

**UNIVERZITA TOMÁŠE BATI VE ZLÍNĚ**

**FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ**

**Institut mezioborových studií Brno**

**Životní problémy středoškolské mládeže**

**DIPLOMOVÁ PRÁCE**

**Vedoucí diplomové práce:**

**prof. PhDr. Blahoslav Kraus, CSc.**

**Vypracovala:**

**Bc. Marta Friedbergová**

**Brno 2012**

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma „Životní problémy středoškolské mládeže“ zpracovala samostatně a použila jsem literaturu uvedenou v seznamu použitých pramenů a literatury, který je součástí této diplomové práce.

Elektronická a tištěná verze diplomové práce jsou totožné.

Ve Střelcích dne 1. března 2012

---

Bc. Marta Friedbergová

## **Poděkování**

Upřímně děkuji vedoucímu diplomové práce panu prof. PhDr. Blahoslavu Krausovi, CSc. za odborné vedení, cenné rady a připomínky při zpracovávání diplomové práce.

Marta Friedbergová

# Obsah

Úvod .....	6
1. Životní problémy .....	8
1.1 Charakteristika pojmu životní problém .....	8
1.2 Příčiny vzniku životních problémů .....	10
2. Vymezení kategorie mládeže .....	14
2.1 Charakteristika pojmu mládež .....	14
2.2 Vývojová specifika adolescentů .....	16
2.3 Identita adolescentů .....	22
3. Životní problémy středoškolské mládeže .....	27
3.1 Problémy v rodině .....	27
3.2 Problémy ve škole .....	32
3.3 Problémy s vrstevníky .....	37
4. Hledání sociální opory .....	42
4.1 Sociální opora v rodině .....	45
4.2 Sociální opora ve škole .....	49
4.3 Sociální opora u vrstevníků .....	54
4.4 Sociální opora nabízená institucemi .....	59
5. Průzkum zaměřený na zjišťování nejčastějších životních problémů středoškolské mládeže .....	64
5.1 Projekt dotazníkového šetření .....	64
5.2 Analýza výsledků .....	69
5.2.1 Interpretace dat z dotazníku .....	69
5.2.2 Interpretace dat z dotazníku zobrazující rozdíly z hlediska typu střední školy .....	74
Závěr .....	81
Resumé .....	83

Anotace.....	85
Seznam literatury.....	86
Seznam příloh.....	90

# Úvod

Slovní spojení životní problém je v dnešní době poměrně hojně skloňovaným a používaným výrazem. Není se čemu divit, neboť slovo problém pro nás není cizí. Kolikrát se ocitneme v situaci, která je pro nás něčím nová, neznámá, nevíme si s ní rady. Pak zpravidla hovoříme o tom, že máme problém. S problémy se v životě setkáváme denně a v podstatě již od narození. Nejprve se musíme zorientovat ve vlastní rodině. Zde jsou nám učители a rádci naši rodiče. Následně se musíme naučit vycházet s ostatními dětmi ve školním prostředí. Učíme se tím nejen vycházet se svými vrstevníky, ale také přijímat a uznávat autority, tedy učitele a vychovatele. Následuje nástup do zaměstnání a snaha postarat se nejen o sebe samotné, ale také o rodiny, které zakládáme. V každém z těchto období je potřebné přijmout vhodnou sociální roli – dítěte, sourozence, kamaráda, žáka, spolužáka, studenta, zaměstnance, kolegy, partnera, rodiče apod.

Na této cestě životem, na níž si ujasňujeme, kdo vlastně jsme, na nás číhá množství překážek, jež musíme překonat. Ne každý z nás má to štěstí, že se narodí do úplné, funkční a milující rodiny, ne každý z nás si rychle zvyká na nové prostředí a nové lidi kolem sebe. A to s sebou může přinášet řadu problémů. Jednou z kategorií, které se tato problematika bezesporu týká, je středoškolská mládež.

Domnívám se, že v současné společnosti i nadále přetrvává názor, že středoškolská mládež vlastně žádné závažné problémy nemá. Jejich jediným úkolem je řádné studium a příprava na budoucí povolání. Vezmeme-li ale v úvahu, že v rodině něco nefunguje nebo chybí jeden z rodičů, na adolescenta pak může připadnout mnoho povinností. Otázkou zůstává, zda se takto mladý člověk dokáže s touto situací vypořádat. Každý z nás je jedinečný a každý je také jinak odolný vůči zátěži. Pokud se na adolescenta klade například ze strany rodiny mnoho úkolů a povinností, které není schopen zvládnout, může to mít neblahé důsledky nejen na jeho zdraví – fyzické i psychické, ale také na jeho školní výsledky, vztahy s vrstevníky a celkový pohled na svět.

Ráda bych proto ve své práci poukázala na skutečnost, že i současné adolescenty trápí mnoho každodenních starostí a povinností. Ačkoliv se nám, dospělým, mohou zdát zanedbatelné, pro adolescenty mohou představovat zátěž, s níž se neumí vyrovnat. Chci také poukázat na možné příčiny těchto problémů a dále na možnosti řešení těchto náročných životních situací s využitím vhodné sociální opory, a to především v rodině, ve škole

a u vrstevníků. V každém období našeho života je důležité vědět, že existuje někdo, komu na nás záleží a o koho se můžeme opřít. Dále by pro mnohé z nás bylo jistě prospěšné, naučit se na problémy nahlížet z té lepší, pozitivnější stránky a neustávat v hledání stále nových řešení těchto problémů. Vždyť s každým překonaným problémem se stáváme silnějšími a odolnějšími proti dalším neznámým a náročným situacím v našem životě. Možná by bylo dobré řídit se alespoň částečně následujícím citátem:

*„Pro optimisty není život problémem, ale pokaždé znovu řešením.“*

Marcel Pagnol

Cílem mé diplomové práce je poukázat na životní starosti, trápení a problémy, s nimiž se současná středoškolská mládež potýká a pomocí dotazníkového šetření poskytnout pohled na tuto problematiku právě jejich očima.

Práce je rozdělena do pěti kapitol. V první kapitole definuji pojem životní problém a zamýšlím se také nad možnými příčinami jeho vzniku. Druhá kapitola vymezuje věkovou kategorii středoškolská mládež, respektive adolescenci, a popisuje její vývojová specifika. Tato kapitola se dále zabývá otázkou hledání vlastní identity, která s obdobím adolescence úzce souvisí. Ve třetí kapitole popisuji nejčastější životní problémy adolescentů v rodině, ve škole a ve vztazích s vrstevníky. Čtvrtá kapitola se pak zabývá hledáním vhodné sociální opory při řešení těchto životních problémů a to v rodině, ve škole, u vrstevníků či u institucí. Poslední, pátá, kapitola obsahuje výsledky dotazníkového šetření provedeného u současné středoškolské mládeže a poukazuje na problémy, které ji nejvíce trápí.

# 1. Životní problémy

Každý jedinec se v průběhu svého života jistě setká se situací, s níž si neví rady. V takovém případě můžeme říci, že se jedná o nějaký problém. Slovo „problém“ se v našem slovníku objevuje poměrně často. V podstatě každá maličkost, která nás zaskočí, je pro nás problémem. Může to být rozbité auto, pracovní problémy, nedostatek volného času. Tyto problémy však nejsou nijak zvlášť zapeklité. Stačí se většinou nad situací v klidu zamyslet a najít vhodný způsob řešení. Vždy je možné udělat změnu ve svém časovém rozvrhu a například se více věnovat práci, kterou máme dokončit nebo si naopak najít čas sám pro sebe a věnovat se odpočinku. Každý z nás má i pár dobrých přátel, kteří mu jsou ochotní pomoci.

Jiná situace bohužel nastává v případě problémů životních. Zde nepomůže pouhé zamyšlení se nad vzniklou situací. Řešení životních problémů vyžaduje mnohem více času a také větší angažovanost našich nejbližších. Velkou chybou je domnívat se, že životní problémy se týkají pouze dospělých. Také děti, a to zejména adolescenti, se s životními problémy v současné době poměrně často potýkají. Protože se má práce věnuje životním problémům středoškolské mládeže, zaměřím se na charakteristiku příčin vzniku životních potíží právě u této věkové skupiny.

## 1.1 Charakteristika pojmu životní problém

Chceme-li vystihnout životní problémy současné mládeže, musíme se nejprve na život současné mládeže podívat komplexně. Kupříkladu samotná doba, ve které mládež žije. Dnešní doba je uspěchaná, plná nároků, požadavků na odbornost a kvalifikovanost. Další oblastí je bezesporu také volný čas a jeho vhodné a smysluplné využití. Dále jsou to každodenní povinnosti a problémy, se kterými se mládež potýká. Na první pohled by se mohlo zdát, že mládež si nic takového neuvědomuje, ale opak je pravdou. My dospělí si často jejich problémů nevšímáme a bagatelizujeme je. I mládež se, i když nám to tak mnohdy nepřipadá, každodenně potýká se stresem, který jim přináší jednotlivé oblasti jejich života. Je proto důležité si problémů mládeže všimnout a otevřeně s nimi o jejich problémech a starostech hovořit. (Kraus et al., 2006)



Sak, Saková (2004, s. 156) charakterizují životní problémy následovně: „Člověk je tvor společenský a společností je nejenom formován či socializován, ale v průběhu celé životní dráhy je veškerý jeho život výslednicí a průsečíkem faktorů, které vyplývají z jeho individuality a z vlivu společnosti. Na stejnou společenskou skutečnost reagují jedinci odlišně podle své individuality, ale tato odlišnost od průměrné reakce má své mantinely a různou mírou pravděpodobnosti uskutečnění.“. Sak, Saková (2004, s. 157) dále uvádějí: „Také životní problémy člověka jsou podmíněny individuálně a společensky, přičemž každý problém má jiný poměr obou složek. Některý problém je více podmíněn společensky, jiný individuálně.“.

Život nám tedy přináší různé situace, se kterými se musíme různě vypořádat. *Životní situace* mohou být *významné obecně*, sem řadíme např. narození dítěte či *významné osobně*, tedy specifické, týkající se konkrétního jedince, např. vážná nemoc. Velmi často se dostáváme i do složitých situací, které vyžadují mobilizaci a vypětí všech našich sil. Hovoříme o tzv. *náročných životních situacích*, k jejichž splnění nám již naše síly nestačí. Jsou to zejména situace konfliktní, frustrující a stresující, dále mezní neboli krajní situace a v neposlední řadě situace problémové. Tyto situace nemůžeme jednoznačně označit za něco negativního. Vždyť v nás mobilizují síly a motivují nás k většímu výkonu. Na druhou stranu nám však mohou způsobit řadu psychických poruch. Vystavují nás nadměrnému stresu, dostávají nás do časové tísně a v některých případech nás i izolují od okolí. (Kraus, 2008)

V oblasti životních problémů se provádí mnoho výzkumů, které se zaměřují na zjišťování nejčastěji se vyskytujících životních problémů v různých věkových kategoriích. U českých občanů se v průzkumu hlavních životních problémů umístily na prvním místě finanční problémy, na místě druhém problémy bytové a na místě třetím problémy zdravotní. (Sak, Saková, 2004) Nejčastějšími životními problémy středoškolské mládeže jsou dle mnoha průzkumů problémy ve školním prostředí. Mládež trápí nejen školní prospěch, ale také strach z budoucnosti, zda se zvládnou dostatečně připravit na výkon budoucího povolání, zda budou disponovat dostatečnou jazykovou a odbornou kvalifikací, zda obstojí na pracovním trhu. K těmto výsledkům dospěli ve svých průzkumech mezi českou mládeží např. Kraus et al. (2006) nebo Sak, Saková (2004).

## 1.2 Příčiny vzniku životních problémů

Všichni žijeme ve společnosti, která na nás klade určité nároky. Naším cílem je těmto nárokům vyhovět. Někdy jsou však na nás kladeny nároky, které splnit nedokážeme. Dostáváme se tak pod velký tlak a tyto situace vnímáme jako zátěžové neboli stresové. Pak v našem životě nastávají nemalé problémy. Lze konstatovat, že příčin vzniku životních problémů u adolescentů je nespočet. Jedná se o oblast mezilidských vztahů, školního i mimoškolního prostředí i zdravotní stránku osobnosti. (Kraus et al., 2006) Stejným jmenovatelem pro všechny příčiny podílející se na vzniku těchto situací je již zmíněný stres. Vokurka, Hugo a kol. (1998, s. 421) stres charakterizují jako: „stav organismu, který je obecnou odezvou na jakoukoliv výrazně působící zátěž, ať už tělesnou nebo duševní“. Stres můžeme chápat též jako výsledek vzájemné interakce dvou faktorů:

- a) vnějších podmínek a nároků, které jsou na člověka kladeny (pro ně je typická nečekanost, neobvyklost nebo intenzita a trvání),
- b) vlastností osobnosti člověka tyto nároky zvládat.

V. Kebza rozděluje náročné životní situace do 3 skupin z hlediska intenzity zátěže:

- a) zátěžové životní události („life events“) – jedná se o stresory různé povahy a intenzity, mohou poškodit i zdraví člověka, např. úmrtí v rodině,
- b) chronické stresory – jedná se o dlouhodobě působící problémy ovlivňující životní styl a spokojenost člověka, např. dlouhodobé školní neúspěchy,
- c) drobné denní nepříjemnosti či mrzutosti („daily hassles“) – každodenní drobné, zdánlivě nevýznamné ale nelibě prožívané situace a události, např. neshody s vrstevníky.

(Kraus et al., 2006, s. 93)

Nezpracované traumatické a životní krize, tíživé situace, které, nejsou-li jedincem dostatečně zpracovány, nepříznivě poznamenávají jeho další socializaci a mohou později vyústit i ve vznik různých problémů či deviací. Traumatická krize, jak již její název napovídá, označuje trauma, které jedinec prožije. Tzv. traumatickou krizi způsobují náhlé, otřesné události, vrhající jedince do psychicky/prožitkově nezvládnutelného šoku. V tomto okamžiku

se jedinci životní realita jeví jako zcela nespolehlivá, děsivě ohrožující a nepřátelská, bez vyhlídky na východisko. Traumatické situace navozují:

- a) vážné úrazy, zmrzačení
- b) náhlé vážné nemoci, způsobující odloučení od rodiny a kamarádů, zasahující do obvyklého způsobu života, spolu s obavou, jak to skončí
- c) rozluka rodičů, vrhající dítě to bolestivého a bezvýchodného zmatku, provázeného pocity zoufalství
- d) smrt blízké osoby
- e) zneužití, agresivní napadení, hluboké životní zklamání apod.

