.	0	1	2	3
97) Ani nejtěžší věci v životě mě nemohou připravit o radost ze života.	0	1	2	3
98) Dovedu být velmi nepříjemný(á), když mně druzí dělají potíže.	0	1	2	3
99) Zním mnoho lidí, kterým mohu plně a zcela důvěřovat.	0	1	2	3
100) Problémy řeším raději vlastním uvažováním než rozhovory.	0	1	2	3
101) Je něco takového jako šestý smysl.	0	1	2	3
102) Často se zlobím kvůli citům, které ve mně vyvstávají.	0	1	2	3
103) Jsem považován(a) za atraktivního (atraktivní).	0	1	2	3
104) Nesním o velkých úspěších.	0	1	2	3
105) Ve společnosti dovedu vystupovat docela sebejistě.	0	1	2	3
106) Potřebuji mnoho projevů lásky a přijetí.	0	1	2	3
107) Jsem svědomitý člověk.	0	1	2	3
108) V životě mě často pronásledovala smůla.	0	1	2	3
109) O většině životně záležitostí dlouho nehlobám.	0	1	2	3
110) Připadá mi snadnější myslet na druhé než na sebe.	0	1	2	3
111) Když jsem mezi lidmi, jsem téměř vždy v dobré náladě.	0	1	2	3
112) Slabí lidé chápou mou schopnost prosazovat se jako bezohlednost.	0	1	2	3
113) Je málo opravdu čestných lidí.	0	1	2	3
114) I když se odehrává něco obzvláště krásného,				

nechá mě to většinou zcela klidného (klidnou).	0	1	2	3
	Určitě NE	spíše NE	spíše ANO	určitě ANO
115) Věřím na přenos myšlenek.	0	1	2	3
116) Už mě jednou napadlo, abych si ublížil(a).	0	1	2	3
117) Na druhé pohlaví působím obzvlášť přitažlivě.	0	1	2	3
118) Být středem pozornosti má pro mne zvláštní kouzlo.	0	1	2	3
119) Připadá mi obtížné mluvit před mnoha lidmi.	0	1	2	3
120) Zda se cítím jako hodnotný člověk, záleží na tom, jak se lidé ke mně staví.	0	1	2	3
121) Přesnost a pořádek jsou pro mne velmi důležité.	0	1	2	3
122) Je mnoho lidí, které nemohu vystát.	0	1	2	3
123) Mám často vztek sám (sama) na sebe.	0	1	2	3
124) Mnohdy je mně těžko, neboť si беру k srdci utrpení mnoha lidí.	0	1	2	3
125) Život je plný divů a nádherných překvapení.	0	1	2	3
126) Nedám si od druhých nic líbit.	0	1	2	3
127) Je mnoho lidí, kteří se snaží získat moc, jen aby mohli druhé kontrolovat.	0	1	2	3
128) Když se mně chce nějaký člověk přiblížit, cítím se hned nejistě.	0	1	2	3
129) Existují nadpřirozené síly.	0	1	2	3
130) Když se chovám obzvlášť laskavě, mnohdy nevím, zda to opravdu vychází ze mě.	0	1	2	3
131) Více mně vyhovuje kontakt s lidmi, než zpracování věcných úkolů.	0	1	2	3
132) Mám mnoho snů a ideálů.	0	1	2	3
133) Mám často výčitky svědomí.	0	1	2	3
134) Jsem rád(a), když mám někoho u sebe, kdo mně řekne, jak dál.	0	1	2	3
135) Nesnáším, když druzí neplní své povinnosti.	0	1	2	3
136) Zabývám se často svými chybami a stinnými stránkami.	0	1	2	3
137) Je mnoho věcí, z kterých se mohu radovat.	0	1	2	3
138) Zabývám se více starostmi druhých než vlastními potřebami.	0	1	2	3
139) Mohu se každý den radovat i z maličkostí jako malé dítě.	0	1	2	3
140) Kdo mně chce škodit, musí počítat s mou odplatou.	0	1	2	3