Převážně u dětí a dospívajících se stává, že na ně působí traumatická krize blízké osoby, se kterou se identifikují. U dospívajících je to především školní neúspěšnost bortící představu o životním uplatnění v budoucnu. U dospělých je to odchod partnera, na kterého se mohli spolehnout a bez kterého si svůj život neumí představit a ztráta zaměstnání.

Oproti tomu životní krize, přesněji krize v důsledku životních změn, nejsou výsledkem náhle události, ale déletrvajících obtíží, s nimiž si jedinec neví rady. Tyto krize vzbuzují pocit, že řešení není v jeho silách, a přitom neví, na koho se má obrátit s prosbou o pomoc. Jedinec si připadá žalostně sám se svým trápením, nemá východisko. I když se pomoc a východisko posléze najdou, čas od času se jedinci vrací pocit bezmoci, marnosti a obav, že se situace může opakovat. (Helus, 2007)

Jak již bylo výše zmíněno, jednou z příčin vzniku životních problémů mládeže jsou mezilidské vztahy. Období dospívání, přesněji období adolescence, je samo o sobě spojeno s mnohými problémy týkajícími se všech oblastí života. Adolescent si utváří vztah sám k sobě, nalézá svou vlastní identitu. Dále se mění jeho vztahy k rodině, k vrstevníkům i k celému okolí. Často dochází k neshodám a konfliktům s rodiči, pramenících především ze snahy osamostatnit se a rozhodovat sám za sebe. Problémy s sebou samozřejmě přináší také rozvod rodičů, popřípadě příchod nového partnera. Adolescent se v rámci hledání svého místa ve světě seznamuje s novými lidmi, utváří si nové vztahy s vrstevníky, zakládá party, experimentuje s alkoholem a drogami, chce poznávat nové věci. I odtud pramení mnoho problémů a starostí. Velmi významnou a zároveň citlivou oblastí je oblast vztahů k opačnému pohlaví. Do milostných vztahů adolescenti vkládají veškeré sny, touhy, naděje a ideály.

Protože jsou však tato očekávání většinou nereálná a do jisté míry i naivní, končí zpravidla první milostné vztahy zklamáním.

K dalším významným otázkám tohoto období řadíme školu a učení, úspěšnost ve škole a přípravu na budoucí povolání. Jako další příčinu tedy uveďme školní problematiku. Škola a učení se již dlouhodobě považují za nejčastější oblast běžných starostí adolescentů. Špatný prospěch, vysoká absence, nevhodné chování a nerespektování autorit zavdává příčiny ke vzniku dalších, mnohdy zbytečných problémů a nepříjemností. V rámci školní problematiky ještě uveďme obavu o budoucnost po ukončení střední školy. Zpravidla se objevuje až ve čtvrtém ročníku středních škol, kdy je třeba se rozhodnout, co dál udělat se svým životem.

V oblasti mimoškolní je to problematika volného času, především jeho nedostatek. Tato problematika úzce souvisí s problematikou školní. Mnohdy se adolescent musí svého zájmu vzdát právě na úkor školních povinností. S problematikou volného času do jisté míry souvisí také problémy finanční. Nedostatek volného času znamená velmi omezenou možnost přivýdělků formou brigád a finanční závislost na rodičích je adolescenty vnímána nelibě.

V životě adolescentů lze za příčinu vzniku problémů označit též oblast zdravotní, respektive problémy zdravotní a psychické. Zdravotní potíže, přesněji potíže týkající se fyzické stránky osobnosti, zahrnují především úrazy, obezitu, dlouhodobá a chronická onemocnění, ale také dlouhodobé pobyty v léčebných zařízeních apod. Časově zdlouhavé léčebné pobyty mohou vést k izolovanosti jedince od třídního kolektivu a následně k problémům ve vztazích s vrstevníky. Součástí problematiky je i spokojenost s celkovým vzhledem. Obecně jsou se svým vzhledem spokojenější chlapci než dívky. Otázka celkového vzhledu, dá se říci, tvoří spojkou mezi problémy fyzickými a psychickými. Typickým příkladem je, a to nejen u dívek, mentální anorexie a bulimie. Nespokojenost se svým vlastním vzhledem, nevhodné a velmi bolestivé poznámky okolí, posmívání se, nátlak ze strany médií prezentujících ideál krásy způsobuje problémy v oblasti psychické. U těchto onemocnění netrpí pouze tělo, ale také duše. K dalším problémům psychického charakteru v tomto období patří pocity beznaděje, úzkosti, depresivní stavy či sexuální neuspokojení. Depresivní stavy se u adolescentů projevují pocity marnosti, ztrátou motivace, nesoustředěností, odtažením se od rodiny i přátel, nezájmem o každodenní činnosti, pocity osamělosti. Depresivní stavy se objevují více u dívek než u chlapců.

S mnohými příčinami vzniku problémů, jak vyplývá z výše uvedeného, se adolescent setkává každý den. Každodenní povinnosti, starosti a úkoly kladou na adolescenty různě vysoké nároky. Stejně jako existují různé nároky, existují různé typy reakcí na ně. Co je pro jednoho maličkostí, může být pro jiného nepřekonatelnou překážkou. Lidé jsou rozdílní a rozdílně odolní vůči zátěži. Je proto velmi důležité nebagatelizovat problémy, které pro nás samotné nejsou zátěží a ani bychom se nad jejich řešením nepozastavili. Vždy je důležité druhému pozorně naslouchat a především se mu snažit pomoci. Pochopení, důvěra a ochota ze strany druhého člověka jsou prvním krokem na cestě vedoucí k nalezení správného řešení. (Kraus, 2008; Kraus et al. 2006)

## 2. Vymezení kategorie mládeže

Ve své práci se věnuji kategorii středoškolská mládež. Při vyslovení slov jako je středoškolský student či učeň si jedince spadajícího do této kategorie zvládneme poměrně snadno představit. S pojmem mládež už to tak jednoduché a jednoznačné není. Tento pojem se ve společnosti užívá běžně, ale málokdo přesně ví, jaká věková či sociální kategorie se pod ním vlastně skrývá. Hovoříme-li o středoškolské mládeži, můžeme si pomoci pojmem adolescence, který se dnes užívá, především v psychologii, pro označení středoškolských studentů. V této kapitole se zaměřím na objasnění samotného pojmu mládež a pokusím se středoškolskou mládež neboli adolescenty podrobně charakterizovat.

### 2.1 Charakteristika pojmu mládež

Obdobím mládeže nebo mládí označujeme vývojovou fází mezi dětstvím a dospělostí. Označujeme jím jedince, který již není dítětem, ale na druhé straně ani dospělým. Pojem mládež tedy nelze chápat pouze z hlediska vývojového, ale především z hlediska společenského. Mládež je převážně sociální skupinou. Užívání tohoto pojmu se poprvé objevuje na počátku 20. století a souvisí s rozvojem industriální společnosti. Rozvoj a složitost výroby vyžadovala stále větší odbornost a kvalifikaci. Začaly vznikat vzdělávací instituce - školy, které tuto odbornou přípravu poskytovaly. Z hlediska vzniku mládeže byl velmi důležitý právě čas, který školy na přípravu k povolání poskytovaly. Tím bylo období mládeže specifikováno na období přípravy na budoucí povolání a odděleno od dětství a dospělosti. (Kraus et al., 2006)

Sak (1985) upozorňuje na fakt, že při hledání odpovědi na otázky, co je to mládež, se vycházelo především z biologických faktorů, jako jsou fyzické dospívání, dosažení pohlavní zralosti a schopnosti reprodukce. Směr, který se touto problematikou zabýval, se nazývá *psychologické pojetí mládeže*. Nejznámější a nejvýznamnější představitelkou byla bezesporu rakouská psycholožka Charlotta Bühlerová. Zabývala se analýzou deníků dospívajících dívek, z nichž konstruovala duševní život mladistvých, který byl dle jejího názoru podmíněn jednostranně biologicky, především sexuální zralostí. Ústředním tématem z hlediska vývojové psychologie pro ni byla puberta, v níž k pohlavní zralosti a schopnosti

reprodukce dochází. Z pohlavního dozrávání pak odvozovala pro mládež typické duševní vlastnosti, postoje a způsoby chování.

Zatímco z psychologického pojetí je mládež chápána jako věková skupina, z hlediska sociologie je mládež vymezována především projevem sociálního statusu a sociální role. Neméně důležitým mezníkem je sociální zrání. Významnou dimenzí sociálního zrání je vývoj vědomí mládeže a s ním související hodnotová orientace. Hodnotová orientace znázorňuje vztah jedince ke svému okolí, přírodě i celé společnosti a představuje závěrečnou fázi socializace a individualizace každého jedince. (Sak, 1985)

Sociální zrání každého jedince představuje jeho socializaci, zespolečňování a přijetí norem společnosti, v níž jedinec žije. Jedná se o jistý druh pohybu mládeže ve společnosti, její postupné vrůstání do společnosti, jehož cílem je splynutí se společností a odstranění rozdílů mezi mládeží a společností jako takovou. Při zkoumání sociálního zrání jedinců i mládeže samotné, je nezbytné vnímat jedince komplexně v souhrnu jeho společenských vazeb. Prostředí utvářené ke každému jedinci nazýváme *životním polem* a skládá se ze tří složek:

- a) biologické pole – obsahuje vše, co působí na smysly člověka, jeho první signální soustavu a s čím je člověk v interakci. Biologické pole je časově omezené a zahrnuje pouze část okolního světa, jež koresponduje s biologickým systémem člověka.
- b) mentální pole – je souborem podnětů působících na psychiku člověka, stimuluje rozvoj rozumových schopností a fungování duševních operací.
- c) sociální pole – je dynamické, jedinečné a charakteristické pro věk jedince, sociální zařazení jeho rodiny a určitou společenskoekonomickou formaci, je to strukturovaná společenská realita tvořená:
  - jedinci a skupinami, s nimiž je člověk v nějakém vztahu,
  - jedinci a skupinami, s nimiž člověk jedná jednosměrně či obousměrně,
  - společenskými procesy, na nichž se člověk podílí aktivně či pasivně,
  - materiálními a duchovními výtvary vyjadřujícími hodnoty společnosti.

Životní pole jsou částečně stejná a částečně jedinečná. Osнова životního pole je tvořena zejména společenskou strukturou a společenskoekonomickou formací. Dalšími prvky

podílejícími se na utváření životního pole a jeho obohacování jsou národ, etnická skupina, lokalita, rodina a parta. (Sak, 1985)

Pojem mládež, jako společenský jev, je samozřejmě možné vymezit i věkově. Hranice vede mezi dětstvím a mezi dospělostí. Spory se vedou o horní věkovou hranici. Zatímco spodní hranice je souhlasně určena věkem 15 let, vymezení horní věkové hranice se liší. Například v pedagogickém slovníku se mládež vymezuje věkem 15 – 25 let, v materiálech OSN bývá uváděno rozmezí 15 – 24 let. Z hlediska délky přípravy na budoucí povolání studií na vysokých školách se horní hranice posouvá i na 30 let věku. Většina sociologů se tak v současnosti přiklání k názoru, že horní hranice je však dána zejména objektivním postavením jedince ve společnosti, dosažením sociální dospělosti a převzetím všech rolí dospělého jedince. (Kraus et al., 2006; Sak, 1985)

Pro svoji práci jsem si zvolila mládež středoškolskou, vymezenou věkovým rozmezím 15 – 18 let. Pro tuto kategorii, jak již samotný název napovídá, je nejdůležitější náplní jejich života pokračování v dalším studiu po ukončení povinné školní docházky. Střední školství v České republice nabízí tři typy středních škol: gymnázium, střední odbornou školu a střední odborné učiliště. Pro studium na kterémkoliv typu střední školy je nezbytné úspěšné dokončení povinné školní docházky a splnění přijímacích kritérií vybrané střední školy. Výběr budoucího povolání a konkrétní střední školy je bezesporu důležitým životním rozhodnutím. (Kraus et al., 2006)

## **2.2 Vývojová specifika adolescentů**

Z hlediska vývojové psychologie kategorii středoškolská mládež, respektive věkové rozmezí 15 – 18 let, řadíme do období adolescence. Můžeme říci, že adolescence je obdobím přechodným. Adolescent již totiž není dítětem, ale ještě není ani dospělým jedincem. V průběhu adolescence pokračuje proces osamostatňování se a rozvoje vlastní identity a měla by být ukončena dosažením dospělosti jedince. Adolescence spadá do období dospívání.



Období dospívání dělíme na:

a) Období pubescence – věkové rozmezí od 11 do 15 let:

- fáze prepuberty (první pubertální fáze): začíná prvními známkami pohlavního dospívání, objevují se sekundární pohlavní znaky, končí nástupem menarche (první menstruace) u dívek a první noční polucí (emisí semene) u chlapců. Typické je urychlení růstu. U dívek tato fáze trvá převážně od 11 do 13 let, u chlapců se objevuje o 1 až 2 roky později.
- fáze vlastní puberty (druhá pubertální fáze): začíná po dokončení prepuberty a trvá až do dosažení reprodukční schopnosti. U dívek se schopnost reprodukce objevuje zhruba po 1 až 2 letech menstruačního cyklu, kdy nastává pravidelný ovulační cyklus spojený s možností oplodnění. Obdobně je tomu i u chlapců, jejichž reprodukční schopnost nastává po dokončení vývoje hlavních sekundárních pohlavních znaku. Období vlastní puberty se časově vymezuje věkem 13 – 15 let. (Langmeier, Krejčířová, 2007, Vágnerová, 1997)

b) Období adolescence – věkové rozmezí od 15 do 22 let:

- v období adolescence se dosahuje plné reprodukční zralosti a dokončuje se tělesný růst. Mění se také postavení jedince ve společnosti, kdy adolescent přechází ze základní školy do učebního poměru nebo na střední školu, začínají hlubší erotické vztahy, zásadně se mění sebepojetí. Tato věková kategorie bývá hovorově označována jako mladiství, dorost, teenagers apod. Na konci období adolescence by měl být jedinec schopen vykonávat určité povolání, případně pokračovat ve studiu na vysoké škole, měl by umět zodpovědně a uvědoměle jednat. Dochází také k opuštění původní rodiny, osamostatnění se a zakládání rodiny vlastní, o níž by měl být schopen se postarat, stejně tak i o výchovu svých dětí. (Langmeier, Krejčířová, 2007)

Protože je moje práce zaměřena na středoškolskou mládež ve věkovém rozmezí 15 – 18 let, spadající právě do období adolescence, budu se teď adolescencí a její charakteristice věnovat podrobně.

Tělesná přestavba se v období adolescence završuje. Zatímco na začátku období dospívání rostou horní a dolní končetiny rychleji, takže dochází k tzv. disharmonii postavy, jedinec je „samá ruka a samá noha“, působí dojmem tělesné nevyváženosti, pohybové neobratnosti, jako by si se svým vlastním tělem nevěděl rady, v období adolescence se proces tělesného růstu dokončuje, ovšem již mnohem pomalejším tempem. V souvislosti s těmito tělesnými změnami se někdy hovoří o pojmu „druhá proměna tělesné stavby“. Těla dívek se zaoblují, zatímco u chlapců dochází k vyznačování svaloviny. Obdobné je to se zráním mozku, které se též vyznačuje určitými výkyvy. S těmito změnami pak může souviset emoční labilita a těkavá pozornost. Přestože je emoční labilita charakteristická pro celé období dospívání, v adolescenci je již jedinec schopen své projevy afektů, nálad a citů kontrolovat. Ustupuje labilita sebehodnocení, sebedůvěra a sebevědomí se stabilizují. Adolescent pozvolna ztrácí dětský výraz tváře, je na vrcholu fyzické výkonnosti. Koncem období jsou již pohyby koordinované a harmonické. (Kohoutek, 2003; Langemier, Krejčířová, 2007)

V posledních 100 letech se v rozvinutých evropských i amerických zemích urychlil nástup dospívání a zrychlil se celkový růst. Tomuto jevu se říká sekulární akcelerace. Například zatímco v 19. století se u českých dívek objevovala první menstruace v průměru ve věku 15 – 16 roků, v roce 1938 byl tento průměr již kolem 14 let a v roce 1962 průměr klesl na 13 let věku. Výrazně se také urychlil růst do výšky. Dnešní dospělí dosahují výrazně vyšších růstových hodnot než dospělí v 19. století.

Otázkou zůstává, zda sekulární akcelerace tělesného vývoje přináší i urychlení nástupu duševního vývoje. V literatuře se objevují hned dva názory. První říká, že somatická akcelerace je provázena opožděním psychického vývoje, podle druhého je akcelerace v obou případech paralelní. Většina výzkumů, které byly provedeny v této oblasti, se přiklání k druhému z názorů. Týkaly se především inteligence a vývoje osobnosti. Jisté je, že akcelerace je nalézána také v oblasti emočního vývoje. Bylo zjištěno, že nejvíce negativismu a výbušnosti udávali dospívající v roce 1926 mezi svým 13. – 14. rokem, zatímco v roce 1959 již mezi 10. – 12. rokem. Sekulární akcelerace tedy přinesla rychlejší nástup tělesného a duševního dospívání a současně poskytla delší dobu pro dokončení plného rozvoje všech potencií. Dospívání se tedy i nadále rozšiřuje oběma směry – zkracuje se doba dětství a zároveň se oddaluje nástup plné dospělosti. (Langmeier, Krejčířová, 2007)

Adolescenci je obdobím ideálu lidské krásy. Mládí, zdraví, duševní pohoda. To vše se odráží nejen na tělesné, ale i na psychické stránce osobnosti. Dokončuje se vývoj všech poznávacích procesů, které se dostávají na úroveň dospělého

člověka. Adolescent je kritický, zaujímá vlastní názory a postoje, rád diskutuje s dospělými a obhájí svoje poznatky.

#### a) Myšlení

Převažuje logické myšlení, myšlenkové operace jsou základem pro orientaci člověka ve světě. Adolescent se postupně zbavuje egocentrismu a subjektivismu typických pro pubescenci, dovede objektivněji hodnotit lidi a vše kolem sebe. Pohled na svět je reálnější. Jedinec zvládá poměrně věcně srovnávat sebe a své výkony s výkony ostatních. Odhaduje meze svých schopností a posuzuje osobní hodnoty jiných lidí. Adolescent umí nahlížet na sebe a na svůj život, na své pocity a myšlenky jakoby zvnějšku, analyzovat je a kriticky posuzovat. Hlavními charakteristikami myšlení v adolescenci jsou:

- Adolescent umí pracovat s pojmy, které jsou vzdáleny od bezprostřední smyslové zkušenosti, jsou obecnější a abstraktnější. Teprve nyní rozumí obtížným pojmům jako spravedlnost, pravda, právo, apod.
- Adolescent se nespokojí při řešení problému pouze s jedním řešením, které se nejspíše nabízí, ale uvažuje o různých dalších alternativách a systematicky je zkouší a hodnotí.
- Adolescent postupuje jako badatel, který vytváří různé hypotézy, ověřuje jejich platnost a postupně je potvrzuje či vyvrací.
- Adolescent je schopný vytvářet domněnky, které se neopírají o reálnou skutečnost, jsou pouze možné – srovnává skutečné s pouze myšleným.
- Adolescent umí aplikovat logické operace nezávisle na obsahu soudů. Nyní je adolescent schopen sledovat formu myšlenkového úsudku a odhlédnout od jeho konkrétního obsahu.
- Adolescent je schopen myslet o myšlení, vytvářet soudy o soudech, přemýšlet o svých vlastních myšlenkách a myšlenkových postupech. (Kohoutek, 2003; Langmeier, Krejčířová, 2007)

#### b) Vůle

Období stabilizace volního jednání, vyšší vytrvalost a cílevědomost plynoucí z překonávání překážek. Adolescent je rozvážnější a zároveň kritičtější sám k sobě, zvyšuje se role seberegulačních vlastností. (Kohoutek, 2003)

#### c) City

Rozvíjí a obohacují se zejména vyšší city, mizí citová labilita. City jsou ovlivněny typem temperamentu, jsou ovládány vůlí a rozumem. Zvyšuje se kritičnost, kontrola a stálost citů. Silně prožívá pravdu a lež, dobro a zlo, spravedlnost a křivdu. Nesnáší podceňování, ironii, rozpor ve slovech a činech. Oceňuje otevřenost, upřímnost a spolehlivost. (Kohoutek, 2003; Langmeier, Krejčířová, 2007)

#### d) Zájmy

V tomto období jsou již zájmy plně vyhraněné, reálnější a trvalejší. Jsou to především zájmy:

- o povolání – profesionální zájmy související s výkonem budoucího povolání,
- kulturní zájmy – četba (vážná literatura, časopisy, detektivní, historické a psychologické romány, cestopisy), výtvarné umění,
- sportovní zájmy – často na vrcholové úrovni,
- o turistiku a cestování – poznávání nových zemí a tradic,
- erotické a sexuální (milostné vztahy netrvají příliš dlouho),
- společenské zájmy – tanec, divadelní představení, koncerty,
- o přátelství – party, sociální sítě. (Kohoutek, 2003; Sak, 2000)

#### e) Ideály a životní plány

Ideály i životní plány jsou opět reálnější, aktivizují k činnosti. Ideál již není zaměřen na konkrétní osobnost a pouze vnější stránku člověka (vzhled). I v tomto období se ještě objevuje denní snění, tedy představy, které si adolescent vytváří o sobě samotném a své budoucnosti. Často vede k lepšímu pochopení sama sebe. Životní plány

dostávají konkrétní podobu (nástup do zaměstnání či studium na vysoké škole, založení rodiny apod.). (Kohoutek, 2003; Sak, Saková, 2004)

f) Vztahově postojové vlastnosti

- k sobě samému – sebehodnocení – srovnávání se s druhými, analýza svého vlastního jednání, chování;
- k vrstevníkům – vztahy mezi dívkami a chlapci mají jiný obsah než v pubescenci (nad kamarádstvím převažuje láska), objevuje se výraznější cit a také vliv rozumu ve vztazích, vzájemný respekt, důvěra;
- k dospělým – snaha osamostatnit se, rozhodovat o vlastním životě sám, objevuje se odpor k poučování a určitým radám dospělých, zvýšená kritičnost ke svým rodičům, občas dochází ke generačním sporům rodičů s dětmi, přesto ale společnost dospělých vyhledává a cítí se v ní jako rovnocenný partner; (Kohoutek, 2003; Langmeier, Krejčířová, 2007)

V období adolescence dochází jednak k osamostatnění se, na druhou stranu však i k jistému návratu k dospělým. Zatímco v období pubescence převládala snaha se od rodičů a dalších dospělých odpoutat a nejdůležitější byly vztahy s vrstevníky, u adolescenta tomu již tak úplně není. Především na konci období, kdy adolescent nastupuje do zaměstnání, případně na vysokou školu, se snaží do společnosti dospělých zařadit. Chce jimi být akceptován a považován za jim rovného. S tím do určité míry souvisí i výběr přátel.

Na začátku období, kdy adolescent nastupuje do nové školy, si hledá nové přátele mezi spolužáky. Vytváří se party, do kterých chce každý patřit a uspokojit tak svoji potřebu přátelství. Parta je malou, neoficiální skupinou, mající určité společné hodnoty. Členy party pak charakterizuje nejen stejný zájem, ale také upřednostňování vrstevníků před rodiči. Se členstvím v partě souvisí také potřeba adolescenta někam patřit, najít si své místo a pozici, ve které se cítí dobře. V rámci sociálních vztahů je důležité osvojení si potřebných sociálních kompetencí, tedy schopností umět jednat s druhými lidmi přiměřeně dané situaci, například schopnost vcítit se do druhého člověka a pochopit ho, umění komunikovat s druhými, řešit vzniklé konflikty, umět přijímat kompromisy a kritiku.

Obdobné je to s adolescenty, kteří již vstoupili do pracovního procesu. Vytvářejí si nová přátelství na pracovišti, učí se vycházet a jednat s různými lidmi. I zde je velmi aktuální

potřeba někam patřit, včlenit se do kolektivu a být považován za jeho součást. Kromě potřeby přátelství se zde v hojnější míře vyskytuje i potřeba uznání, úcty a sounáležitosti. Kromě pracovních vztahů se vytváří i vztahy partnerské směřující k založení vlastní rodiny související s potřebou lásky. Potřeba lásky v partnerských vztazích souvisí s touhou lásku nejen přijímat, ale zároveň i dávat. (Kohoutek, 2003; Langmeier, Krejčířová, 2007; Vágnerová, 1997)

Jak je patrné z výše uvedeného, člověk se nestává člověkem v pravém slova smyslu pouhým narozením. Je definován především prostředím, ve kterém žije. Po narození se každý jedinec vyvíjí biologicky, přidává se psychický a mentální vývoj provázený sociálním vývojem. Sociálním vývojem prochází jedinec od nejtělejšího dětství, v období mládí pak probíhá v různých podmínkách. Biologický vývoj se pomalu ukončuje, mentální zralost kulminuje a sociální změny nastávají v různých sociálních rolích, v nichž jedinec přestává být pouhým objektem společenské péče a stává se jejím subjektem. Pro tento proces společenské změny se užívá výrazu „sociální zrání“. Sak (2000, s. 35) vysvětluje sociální zrání následovně: „Sociální zrání je proces vývojových změn jedince, který probíhá pod tlakem měnící se sociální pozice a rolí, vedoucí k postupné proměně objektu společenské péče ve společenský subjekt. Sociální zrání probíhá ve dvou základních rovinách, v oblasti vědomí a v rovině osvojování si sociální kompetence. Důsledkem vývojových změn ve vědomí a v sociální kompetenci jsou proměny sociálního chování od elementárních aktů až po životní styl.“. (Nakonečný, 1995; Sak, 2000)

### **2.3 Identita adolescentů**

Jedním z nejvýznamnějších znaků člověka je, že existuje jako „já“. S tím bezprostředně souvisí to, že člověk obrací pozornost sám k sobě, zajímá se o sebe sama. Jádrem vztahu člověka k sobě samému je, že chce zjistit kým ve skutečnosti je a dosahovat cílů, které dávají jeho životu smysl, chce být sám sebou. Jde mu tedy o jeho vlastní sebepojetí a seberealizaci. Identita a její hledání, je významnou součástí života každého mladého člověka a je jednou z hlavních součástí adolescence. Cílem adolescentů je dosáhnout jasného a stabilního pocitu vlastní identity.

V tomto období mladý člověk hledá odpovědi na otázky:

„Kým jsem a jaký jsem?“

„Kam patřím a kam směřuji?“

„Jaké hodnoty jsou v mém životě nejvýznamnější?“

Touha objevit vlastní jedinečnost znamená odlišit se od druhých, získat větší samostatnost, nezávislost na rodičích a společenské uplatnění, to vše k adolescenci neodmyslitelně patří. (Helus, 2007; Langmeier, Krejčířová, 2007)

Cestou k osamostatnění a rozvoji individuální identity prochází adolescent dvěma fázemi:

- a) fáze separace a opuštění demonstrativních projevů – na přelomu puberty a adolescence dochází k jistému uklidnění a nalezení nového vztahu k rodičům. To je znamením, že jedinec se cítí dostatečně separován, má svoji samostatnost a přitom dovede se svými rodiči vycházet, aniž by si něco potřeboval dokazovat pomocí demonstrativních projevů.
- b) fáze dosažení autonomizace a identity potvrzující jedinečnost osobnosti – poslední fáze individualizace je období, kdy jedinec dosahuje úplné autonomizace a vytvoření identity. Znakem identity je, že potvrzuje jedinečnost osobnosti a je alespoň přibližně realistická. To znamená, že podobně jako se jedinec hodnotí sám, je hodnocen i svým okolím. Tato fáze poskytuje jedinci určitý existenční řád a odpovídá na otázku: „Kdo jsem?“. (Vágnerová, 1997)

*Sebepojetí*, jak uvádí Helus (2007), patří mezi základní témata vztahu jedince k sobě samému. Skládá se z více komponent, které spolu souvisí, navzájem se propojují, jedna přechází ve druhou. Tyto komponenty tvoří:

- a) sebepoznání – poznatky o svých vlastnostech, schopnostech, předpokladech dosáhnout v určité situaci lepšího či horšího výkonu. Zahrnuje dále poznatky o své vybavenosti pro převzetí určitých povinností a závazků.
- b) sebecit – pocity, které má jedinec ze sebe sama a city, které sám k sobě chová. Důležité jsou především city sebedůvěry, sebejistoty, sebeúcty, které chce jedinec prožívat. Vztah jedince k sobě samému je více či méně citově angažovaný, přičemž citová angažovanost může působit jak aktivizačně, tak i reaktivizačně.

c) sebehodnocení – názory a soudy o sobě samém na pozadí určitého ideálu, na základě porovnávání s druhými, anebo vzhledem k určité normě. Odpovídá na otázky: „Jsem takový, jaký bych chtěl být?“, „Projevuji se tak, jak bych si přál?“ apod. Sebehodnocení nejen konstatuje, ale též vybízí ke změně sebe sama, prací na sobě. V rámci sebehodnocení definujeme nesoulad mezi tím, jaký jsem, jak se jevím sám sobě – tzv. reálným já, a mezi tím, jaký bych si přál být – tzv. ideálním já. Toto konstatování může vyústit v rozhodnutí přiblížit se ideálu, ke snaze změnit se, překonat sám sebe. Z úspěchů, kterých jedinec v tomto směru dosáhne, se rodí sebeúcta, sebejistota. Tento typ úsilí je významným zdrojem sebeřízení osobnosti k jejímu rozvoji. (Helus, 2007)

K tomuto pozitivnímu efektu, kdy jedinec vynakládá velkou snahu ke svému zlepšení a překonává sám sebe, doplňuje dále Helus (2007), nedochází vždy. Časté jsou případy, kdy jedinec setrvává pouze u představ o svém ideálním já, nesnaží se je realizovat a stagnuje. Jiný, problematičtější případ nastává, je-li jedinec nesouladem svého reálného a ideálního já deprimován do té míry, že sám k sobě zaujme negativní vztah. Podceňuje se, opovrhuje sám sebou, nemá odvalu změnit se. Tyto stavy mohou v určitých případech vyústit ve vážné narušení osobnosti. S těmito případy se lze nejčastěji setkat ve školním prostředí, a to především u žáků a studentů, kteří si zakládají na svých dobrých studijních výsledcích. Z opakovaných nezdarů, například v období po přechodu ze základní na střední školu, vyvodí mnohdy mylné závěry o svých schopnostech a přestanou si sami sebe vážit. K tomuto závěru může jedince přivést také psychologická necitlivost a nevšímavost ze strany učitele. Ta dokáže způsobit katastrofální následky učební, kázeňské i psychohygienické.

Nejdůležitější je postoj učitele, který nesmí zapomínat na to, že pro mnohé žáky či studenty, zejména ty ctižádostivé a citlivější, je nesmírně těžké srovnat se s odhalením, že nejsou na stejné úrovni jako ostatní spolužáci a neumí se prosadit. Někdy tyto pocity, ač nezáměrně, vyvolávají právě učitelé. Tím je narušeno uspokojování jedné z nejdůležitějších potřeb v životě každého člověka – potřeby sebeúcty, sebejistoty, sebedůvěry. Není-li tato potřeba uspokojována, brání se jedinec rozličnými psychickými mechanismy. Bohužel mnohdy i způsoby, které učební krizi prohlubují. Jsou to tzv. psychické mechanismy obrany „já“. (Helus, 2007)



Psychickými mechanismy obrany „já“ jsou:

- a) útek – může se jednat o útek do lhostejnosti a apatie, fantazijního snění. Fyzická stránka jedince je přítomna, ale ve skutečnosti jako by tu ani nebyl. Sní o vítězstvích, úspěších, výhrách, protože reálně na ně nedosáhne. Dochází i k reálným útekům - záškoláctví, útky z domova apod.
- b) zlehčování, bagatelizace neúspěchu snižujícího hodnotu vlastního já, svalování viny na jiné – dochází k ironizaci školy, učiva i samotných učitelů. Zlehčování na jedné straně zmírní bolestivý dopad neúspěchů, na druhé straně však snižuje vyhlídky na zlepšení. Zodpovědnost za neúspěchy bývá obvykle svalována buď na učitele, který je z pohledu neúspěšného jedince neobjektivní, nebo na spolužáky, kteří se učiteli podbízí.
- c) kompenzační, náhradní aktivita – příležitosti ke kompenzačním, náhradním aktivitám, mohou přinášet tolik potřebné pocity sebeuspokojení. Jedná-li se o aktivity sociálně hodnotné, rozvíjející osobnost i mimoškolní kontakty (např. ochrana přírody, ekologie), může být problém vyřešen. V opačném případě, jdou-li aktivity negativním směrem, popřípadě přímo proti škole (např. demonstrace hrdinství před partou), mohou se dosavadní problémy naopak prohloubit.
- d) agrese – útoky na ty, kteří jedince omezují v jeho potřebě sebeúcty a seberozvoje nebo na náhradní objekty (osoby, které s jeho problémy nemají nic společného). (Helus, 2007)

Uchovávání hodnoty vlastního já je pro děti a mládež klíčovou potřebou. Proto musí učitel s pečlivostí předcházet situacím, kdy jeho žák či student pocítuje svoji vlastní omezenost, méněcennost, kdy se cítí být ponížěn, nevěří si, ztrácí sebejistotu a sebedůvěru a posléze získává zcela negativní vztah ke škole jako takové. Důležité je podporovat rozvoj učební kompetence posilující zdravé a přiměřené sebehodnocení. Učební kompetenci tvoří dvě základní složky:

- a) soubor vědomostí a dovedností
- b) sebedůvěra a sebejistota

Vědomosti a dovednosti jsou potřebné ke zvládnání všech nároků a požadavků, k řešení nejrůznějších úkolů a situací. Sebedůvěra spolu se sebejistotou pak jedinci dovolují

bez zábran, strachu či rozporů uplatnit co nejlépe své dovednosti, schopnosti, vědomosti a další předpoklady. (Helus, 2007)

Hledáme-li vlastní identitu, hledáme v podstatě své „pravé já“. Snažíme se odhalit svoji jedinečnost, to, jací doopravdy jsme, co sami od sebe očekáváme, jaké jsou naše cíle, jaké hodnoty vyznáváme, jaké jsme si v životě vytyčili cíle, čeho chceme dosáhnout. Proces hledání sebe sama je procesem náročným a zdlouhavým. Vždyť mezi 15letým jedincem, který představuje dolní věkovou hranici adolescence a 22letým jedincem představujícím hranici horní, je obrovský rozdíl. V patnácti letech si kolikrát svůj budoucí život neumíme ani představit. Teprve postupem časem získává jasnější obrysy. Občas si musíme na vlastní kůži zažít zklamání, abychom pochopili, že se ubíráme špatným směrem. Je tedy patrné, že při hledání svého já nemůžeme spěchat, že vše má svůj čas. Nikdo se nestal bezchybným a úspěšným za jednu jedinou noc. Vše chce svůj čas a velkou míru trpělivosti. I té se často musíme teprve prostřednictvím našich neúspěchů naučit. Velkou oporou jsou pro všechny tápající zajisté jejich rodiče a kamarádi, kteří, mnohdy z povzdálí a nenásilně, naznačují směr, kterým je třeba se v životě vydat a najít tak sebe sama. (Helus, 2007; Vágnerová, 1997)

### **3. Životní problémy středoškolské mládeže**

Problémy se týkají každého z nás. Objevují se každý den a ve všech oblastech našeho života. Každý máme starosti a trápení. Výjimkou samozřejmě nejsou ani dospívající. S postupným vývojem společnosti a zvyšováním nároků na připravenost jedince pro život, narůstá i počet problémů, které se týkají nejen dospělých, ale právě stále častěji i dospívajících jedinců. Období dospívání je samo o sobě náročné, přináší mnoho změn a mnoho nových situací, které musí jedinec zvládat. Aby vyhověl nárokům společnosti, musí být odolný, schopný řešit náročné situace a být si jistý sám sebou. Problémy současných adolescentů plynou převážně z každodenních povinností a setkávají se s nimi v běžném prostředí (rodina, škola apod.). Důležité je ovšem rozlišit běžné problémy každodenního charakteru, které se dají snadno vyřešit a problémy závažné, jejichž řešení již tak snadné a rychlé není. V této kapitole se budu věnovat životním problémům současné středoškolské mládeže. Zaměřím se na tři největší oblasti přinášející adolescentům starosti – rodinu, školní prostředí a vrstevnické skupiny.

#### **3.1 Problémy v rodině**

Rodina, ať již v jakékoli době, byla a je pro její členy jistotou. Zejména dětem přináší pocit lásky, jistoty a bezpečí. Rodina je také významným socializačním činitelem. Dítě od svých rodičů přebírá vzorce chování, učí se normám dané společnosti, poznává a vnímá samo sebe, navazuje vztahy s jinými lidmi. K největším změnám došlo ve vývoji rodiny v posledních desetiletích. Současná rodina je nukleární, tedy tvořená rodiči a jejich dětmi. Dříve byly běžnější rodiny vícegenerační, kdy rodiče a jejich děti sdíleli domácnost zpravidla také s prarodiči. Ti se podíleli na výchově dětí, trávili s nimi mnoho času a poskytovali vzor soužití více generací pod jednou střechou. V dnešní době již toto soužití vidíme spíše zřídka. Mladé rodiny se touží osamostatnit a vytvořit svůj vlastní domov. S touto problematikou do jisté míry souvisí také zvyšování věkové hranice odchodu do důchodu. Zatímco dříve odcházeli prarodiče do důchodu poměrně mladí, dnes se hranice odchodu výrazně posouvá a prarodiče již svým dětem nemohou s vnoučaty vypomáhat tak, jak by chtěli, protože jsou často ještě součástí pracovního procesu a cítí se unavení. (Helus, 2007; Kraus, 2008)

Rodina je útočištěm před vnějším světem, místem, kde se můžeme schovat před starostmi a cítit se v bezpečí. To, zda svoji rodinu za útočiště před světem považujeme či nikoli, záleží především na tom, jakým způsobem plní své funkce:

- a) biologická funkce - má význam pro jedince i pro společnost, závisí na ní zdárný rozvoj společnosti,
- b) sociálně-ekonomická funkce – zapojení členů do výrobní i nevýrobní sféry prostřednictvím vykonávání určitého povolání a spotřeby zboží a služeb,
- c) ochranná funkce – zajišťování životních potřeb biologických, hygienických, zdravotnických,
- d) socializačně-výchovná funkce – rodina je prvním místem, kde se dítě učí přizpůsobovat životu a osvojuje si zde základní návyky a způsoby chování, ústřední úlohou je příprava dětí na vstup do praktického života,
- e) rekreační, relaxační a zábavná funkce – trávení volného času pohromadě, společné aktivity,
- f) emocionální funkce – zásadní a nezastupitelná funkce, poskytuje citové zázemí, pocit lásky, jistoty a bezpečí.

Z hlediska funkčnosti rodiny pak rozlišujeme rodinu:

- a) funkční – plní řádně všechny své funkce,
- b) dysfunkční – některé funkce neplní dostatečně, to však neohrožuje celkový život rodiny,
- c) afunkční – rodina nezvládá funkce plnit, socializační vývoj dítěte je zásadně narušován. (Kraus, 2008)

Funkční rodina je rodina plnící vůči svým dětem poslání, odpovídá na jejich potřeby a vývojové tendence, je optimálním místem primární socializace. Poskytuje záruku, že dítě bude rozvíjet své možnosti, bude vytvářet základ své osobnosti a nalezne pozitivní vztah ke škole a vzdělávání. Funkčnost rodiny však bývá často narušena. Může se jednat o dočasné problémy, kdy rodina prochází určitými krizemi a vyvíjí se. Tyto problémy lze označit za řešitelné a méně závažné. Narušení funkčnosti rodiny ovšem může být i hlubšího

charakteru a dlouhodobějšího rázu, pro dítě se stává zdrojem ohrožení, je dysfunkční či afunkční. Protože problémy se nevyhýbají nikomu, je dočasná snížená funkčnost rodiny poměrně častým a běžným jevem. Zásadní je neodmítat pomoc druhých lidí a společně se snažit odhalit příčiny snížené funkčnosti a trpělivě, vynalézavě přistupovat k jejich překonání.

Problémy adolescentů v rodinném prostředí většinou souvisí s nedostatečným plněním některých funkcí rodiny. Pokud v rodině nefunguje vše tak jak má, adolescent pociťuje bezmoc, úzkost a cítí se sám. Pro adolescenty je silné rodinné zázemí velice významné. Přestanou-li rodiče adolescentovi zázemí a pocit jistoty poskytovat, adolescent se ocitá v situaci, kdy si není jistý půdou pod nohama a to se projevuje i v jeho chování. Ztrácí důvěru ke svým rodičům, přestává si jich vážit a oporu hledá raději u svých přátel.

Narušení vztahů uvnitř rodiny, mající vliv na rodinné problémy, má dvě základní formy:

- a) oslabení vzájemných kontaktů, vzájemná izolovanost členů rodiny – každý je ponořen do svých vlastních záležitostí a problémů, ostatní jej příliš nezajímají. Kontakty bývají sice klidné a věcné, ale převážně formálního charakteru. Dítě vyrůstající v takovém prostředí postrádá vřelost, hlubší cit, opravdový zájem a vykazuje zpravidla příznaky citové deprivace (strádání).
- b) konflikty mezi členy rodiny – v rodině panuje napětí, neklid, hádky, intriky, vzájemné napadání a snaha o získání ostatních členů rodiny (především dětí) na svoji stranu. V rodině panuje strach z rozpadu rodiny, dochází ke vzájemnému fyzickému napadání. Objevují se negativní jevy jako alkoholismus, zanedbávání domácnosti a dětí, nevěra. K citové deprivaci přistupuje narušení negativními vzory a příklady. (Helus, 2007)

Jak bylo výše uvedeno, dochází k izolovanosti jednotlivých členů rodiny a oslabování jejich vzájemných kontaktů, komunikace a vztahů. Rodiče jsou pracovně vytíženi a nemají mnoho volného času. Dříve bylo zvykem, že se celá rodina večer sešla a popovídala si o tom, co za uplynulý den prožila. Mezi členy rodiny byly velmi úzké vazby, svěřovali si navzájem svá trápení a problémy řešili společně. Dnešní rodiny to již neumí. Každý se zajímá sám o sebe, o své koníčky a zájmy. Členové rodiny nežijí spolu, ale pouze vedle sebe a navzájem se míjí. Rodina spolu neumí trávit volný čas, nepodniká společné výlety ani jiné sportovní či společenské aktivity, netráví spolu víkendy ani dovolené. Rodiče své děti v podstatě

neznají, nerozumí jim, neví, co je baví a v čem vynikají. Komunikace mezi členy rodiny vážně, nenacházejí společná témata k hovorům, a tak raději mlčí.

Jednou z oblastí problémů v rodinném prostředí je tedy komunikace. Rodiče na adolescenta nemají čas nebo spolu komunikovat ani neumí. Adolescence je velice citlivým obdobím komunikace mezi rodiči a jejich dětmi. Adolescenti se chtějí osamostatnit, vymanit z vlivu svých rodičů a neposlouchat jejich rady. Adolescenty trápí nedostatek pochopení a důvěry ze strany rodičů. Odtud často pramení zbytečné konflikty a neshody. Komunikace mezi rodiči a adolescenty vážně, nenachází společná témata k hovoru. Jakákoli snaha o komunikaci většinou skončí zbytečnou hádkou. Adolescenti mají pocit, že rodiče jim absolutně nerozumí a chtějí jejich život řídit. A rodiče si s touto situací často poradit neumí. Pro obě strany je pak snadnější vzájemnou komunikaci výrazně omezit a předcházet tak dalším možným konfliktům. Přestože komunikační problémy a neshody jsou v adolescenci velmi časté, nedochází k narušení emoční vazby mezi rodiči a adolescenty. Konflikty a špatná komunikace většinou pramení ze snahy adolescenta nalézt vlastní identitu a prosadit sám sebe.

K rodinným problémům můžeme přiřadit také špatnou rodinnou atmosféru. Rodiče o adolescenta nejeví zájem nebo o něj naopak pečují přehnaně. To do jisté míry souvisí i s představami rodičů o výchově. V jistých případech se rodiče v představách o výchově svých dětí zcela rozcházejí. Jeden z rodičů by raději volil liberální styl výchovy, kdy je dítěti v podstatě vše povoleno, druhý by raději volil styl autoritářský, charakteristický příkazy a zákazy. Ideální není ani styl hýčkající, kdy je dítě rozmazlováno a hýčkáno, perfekcionista, kdy rodiče své dítě do všech detailů usměřňují a nedávají mu žádný prostor k projevení se, ani styl hypochondrizující, projevující se nepřiměřenými obavami o dítě či dokonce styl tvrdý s prvky fyzického násilí. Ideální volbou je styl demokratický. Tento styl je založený na partnerství, komunikace funguje a existuje zde možnost společné diskuse. Pokud rodiče zvolí nevhodný výchovný styl, mohou se narušit emocionální vztahy mezi rodiči a adolescenty. V nejzávažnějších případech dochází i k citové deprivaci, tedy dlouhodobému neuspokojování citových potřeb adolescenta. (Kraus, 1999, 2008; Fischer, Škoda, 2009)

Neméně významnou oblastí problémů jsou neúplné rodiny a následný příchod nového partnera jednoho z rodičů. V těchto případech se adolescenti cítí opomíjeni, nechtějí nového člena rodiny přijmout a opět dochází k neshodám, konfliktům a problémům v komunikaci. Počet rozvodů je v dnešní době vysoký, stejně tak narůstá případů, kdy rozvedení rodiče

hledají jiného životního partnera a potenciálního rodiče svých dětí. Tato problematika je velice aktuální a bohužel dochází i k případům, kdy adolescenti nového rodiče odmítají, jsou vůči němu v opozici a situaci, která jim nevyhovuje, vyřeší reaktivním útekem z domova. Útěky z domova jsou nejčastější reakcí na nevyhovující situaci v rodinném prostředí.

Obdobně adolescenti nahlízejí na příchod nového sourozence. Dosud byli zvyklí na plnou pozornost svého okolí a najednou se ocitají na vedlejší koleji. Zpravidla se jedná o potomka nově přichozího partnera. K němu se adolescent staví opět negativně, stejně tak jako k jeho rodiči. Obdobné je to s narozením miminka. Ať již se jedná o vlastního či nevlastního sourozence, adolescent si uvědomuje, že mu teď nebude věnována pozornost, a že se celá široká rodina bude věnovat nově narozenému sourozenci. Zvláště u jedináčků tato situace vyvolává negativní postoje a reakce ve vztahu k rodičům. Přestože toužili po osamostatnění, upřednostňování o mnoho let mladšího sourozence je trápí a narušuje jejich vztahy s rodiči.

Rodinné problémy zapříčiňují i manželské či porozvodové konflikty. Adolescent se stává svědkem hádek a sporů svých rodičů, je na něj vyvíjen tlak, aby se postavil na stranu jednoho z nich, aby v rámci jejich konfliktů zastával roli prostředníka. Tyto situace jsou pro adolescenta velmi náročné a stresové. Adolescent je pod neustálým tlakem, dostává se do situací, jež nezná, jsou pro něj nové a neumí je vyřešit. Je svědkem slovního napadání a urážení mezi svými rodiči, které dříve znal jako dvě navzájem se respektující a milující osoby. Pro adolescenta je velmi náročné se v tomto zmatku zorientovat. Dochází k citové deprivaci, kdy rodiče zaslepeni svými problémy, zapomínají na své dítě. Adolescent se cítí osamělý. Tyto konflikty mohou mít negativní vliv na utváření budoucích partnerských vztahů adolescenta, ovlivnit jeho názor na založení vlastní rodiny a podepsat se na fyzickém i psychickém zdraví adolescenta.

Poslední oblastní, kterou bych ráda zmínila, jsou generační rozdíly. Každá generace vyrůstala v určité době, v určitém typu společnosti a za určitých, pro danou dobu a společnost charakteristických podmínek. Typické bylo a je vyznávání některých hodnot, zastávání jistých názorů a postojů, oblíbenost určitého hudebního stylu, způsobu oblékání se, vyjadřování apod. Současná generace se cítí být generací svých rodičů nepochopená. Adolescenti mají dojem, že je rodiče nechápou, příliš zasahují do jejich života, říkají jim, co mají a co nemají dělat, nerespektují jejich individualitu, neschvalují jejich přátele. Dochází k výměnám názorů, adolescent chce prosadit své názory za každou cenu, je vůči svým rodičům v opozici a přehnaně kritický. To pramení ze snahy osamostatnit se, odpoutat se od rodičů a najít sám sebe. Adolescent tak raději vyhledává společnost vrstevníků, kde může svoji osobnost naplno

projevit. Generační rozdíly existovaly, existují a existovat budou. Potřebné je, aby se rodiče a adolescenti snažili navzájem respektovat své odlišné názory a vytvářeli kompromisy přijatelné pro obě strany. Tím se zamezí dalšímu prohlubování a zhoršování již poměrně značně narušených vztahů uvnitř rodiny. (Bakošová a kol., 2005; Kraus, 1999; Martínek 2009; Matoušek, 1993)

### **3.2 Problémy ve škole**

Ve škole tráví adolescent poměrně mnoho času. Spokojenost adolescenta na zvoleném typu školy ovlivňuje především prostředí školy. To se skládá ze tří složek. První z nich je věcná a prostorová stránka. Jedná se o velikost školy, její architektonické řešení, její umístění a dostupnost, osvětlení, vytápění, barevnost prostředí, výzdobu, technické a sportovní vybavení apod. Druhou složkou je sociálně-psychologické klima, tedy sociální a emocionální naladění účastníků, kteří jej tvoří a prožívají v interakci. V této oblasti je velice důležitá osobnostně-vztahová stránka jedince, rysy prostředí pak tvoří osoby – žáci a pedagogové. Charakteristiku žáků a pedagogů doplňují různé vazby a procesy probíhající uvnitř školy. Základ tvoří vztah mezi pedagogy a žáky, vzájemné vztahy mezi žáky i vztahy mezi pedagogy navzájem. Poslední složkou je vnější prostředí školy. Škola je vždy součástí lokálního prostředí, důležitá a významná je spolupráce s jinými institucemi v blízkosti školy, jako jsou např. knihovny, volnočasová centra, mládežnické organizace. Škola pak může nabídnout mnoho různorodých aktivit mimo vyučování.

Také školní prostředí však působí adolescentům nemalé starosti a problémy. Nejčastější problémy adolescentů ve školním prostředí jsou neúspěch ve škole, nespokojenost ve škole a strach z budoucnosti.

Prvním problémem, se kterým se adolescent ve školním prostředí setkává, je adaptace na nové podmínky. Přejít ze základní na některý typ střední školy není vždy snadný. Adolescent musí být více zodpovědný. Základní škola bývá většinou v blízkosti bydliště, se středními školami to bývá obtížnější. Někdy je nutné každodenní zdlouhavé dojíždění, jindy si adolescent musí zvykat na pobyt v internátním zařízení, protože každodenní dojíždění není z důvodu velké vzdálenosti možné. Adolescent se tak ocitá sám v cizím městě, bez rodiny, bez přátel a musí se o sebe postarat. Mnoho adolescentů nebylo do té doby zvyklých na to, že si musí vše vyřídit sami, že si musí sami občas nakoupit a postarat



se o sebe. Dále si musí zvyknout na fakt, že pokoj sdílí s jedním či více pro něj neznámými spolubydlicími a přichází tak o své vlastní pohodlí. Konflikty zde vznikají jak mezi jednotlivými spolubydlicími, kteří měli rozdílné představy o svém přechodném bydlení, tak i mezi výchovnými pracovníky a adolescenty. Po návratu ze školy by si chtěl každý jistě odpočinout a nabrat nové síly, splnit si v klidu své školní povinnosti, což v takovéto atmosféře bohužel není možné. (Kraus, 1999, 2008; Kraus et al., 2006)

Neúspěch ve škole může pramenit z mnoha zdrojů. Jedním z nich je osobnost adolescenta. Ne každý adolescent zvládá nároky zvoleného studijního oboru tak, jak před vstupem na školu očekával. Množství úkolů je příliš veliké, adolescent se dostává pod tlak a musí se vyrovnávat se stresem, na což dříve nebyl zvyklý. Zátěžové situace ve školním prostředí mohou též pramenit z nespravedlivého ohodnocení ze strany učitele, případně spolužáků, veřejného vystoupení, na které není adolescent zvyklý, úkolů s nepřiměřeným časovým limitem apod. Neúspěch zapříčiňují i vysoké nároky ze strany rodičů. Rodiče si mnohdy neuvědomují, že nároky, které na své dítě v souvislosti se školním prospěchem kladou, jsou nepřiměřené. Od adolescenta očekávají nadprůměrné studijní výsledky, účast na všech školních aktivitách a soutěžích, a to je opravdu vyčerpávající. S tím úzce souvisí oblast volného času. Takto zaneprázdněný adolescent nemá žádnou příležitost k odpočinku, sportování a trávení volného času s kamarády. Veškerý volný čas věnuje přípravě do školy.

Přetěžování adolescentů zapříčiňuje únavu, nedostatek spánku, vyčerpání, pocity bezmoci, zoufalství a selhání. Aby adolescent vydržel psychickou i fyzickou zátěž, vyzkouší mnohokrát různé stimulační neboli povzbuzující látky. Dostává se tak do kontaktu s návykovými látkami, které sice krátkodobě mohou mít povzbuzující účinek, ale jak již jejich název napovídá, adolescent si na ně vytváří návyk. Užívání návykových látek se stupňuje, adolescent potřebuje stále vyšší dávku a také větší množství peněz na jejich pořízení. Dlouhodobé užívání návykových látek má dopad na fyzické i psychické zdraví adolescenta, objevují se abstinční příznaky (třes, neklid, zvracení, silná touha po návykové látce), agresivní chování, devastace rodinných a kamarádkých vztahů. Nejznámějšími a v současnosti nejužívanějšími stimulačními látkami jsou amfetamin, kokain, pervitin a kofein.

Se školními problémy souvisí i záškoláctví. Někdy bývá příčinou pouze vyhnutí se zkoušení, na něž není adolescent připraven a víckrát se neopakuje. Závažnější jsou případy častého záškoláctví. Objevuje se i v případech, kdy je na adolescenta kladeno mnoho požadavků a on si chce odpočinout. Odpovídající „únik“ pak nalezne v záškoláctví. K záškoláctví směřuje i nespokojenost ve škole. Mnohdy není pro rodiče vůbec myslitelné,

aby adolescent změnil školu, ať již z důvodů studijních neúspěchů či z důvodů nevyhovujícího studijního oboru. (Bakošová, 2008; Kraus et al., 2006; Martínek, 2009; Mühlpachr, 2002; Nešpor, 2007)

Nespokojenost na zvoleném typu střední školy a touha změnit školu se zpravidla setkává s nepochopením ze strany rodičů. Zastávají názor, že když už se adolescent na školu dostal, měl by na ní setrvat. Neuvědomují si, že adolescent se na škole necítí dobře, že každodenně bojuje s negativními a rozporuplnými pocity, zda do školy jít nebo raději zůstat doma a předstírat nemoc. Adolescent neumí svým rodičům vysvětlit, že škola nesplňuje to, co očekával, nebo že prostě jen vyhověl jejich přání, ale na škole spokojen není. S nespokojeností jdou ruku v ruce špatné studijní výsledky, protože adolescenta učení nebaví a doufá, že špatný prospěch přiměje jeho rodiče k uvažování nad změnou školy. Rodiče by měli být k pocitům a přáním svého dítěte vnímaví, a pokud se na škole necítí dobře, zvážit možnost přestoupení na jiný typ školy, který si adolescent sám zvolil, a plně ho v jeho rozhodnutí podpořit.

Nespokojenost ve škole zapříčiňuje kromě nevhodně zvoleného typu školy a studijního, popř. učebního oboru, výjimečnost adolescenta. S problémy se setkávají zejména mimořádně nadaní studenti, studenti s tělesným handicapem či příslušníci jiných ras. Problematika mimořádně nadaných studentů je v současné době stále aktuálnější. Mimořádně nadaný student se většinou na „běžném“ typu střední školy nudí a nevyužívá veškerý svůj potenciál. Nenachází pochopení ani ze strany učitele, který by mu musel věnovat více pozornosti, ani ze strany spolužáků. Spolužáci takto nadaného studenta považují za „šprta“ a nemají zájem se s ním kamarádit. Obdobné pocity osamocení a nezačlenění se do kolektivu zažívají adolescenti s určitým tělesným handicapem. Na první pohled je patrná jejich odlišnost, stávají se terčem výsměchu a urážek, nemohou se účastnit výletů a sportovních akcí, jsou vylučováni z třídního kolektivu. Stále aktuální je rovněž téma rasové problematiky. Pouze proto, že má adolescent odlišnou barvu pleti, že uznává jiné hodnoty a kulturu, bývá kolektivem zavrhován. Svoji roli zde do jisté míry sehrávají předsudky, které adolescenti přejímají nejčastěji od rodičů a jsou přesvědčeni o jejich správnosti, i když zpravidla bývají zcela mylné. (Kraus et al. 2006; Vališová, Kasíková a kol., 2007)

Školní prostředí je v posledních letech spojeno i s pojmem šikana. Šikana se na školách objevuje čím dál častěji a může být příčinou školních neúspěchů, záškoláctví a lhaní. Obětí šikany se většinou stává jedinec, který je od ostatních odlišný. Má vynikající studijní výsledky, je samotářský, preferuje knihu před kolektivem spolužáků, je slabší. Šikana

je velmi závažná a jak její strůjci, tak její oběti, ji zvládají skrývat. Oběť šikany do školy přestane chodit, ale rodičům se o tom bojí říci, tak využívá lhaní. V těchto případech je důležitá důvěra a komunikace mezi rodiči a adolescenty. Rodiče by měli být k chování svých dětí velice vnímaví a měli by umět rozpoznat, že je něco trápí. (Kraus, Hroncová a kol., 2007; Martínek, 2009)

Nerespektování a neuznávání autorit je v současnosti další problematickou oblastí v období adolescence. Vztah učitele a studenta je významnou součástí školního klimatu. Adolescent zaujímá k učiteli, zejména třídnímu, jisté postoje. Respekt, obdiv a oblíbenost jsou žádoucí. Objevuje se mnoho případů, kdy adolescenti nepovažují svého učitele za přirozenou autoritu, v hodinách vyrušují, neplní své povinnosti a hřeší na to, že se svého učitele nebojí. Zde je prostor pro zamyšlení se nad příčinou. Tou může být ponižování ze strany učitele, nespravedlivé hodnocení adolescenta. Ten pak vůči svému učiteli zaujímá zcela negativní postoj a neváží si ho. Do školy pak chodí s odporem a vyučování se snaží nějak „přežít“. Vytváří si negativní vztah k učivu, škole i vzdělávání vůbec.

Někteří adolescenti spatřují své problémy i v oblasti zkoušení. Adolescent má strach z neúspěchu, ze zesměšnění. Písemné i ústní zkoušení je tak mnohdy pro adolescenty spojeno s velkým stresem. Pod vlivem nervozity všechno zapomenou, nejsou schopni odpovědět na žádné otázky, červenají se a potí. Připadají si tak před ostatními znemožnění a ponížení. Největší obavy panují v období pololetních a závěrečných zkoušení, kdy na jednom zkoušení či písemné práci závisí výsledná známka na vysvědčení. Aktuální problémy vznikaly v souvislosti se zavedením nových státních maturit. Adolescenti se báli neznáma, připadali si na maturitu nepřipraveni a nedostatečně informováni. Právě nadměrná obava a zátěž se mnohdy podepsala na neúspěchu maturantů.

Adolescentům se nevyhýbají ani problémy s učivem. Příčin je opět mnoho. Nerozumí zadání, úkoly jsou na ně příliš složité, nikdo jim s učením nepomáhá. Důvodem však může být i některá z poruch učení jako je dyslexie – problémy s porozuměním textu, dysgrafie – problémy s písemnou formou projevu, dyskalkulie – problémy s počty a matematickými symboly a další. Jedná se z pravidla o neobjevenou poruchu. Rodiče si u dítěte ničeho nevšimli a adolescent tak nezvládá to, co ostatní a neví proč. Trápí jej, že se nevyrovná ostatním, že si z jeho chyb dělají ostatní spolužáci legraci a špatné hodnocení. Pokud poruchu u adolescenta neobjeví rodiče, jeho učitel je tím, kdo by si měl všimnout, že se jisté problémy s učivem u adolescenta projevují. Pokud není porucha učení objevena, adolescent školu nenavštěvuje rád a k vzdělávání se staví negativně.

K problematičným oblastem dále řadíme nepříznivé klima uvnitř třídy. Vzájemné vztahy mezi adolescenty významně ovlivňují spokojenost ve školním prostředí. Má-li adolescent mezi svými spolužáky kamarády, těší se na každodenní kontakt s nimi a pobyt ve škole je jistě příjemnější. Stává se však, že někdo do třídního kolektivu „nezapadne“. To se týká především adolescentů, kteří se od ostatních výrazně odlišují. Nadprůměrně nadaný student, příslušník nižší sociální vrstvy, samotář. Ti se ocitají mimo třídní kolektiv a bývají terčem výsměchu a urážek. Tato problematika se dotýká i nově příchozích studentů. Do již utvořeného třídního kolektivu nemusí být vždy přijati, jsou považováni za rušivý prvek, který se snaží třídní pospolitost narušit. Takoví studenti jsou pak osamoceni, nechodí do školy rádi, nemají žádné kamarády a uzavírají se sami do sebe. (Kraus et al., 2006; Vališová, Kasíková a kol., 2007)

Poměrně novou oblastí ve školním prostředí je strach z budoucnosti. Pramení jednak z nejistoty, zda bude možnost pokračovat ve studiu na vysoké škole, nebo ze strachu z nezaměstnanosti. Právě absolventi se pravidelně zařazují mezi početnou skupinu nezaměstnaných, především z důvodů absence praxe. S tím, jak se mění doba, přibývá i obav z budoucnosti. Nároky na vzdělanost a odbornost se zvyšují. Většina adolescentů, zvláště v posledních ročnících středních škol, projevuje obavu, zda se jim podaří sehnat práci, zda budou jejich schopnosti dostačující a zda dosáhnou určité životní úrovně, kterou si představují. Adolescenti hlásící se ke studiu na vysokých školách projevují obavu o úspěšnost u přijímacího řízení v souvislosti s nedostatečnou kapacitou vysokých škol. Přestože se obavy z budoucnosti projevují ve větší míře u dívek, nevyhýbají se ani chlapcům.

Se školou a školními povinnostmi úzce souvisí volný čas adolescentů. Právě náročnost zvoleného studijního oboru častokrát nedovoluje adolescentům trávit a využívat volný čas podle jejich představ. Každý den s sebou přináší různorodé školní povinnosti, které si adolescent musí splnit. Vypracovat zadané úkoly, naučit se novou látku, vyhledávat informace. To vše si žádá spoustu času i sil. Adolescent tak nemůže jako dříve trávit veškerý volný čas se svými kamarády a je svázán pocitem zodpovědnosti. Adolescent se ale v oblasti volnočasových aktivit potýká i s nedostatkem financí či nedostupnosti volnočasového centra, absencí vhodného sportoviště apod. Přibývá však také adolescentů, kteří svůj volný čas neumí využívat efektivně, neodpočinou si a podléhají nudě. Adolescenti by si měli umět najít vhodnou aktivitu, při níž by si odpočinuli a připravili se na další náročný školní den. (Hofbauer, 2004; Kraus et al., 2006)

### 3.3 Problémy s vrstevníky

Vrstevnické skupiny, jak uvádí Kraus (2008), jsou přirozenou součástí života dětí a mládeže. Jejich charakteristikou je věková, ale také názorová blízkost a z ní vyplývající souhlasné jednání. Z hlediska sociálního dělení skupin je považujeme za primární, zpravidla neformální skupiny vyznačující se bezprostředními a častými kontakty, vědomím „my“, tedy pocitem příslušnosti ke skupině, vyznáváním stejných hodnot, ale také dodržováním jistých pravidel skupiny. Vrstevnické skupiny se vyznačují následujícími funkcemi:

- a) jejich příslušníci mají možnost ukázat ostatním to, co se naučili svojí účastí na životě dospělých,
- b) v rámci utváření vrstevnických skupin jejich členové rozvíjí samostatné úsilí a uskutečňují ty cíle, jež nemohou realizovat jiným způsobem a formou jiných aktivit, pokud nedosáhnou plné sociální zralosti.

Potřeba příslušnosti k vrstevnické skupině je v období adolescence velice aktuální. Ve vrstevnických skupinách adolescentů se projevuje snaha vymanit se z kontroly dospělých, především rodičů. V rámci skupiny může adolescent dále projevit svoji touhu po samostatnosti a dospělosti, vyjadřovat svobodně své názory a postoje, vyznávat určitý styl oblékání apod. Pro každého adolescenta je bezesporu důležité, aby byl součástí vrstevnické skupiny. V prostředí skupiny probíhá proces socializace, adolescent si osvojuje různé zásady, normy, životní cíle, vzory chování, jednání. Vrstevnické skupiny však adolescentovi nabízí také společné zážitky, společně trávený čas a možnost sebeuplatnění.

Přestože jsou vrstevnické skupiny v životě adolescentů nezastupitelné, i zde existuje jisté riziko. Jak již bylo zmíněno výše, příslušníci skupiny se řídí jistými normami, cíli a hodnotami. Ne vždy se ale jedná o hodnoty pozitivní. Některé skupiny vyznávají hodnoty asociální nebo dokonce antisociální (např. party, gangy). V těchto skupinách existuje živná půda pro záškoláctví, užívání návykových látek, krádeže a v nejzávažnějších případech i pro kriminální činnost. (Kraus, 2008)

V rámci vrstevnických vztahů patří k nejproblémovější oblasti vztahy k druhému pohlaví. Adolescenti navazují první vážnější milostné vztahy, vkládají do nich svoji naději, svá přání a očekávání. Pro některé adolescenty představuje problém samotné seznamování se s příslušníky opačného pohlaví. Nedostatek sebevědomí, plachost, stydlivost. Tyto

vlastnosti navazování kontaktů, potažmo vztahů, ztěžují. Nízké sebevědomí může plynout z vlastního podceňování se, nespokojenosti s vlastním vzhledem. Tělesný vzhled je pro adolescenty citlivým tématem. Na adolescenty ze všech médií útočí ideály lidské krásy a utvrzují tak v nich pocit vlastní nedokonalosti. Přijmout sám sebe, svůj vzhled, je mnohdy obtížné. Touha rychle snížit svoji váhu a podobat se modelkám z časopisů, bývá mnohdy provázena poruchami příjmu potravy. Poruchy příjmu potravy vychází z nespokojenosti s vlastním tělem, vyznačují se touhou zhubnout, odmítáním jídla, hladověním, únavou, podrážděností. Vyskytují se častěji u dívek, ale i chlapců trpících poruchami příjmu potravy přibývá. Nespokojenost s vlastním vzhledem tak může zapříčinit vážné zdravotní i psychické problémy.

Kromě tělesného vzhledu trápí adolescenty ve vztazích k opačnému pohlaví rozchody a neopětovaná láska. První milostné vztahy netrvají tak dlouho, jak by si adolescent představoval. Adolescent je na partnera značně fixován, zvykne si na jeho společnost, je přesvědčen o dlouhodobosti a perspektivnosti vztahu. Zklamání přichází ve chvíli, kdy chce jeden z partnerů vztah ukončit. Důvodem může být nespokojenost ve vztahu, uvědomění si závažnosti vztahu, na něž není partner připraven či potřeba jisté svobody. Takto zklamáný adolescent pak další vztah navazuje obtížněji, protože má obavy z dalšího možného zklamání.

Obdobné problémy s navazováním nových partnerských vztahů zažívají adolescenti, jejichž láska nebyla opětována. Láska z jejich strany je opravdová a silná, ze strany druhého partnera je bohužel neopětovaná. Mezi tyto vztahy řadíme vztahy uvnitř konkrétního kolektivu, kdy si chce potencionální partner zachovat pouze kamarádský vztah. Zamilovaný adolescent tak musí své city potlačovat, snažit se chovat přirozeně a nenuceně. To vyžaduje mnoho úsilí a sebezapření. Druhým typem neopětovaných vztahů jsou vztahy utajované, tedy ty, kdy adolescent tomu, koho má rád, své city nepřiznává. V jeho přítomnosti se snaží chovat mile, přátelsky a nechce na sobě nic dát znát. Obava z potencionálního odmítnutí v adolescentovi zvítězí a touhu přiznat opravdové, dosud skrývané city, potlačí. (Kraus et al., 2006; Janošová, 2008; Výrost, Slaměník 2008)

Vytváření vrstevnických vztahů mnohokrát komplikuje strach z toho, jak bude adolescent vrstevnickou skupinou přijat. Tento problém se týká adolescentů, kteří si nevěří, mají nízké sebevědomí, nesnadně komunikují, jsou stydliví, něčím se odlišují od ostatních vrstevníků nebo se ocitají v novém prostředí, kde nikoho neznají. Je přirozené, že každý chce patřit do nějaké skupiny a být jí uznáván a respektován. Bez ohledu na to, jak vypadá, v co věří nebo jaký má handicap.

Strach z nepřijetí se projevuje u adolescentů z odlišného sociálního prostředí, u tělesně handicapovaných a mimořádně nadaných jedinců a příslušníků jiných ras. Svě oblékání, účes a vyjadřování lze poměrně snadno a rychle změnit. Svůj handicap, barvu pleti a výjimečnost nikoli. Adolescenti s odlišnou barvou pleti se potýkají s diskriminací, tělesně handicapovaní jedinci s výsměchem a vylučováním z kolektivu zdravých vrstevníků, mimořádně nadaní jedinci své vrstevníky převyšují a nerozumí si s nimi. Tito adolescenti se tak dostávají do rolí outsiderů, se kterými se postupně ztotožňují. (Helus, 2007; Kraus et al., 2006)

Mnohé skupiny se vyznačují vysokými požadavky na své potenciální členy. Vyžadují vysokou míru konformity (přizpůsobování se), určitý styl vyjadřování, oblékání, vyznávání konkrétního hudebního stylu, hodnot apod. Tyto podmínky a obava, zda jim adolescent vyhoví, strach z neúspěchu u členů skupiny ještě zvyšují. Pro některé adolescenty je touha patřit do skupiny tak silná, že neváhají změnit svůj šatník, vyjadřování a podstoupit jakýkoli přijímací rituál. Touha obstát v očích ostatních dokáže u adolescenta mnohé. Říká to, co by dříve nevyslovil, souhlasí s názory, které by nezastával, je ochoten riskovat. Úkolem přijímacích rituálů je zjistit, co vše je adolescent pro oblíbenost a uznání skupiny ochoten podstoupit. Často se dostává na hranu zákona, ale to mu nevadí. Důležité je dokázat ostatním, že je stejně dobrý jako oni. Bohužel si neuvědomuje, že taková skupina si jej nebude vážit proto, jaký doopravdy je, ale proto, co je ochoten udělat.

Nespokojenost ve vztahu k vrstevníkům pramení i z problémů s komunikací. Zapojit se do hovorů ostatních, mít čím ostatní zaujmout, je pro někoho obtížné. Vina spočívá v nízkém sebevědomí, v tom, že si adolescent nevěří a zbytečně se podceňuje. Adolescent se drží v povzdálí, oslovení ostatních stále odkládá, snaží se sebrat dostatek odvahy. Problémy s komunikací mohou vycházet z rodinného prostředí. Adolescent vyrůstal v prostředí, kde neexistovali podněty k hovorům mezi rodiči a dětmi i mezi rodiči navzájem. Adolescent tak neví, jak s ostatními komunikovat.

Problémy v komunikaci mohou být i zdravotního rázu. U adolescentů se ponejvíce vyskytují poruchy řeči - breptavost (rychlé tempo řeči) a koktavost (porucha plynulosti řeči). Zmíněné poruchy řeči opět snižují sebevědomí adolescenta, podílejí se na jeho nervozitě a obavách při jakémkoliv slovním vyjádření. U těchto adolescentů je každá komunikační situace nadmíru zátěžová. Mají strach z ústního zkoušení před spolužáky, vyjádření svého názoru před ostatními, posměchu a zesměšňování, z vlastního selhání. Adolescenti trpící poruchami řeči si kamarádské vztahy vytváří obtížněji než ti, jež problémy se slovním vyjadřováním nemají. Odrazení od dalších pokusů navázat vzájemné vztahy pak zpravidla

zapřičiňuje necitlivost a bezohlednost ze strany vrstevníků, kteří si neumí představit, jak obtížné je s poruchou řeči dennodenně fungovat v běžném životě. (Helus, 2007; Nelešovská, 2005; Výrost, Slaměník, 2008)

Mezi vrstevníky samozřejmě existují konflikty, neshody a hádky. Adolescenti se mohou lišit v názorech, představách, hodnotách a postojích. V průběhu adolescence se vyvíjí a mění hodnotová orientace jedinců. To, co bylo na začátku období adolescence důležité pro všechny členy skupiny, může později pro některého člena zcela ztratit svůj původní význam a důležitost. Potom dochází k vyměňování názorů, hájení svých pravd a k hádkám. Situace zpravidla končí vyloučením jedince ze skupiny. Příčinou hádek a konfliktů bývá též snaha prosadit sám sebe a dokázat ostatním svoji převahu. Takto ambiciózní jedinec pak může vztahy uvnitř skupiny zcela rozvrátit. Chce-li jedinec zaujmout roli vůdce skupiny, zpravidla se nebojí použít nátlak na ostatní členy skupiny. V takovém prostředí se však adolescenti nemusí cítit příliš dobře, a skupinu raději dobrovolně opouští.

V rámci vrstevnických vztahů se můžeme setkat i se sociální izolací. Všichni máme občas potřebu být sami, schovat se před okolím a v klidu přemýšlet. Můžeme si tak odpočinout a nabrat nové síly. V případě sociální izolace se ale jedinec ocitá v situaci, kdy nemá dostatek sociálních kontaktů, je jistým způsobem vyloučen ze společnosti a chybí mu sociální vazby. V období adolescence k těmto případům dochází nejčastěji vinou zdravotního stavu, a to buď dlouhodobého onemocnění, nebo závažného úrazu. Adolescent musí strávit dlouhé týdny a měsíce v nemocnici, v rehabilitačních zařízeních a je vytržen ze svého běžného prostředí. Osobní návštěvy kamarádů jsou omezené a komunikace prostřednictvím sociálních sítí a mobilního telefonu je nedokáže zcela nahradit. Po návratu z nemocnice se adolescent již do kolektivu vrstevníků nemusí zpět zařadit. Ve skupině jsou noví lidé, které nezná, nemůže se naplno zaplnit do všech činností a aktivit skupiny, cítí se být skupinou odsunut do pozadí. Na druhou stranu pobyty v léčebných zařízeních nabízí kamarádství a oporu stejně zraněných a nemocných vrstevníků, kteří adolescentovi rozumí nejvíce. Vždyť přece prožívají to samé.

Ovšem i uvnitř vrstevnických skupin existují jistá rizika. Největším a nejběžněji se vyskytujícím rizikem spojeným s vrstevníky je užívání alkoholu a jiných návykových látek. Právě s vrstevníky dochází velmi často k prvnímu ochutnání alkoholu, cigaret a experimentování s různými dalšími drogami. Dnešní adolescenti neumí správně využívat volný čas, nenachází si nové záliby a koníčky. Důvodem ke konzumaci alkoholu bývá nejčastěji nuda, která trávení volného času provází. Adolescenti se bezcílně prochází



po městě, navštěvují restaurační zařízení a baví se konzumací alkoholu. Adolescent, který by s takto tráveným časem nesouhlasil, bude z party vyloučen. Ale protože nechce zůstat sám, raději se podřídí většině.

S konzumací alkoholu a dalších návykových látek souvisí opět nejrůznější konflikty, které s sebou adolescence přináší. Někdy alkohol pomáhá uniknout od problémů v rodině, ve škole, s vrstevníky, kteří jej nepřijali, poskytuje jisté uvolnění. Adolescent, který nebyl svými vrstevníky přijat, se často může stát součástí party, která se k alkoholu staví pozitivně, má problémy s autoritami, rebeluje, baví se zesměšňováním ostatních. Adolescentovi tato společnost nevadí, naopak mu vyhovuje, protože se zde již necítí být outsiderem. Jiné skupiny ho nechtěly přijmout, byl sám. Tady se do skupiny začlenil poměrně snadno a konečně má pocit, že někam patří a že ho ostatní uznávají. Alkohol pak bere jako přirozenou součást party. Zneužívání alkoholu, cigaret a dalších návykových látek samozřejmě ovlivňuje celý život adolescenta. Rozbívá jeho vztahy s rodiči, přináší problémy ve škole, záškoláctví, v závažnějších případech zapříčiňuje protispolečenské a kriminální jednání. (Kraus et al., 2006; Nešpor, Csémy, 1997; Výrost, Slaměnik, 2008)

V souvislosti s problémy s vrstevníky bych ráda zmínila ještě další oblast rizikového chování - šikanu. Není pravdou, že šikana se týká pouze školního prostředí a vztahů mezi spolužáky. S šikanou se adolescent může setkat i při nejrůznějších mimoškolních činnostech. Adolescenti navštěvující různé kroužky a zájmové útvary, kde se mohou stát obětí šikany stejně snadno, jako ve škole. I zde je živná půda pro násilné chování, zesměšňování, ponižování a ubližování. Nejčastěji se tak děje na cestě z kroužku, v šatně při převlékání, mimo dohled pedagogů a trenérů. Adolescent pak o kroužek ztrácí zájem, nechce jej navštěvovat a straní se kolektivu. Toto chování se pak promítá do všech sfér adolescentova života. Adolescent preferuje samotu doma i ve škole, je tichý, nezapojuje se do hovorů s kamarády, nechodí ven a snaží se, aby si jej nikdo nevšiml. Těchto změn v chování si musíme všimnout především my – dospělí a snažit se adolescenta podpořit, aby se nám se svým trápením svěřil. Šikana totiž, ať už se s ní setkáváme ve škole nebo kdekoli jinde, bolí vždy stejně a je také vždy stejně závažná. (Bourcet, Gravillonová, 2006)

## 4. Hledání sociální opory

Všichni v životě hledáme jistoty, něco, o co se v případě potřeby můžeme opřít. Když se staví dům, začíná se od základů. Ty musí být pevné, aby mnoho vydržely a poskytly tak oporu celému domu. Stejně je to s námi – lidmi. Potřebujeme ve svém životě určitou základní jistotu a oporu, která tu pro nás bude vždy, když se vše kolem nás začne bortit. Kde ale tuto jistotu hledat? Nabízí se jednoduchá odpověď. Přece tam, kde nás mají rádi. Rodiče, sourozenci, další blízcí příbuzní a kamarádi. Ale protože nic v životě není snadné, i ve vztazích čas od času dochází ke komplikacím a vzájemnému odcizení. Potom se ocitáme sami a myslíme si, že se nemáme na koho obrátit. Naštěstí však existují také různé instituce, které nám v těchto situacích mohou podat pomocnou ruku. V této podkapitole tedy nejprve objasním, co to sociální opora je a dále se zaměřím na čtyři typy sociální opory středoškolské mládeže – v rodině, ve škole, u vrstevníků a poskytované institucemi.

Sociální opora nám pomáhá zvládat zátěžové situace. Každá zátěž představuje pro jedince vynaložení obrovského úsilí, fyzického i psychického, aby dosáhl vyhovění na něj kladených požadavků. Bylo by mylné domnívat se, že adolescenti tuto zátěž nepocítují a nepotřebují sociální oporu. Dnes více než kdy jindy působí nároky čím dál častěji zátěžové situace také adolescentům. Stejně jako dospělí musí i adolescenti čelit každodenním nástrahám a snažit se společnosti a jejím požadavkům vyhovět. Jak uvádí Kraus et al. (2006), dochází v rámci zvládání zátěže ke vzájemným interakcím mezi zátěžovou situací a jedincem, na něhož je zátěž vyvíjena. Na zvládání zátěže se pak podílejí osobnostní charakteristiky každého jedince. Jedná se zejména o psychologické kategorie jako temperament, vnímání osobní zdatnosti, optimismus, sebedůvěra, sebekontrola, sebehodnocení, inteligence, dovednost řešit problémy, interpersonální dovednosti a smysl pro humor. (Kraus et al., 2006)

Křivohlavý (2003, s. 93, 94), k objasnění pojmu sociální opora poukazuje na následující citace:

*„Sociální opora je jedním z přirozených aspektů každodenního života. Její potřeba se může měnit vlivem situací, do nichž se člověk dostává (např. stresu).“*

*G. Bruhn a B. U. Philips*

*„Vědomí, že druzí lidé jsou připraveni člověku pomoci, vytváří pocit sociální jistoty, která usnadňuje podstoupení rizika a povzbuzuje člověka k tomu, aby se samostatně pokusil řešit problém, před nímž stojí.“*

*N. Krause*

Sociální oporu tedy můžeme chápat jako pomoc, kterou jedinci poskytují ostatní lidé při zvládání pro něj zátěžové situace. Je to činnost, která zátěžovou situaci jistým způsobem ulehčuje. Můžeme ji chápat například jako existenci osob, které jsou nám blízké, mají k nám určitý vztah, mají o nás starost a mají nás rády. Udržujeme-li pozitivní sociální vztahy ke svému okolí, zvládneme lépe stres, životní neúspěchy a pády. Sociální opora a mezilidské vztahy tak mají vliv i na duševní zdraví jedince.

Z výše uvedeného vyplývá, že sociální opora je založena na dobrých mezilidských vztazích uvnitř rodiny, mezi přáteli a vrstevníky i mezi lidmi působícími ve školních a zájmových institucích. Sociální opora je pozorovatelná ze dvou hledisek. Za prvé je to rozsah sociální sítě jedince – tedy kolik má přátel, jak s nimi vychází, jaké jsou mezi nimi vzájemné vztahy. Za druhé je to subjektivní hledisko jedince – tedy jedincem vnímaná pomoc, která je jedinci jeho okolím poskytována. Touto pomocí rozumíme oporu emocionální (přátelství, láska, empatie), informační (poskytované informace a pohledy na situaci) a instrumentální (praktická a finanční pomoc). Ze strany jedince je pak důležité, aby si o pomoc svému okolí dokázal „říci“ a přiznal si, že na zátěž již sám nestačí. Ze strany okolí je potřebné jeho prosbu o pomoc zachytit, nebýt lhostejný a pokusit se jedinci pomoci. (Kraus et al., 2006; Křivohlavý, 2003)

Křivohlavý (2003) rozlišuje v rámci psychologie zdraví čtyři druhy sociální opory:

a) Instrumentální

Instrumentální sociální opora je formou pomoci, která je jedinci poskytována z vůle jiného člověka a to velmi konkrétně - věcně. Jedná se o finanční či materiální pomoc, pomoc při obstarávání potřebných věcí, vyřizování nejrůznějších záležitostí apod.

b) Informační

Informační sociální opora spočívá v poskytnutí informace, která je pro jedince nezbytná k orientaci ve vzniklé situaci a k jejímu řešení. Tuto pomoc poskytují lidé s podobnou zkušeností, ať již osobní či profesionální. Součástí informační pomoci je naslouchání jedinci a zjišťování jeho představ o vhodné pomoci.

c) Emocionální

Emocionální sociální opora je založena na emocionální blízkosti. Jedinci se vyjadřuje přátelství, láska, náklonnost. Pokud upadá do deprese, je mu podána pomocná ruka a poskytnuta naděje. Emocionální pomoc vyžaduje od pomáhajících schopnost empatie.

d) Hodnotící

Hodnotící sociální opora je založena na vyjadřování úcty a respektu vůči jedinci, který se ocitnul v tíživé situaci. Hodnotící opora kladně posiluje sebevědomí a sebehodnocení jedince, je povzbuzován ve víře a naději. Součástí hodnotící opory je sdílení těžkostí jedince i společné nesení jeho těžkých úkolů.

Sociální psychologové ve svých pracích poukazují na skutečnost, že sociální opora je úzce spjata s existencí sociálních potřeb a jejich uspokojováním nebo neuspokojováním. K nejdůležitějším sociálním potřebám spjatých se sociální oporou patří:

- a) potřeba afiliace - potřeba kontaktu a vztahu s jinými lidmi,
- b) potřeba přátelského vztahu – potřeba mít blízkého člověka, kterému lze věřit,
- c) potřeba sociálního připoutání – potřeba velmi blízkého vztahu (např. vztah matky a dítěte),
- d) potřeba vzájemnosti – potřeba pečovat o někoho a zároveň být opečováván,
- e) potřeba sociální komunikace – potřeba hovořit, sdělovat a sdílet,
- f) potřeba sociálního porovnávání (komparace) – potřeba porovnávat své schopnosti a názory s ostatními,
- g) potřeba zajištění sociálního bezpečí – potřeba ochrany vlastní existence,
- h) potřeba kladného sociálního hodnocení (evalvace) – potřeba být druhými respektován, potřeba sociálního uznání, pochvaly,
- i) potřeba sociálního zařazení a začlenění – potřeba přijetí druhými lidmi a příslušnosti ke konkrétní skupině,
- j) potřeba sociální identity – potřeba být někým a někam patřit,
- k) potřeba lásky – potřeba milovat a být milován, vážen.

(Křivohlavý, 2003)

## 4.1 Sociální opora v rodině

Pokud adolescent potřebuje pomoc, zpravidla se obrátí na svoji rodinu, respektive na své rodiče. Rodina poskytuje útočiště, zázemí a bezpečí. Je tedy logické, že pomoc adolescent vyhledává právě zde. V současné době se vztah rodičů a jejich dětí utváří v rovině přátelství. Od svých rodičů adolescent přejal jisté vzory chování a komunikace, orientuje se díky nim ve společnosti a zná svoji vlastní hodnotu. Významnou funkci má tedy současná rodina v oblasti sociálně-psychologické podpory svých členů, především dětí. Ukazuje dítěti příslušnost k jisté sociální skupině, pocit sounáležitosti s některými lidmi a především umožňuje identifikaci jedince. Každá rodina má také určité sociální klima, v němž převládá citová složka. Dítě je tak ujišťováno o tom, že ho jeho rodina uznává, hodnotí a akceptuje jako právoplatného člena. Sociální klima však není důležité pouze pro děti. Je důležité pro všechny její členy ve všech věkových obdobích, adolescenci nevyjímaje.

Je zcela přirozené, že rodina je pro adolescenta prvním místem, kde pomoc hledá. Pokud rodina plní své funkce, členové rodiny si rozumí a komunikují spolu, navzájem se podporují, poskytnou adolescentovi vhodnou sociální oporu při zvládání zátěžové situace. Jistotu a zájem ze strany rodiny však adolescent musí pociťovat i v situacích, kdy se nic významného neděje. Musí si být jistý tím, že pokud se mu něco přihodí a bude ho něco trápit, může se na rodinu obrátit. Tato jistota by v adolescentovi měla být samozřejmě pěstována již od malička. Pokud však tyto pocity adolescent nemá, ukazuje to na fakt, že něco v rodině nefunguje tak, jak by mělo. (Kraus, Poláčková et al., 2001; Matoušek, 1993; Možný 2006)

Aby rodina mohla adolescentovi odpovídající sociální oporu poskytnout, musí se vyznačovat zejména kohezí, normalitou, rodinnou identitou a interakcí. Přestože rodina prošla a stále prochází mnohými změnami, tyto pojmy jsou s rodinou spojeny stále a jsou pro její optimální fungování velice významné.

Kohezi rodiny máme na mysli síly, které drží vztahy uvnitř rodiny pohromadě. Často se také nahrazuje pojmy soudržnost, oddanost, intimita v mezilidských vztazích. Váže se k ní celá řada dalších pojmů jako například blízkost, sounáležitost a je považována za jednu ze základních charakteristik funkční rodiny. Ve funkčních rodinách se koheze snoubí s autonomií jednotlivých členů. To znamená, že každý touží být do jisté míry nezávislý, ale na druhou stranu potřebuje cítit, že má v rodině své místo. Koheze je pro členy rodiny velice významná. Její kvalita a existence vůbec se projevuje právě v náročných situacích, kdy si jsou členové rodiny navzájem oporou a mají možnost si svoji rodinnou kohezi ověřit.

Normalitou rodiny se ve svých výzkumech zabývala Froma Walshová. Rozlišila čtyři následující přístupy k normalitě:

- a) normalita jako zdraví a absence patologie – dle tohoto pojetí se rodina považuje za normální, nevykazuje-li žádný z jejích členů symptomy nějaké poruchy či psychopatologie; jedná se o medicínsko-psychiatrický přístup k normalitě,
- b) normalita jako ideál - toto pojetí ztotožňuje normalitu s optimálním fungováním, úspěšnost jedince tkví v uskutečňování možností a úspěšnost rodin se váže na určité hodnoty a na plnění určitých úkolů, vliv mají kulturní, sociální a etické normy; jedná se o humanistický přístup k normalitě,
- c) normalita jako průměr – v tomto pojetí je normalita rodiny v pořádku, pokud odpovídá tomu, co je ve společnosti obvyklé; jedná se o sociologický přístup k normalitě,
- d) normalita jako transakční proces – od výše uvedených přístupů se liší tím, že se zaměřuje na procesy probíhající v čase, zahrnuje integraci a vývoj rodinného systému a přizpůsobování se podmínkám; jedná se o systémově podložený přístup k normalitě. (Sobotková, 2007)

K optimálnímu poskytování sociální opory v rodině je neméně důležitá také rodinná identita. S pojmem identita se nejčastěji setkáváme, hovoříme-li o jedinci. Pokud se však na identitu pokusíme nahlédnout z jiného úhlu – systémového – hovoříme o rodinné identitě. Rodinnou identitu pak chápeme jako rodinnou celistvost, kognitivní a emocionální vědomí „my“. Přestavuje respektování jistých hodnot, vzájemnou pomoc při řešení problémů a vzájemné doplňování se v rámci rodinných rolí. Rodinná identita zahrnuje vzájemnou blízkost, vřelost a zájem. Úzce souvisí s kohezí rodiny. Ve funkčních rodinách je rodinná identita v rovnováze s autonomií jednotlivých členů a řadí se k základním charakteristikám rodinných systémů.

Chceme-li, aby rodina dobře fungovala, musí spolu její členové umět komunikovat. Ke komunikaci uvnitř rodiny dochází při rodinné interakci. Rodinná interakce však neznamená pouze samotnou komunikaci. Jedná se i o vzájemné ovlivňování účastníků interakce. Interakce se ukázala jako velmi významná v souvislosti s řešením problémů a konfliktů či v procesech rozhodování. Při interakci lze u jedinců pozorovat míru dominance, projevy citů, komunikační schopnosti, výměnu informací, chování při řešení problémů, podporu, respekt, porozumění, ocenění, ale také konflikt. Všechny

složky interakce jsou důležité pro pochopení vztahů uvnitř rodiny a následné poskytnutí sociální opory. (Sobotková, 2007)

Schopnost rodiny vyrovnávat se s těžkostmi, které jim život přináší, je závislá také na tom, jak je rodina napojena na své sociální okolí. Hovoříme o sociální síti rodiny. Sociální síť představují rodiny, které jsou na sebe vzájemně napojeny. Nemusí se vždy jednat o příbuzné, do sociální sítě zahrnujeme i spolupracovníky, přátele a známé, kteří se s rodinou stýkají. I když dnes lidé žijí v nukleárních rodinách, jsou stále poměrně silně napojeni na širší rodinu. Problémy a závažná rozhodnutí se i dnes poměrně často řeší s širokou rodinou. Sociální síť se vytváří od narození. Již jako malí si vytváříme vztah k rodičům, sourozencům, babičkám, dědečkům, tetám, strýčkům a dalším blízkým lidem. Vytvoření pevné sociální sítě je potřebné nejen pro životní spokojenost, ale též pro optimální zvládnutí problémů a překážek v životě. (Matoušek, 1993)

Aby byl rodič pro adolescenta oporou, musí se vyznačovat jistými životními zkušenostmi a moudrostí, adolescent mu musí důvěřovat, musí ho do jisté míry obdivovat a vážit si ho za to, jaký je. Sociální opora je vyjádřením vztahu, který mezi sebou její poskytovatel a příjemce mají. Důležité tedy je, aby adolescent od malička viděl své rodiče jako vzory chování a jejich pomoc jako sociální oporu vnímal a přijal. Pokud adolescent od dětství od svých rodičů pociťoval lásku a vnímal i lásku sdílenou mezi svými rodiči, bude pro něj snazší své rodiče o pomoc požádat a sociální oporu od nich přijmout.

Pro adolescenta, který se již toužil z vlivu svých rodičů vymanit, je přijetí sociální opory ze strany rodičů často považováno za krok zpět v procesu osamostatňování se. Připravenost adolescenta pro samostatný život však spočívá i v tom, že si musí umět přiznat svoji chybu a přijmout pomoc druhých. O co bližší a hlubší jsou vzájemné vztahy členů rodiny, o to snazší je odpovídající a potřebnou oporu poskytnout. Citová vazba mezi rodiči a dětmi je totiž velmi silná i v období adolescence.

Rodiče, jejich chování a charakteristiky jako empatie a schopnost respektovat individualitu, jejich umění řešit nastalé problémy a nepříjemnosti, jejich schopnost naslouchat a porozumět jsou pro adolescenta zárukou, že se mu od rodičů v zátěžové situaci tolik potřebné opory dostane. Rodič se pro adolescenta stává vzorem, který se vypořádá s každou situací, umí poradit a povzbudit. Adolescent se rodičům bez ostychu dokáže se svým trápením svěřit. Může si být také zcela jistý tím, že mu rodiče pomohou a nasměrují ho správným směrem.

Existují však také případy, kdy je sociální opora nevhodná. Nevhodně poskytovanou sociální oporou je nadměrné poskytování opory v situacích, kdy to již není nutné či poskytování zcela jiného druhu sociální opory, než by v konkrétním případě bylo vhodné a žádoucí. V obou těchto případech nastává situace, kdy je opora poskytována, ovšem bez pozitivního efektu. Nevhodnost sociální opory mohou také zapříčinit nevhodné způsoby chování rodičů. Neprojevují adolescentovi svoji důvěru, nevěří v jeho schopnosti vyrovnat se se zátěží, ve vztahu k adolescentovi jsou netrpěliví, nervózní až nepřátelští či ho zcela ignorují. Takoví rodiče ani nepostřehnou, že adolescenta něco trápí. (Křivohlavý, 2003; Matoušek, 1993)

Přestože jsou vztahy rodičů a adolescentů mnohdy poměrně křehké, věřím, že i dnes se mnoho adolescentů se svými problémy svěřuje právě svým rodičům. Vždyť to nebude dlouho trvat a i oni sami se stanou rodiči, kteří budou svým dětem poskytovat lásku, pocit jistoty a bezpečí a budovat v nich vědomí, že na své problémy nikdy nebudou sami. Vždy tu přece budou oni – jejich rodiče. Připraveni své dítě bránit a pomáhat mu, jak jen budou umět.

Domnívám se však také, že míra a vhodnost sociální opory poskytované rodiči dítěti závisí i na konkrétním výchovném stylu, který rodiče vyznávají a praktikují. Pokud je dítě vychováno demokratickým stylem výchovy, rozhodně pro něj rodiče budou prvními, na koho se v případě starostí obrátí. Rodiče v něm totiž vypěstují pocit důvěry a zájem. Bude-li však dítě vychovááno např. stylem liberálním, kdy rodiče do výchovy v podstatě moc nezasahují, bude mít dítě pocit, že obrátí-li se na rodiče, nebudou je jeho problémy moc zajímat a nechají je, ať si poradí samo. Nebo styl autoritářský. Poslouchá-li dítě od svých rodičů pouze co smí a nesmí, je nasnadě, že se na ně se svými problémy neobráť. Pouhé vyslovení slova problém by mohlo vyvolat hádku a již samo o sobě napjatou situaci a vztahy mezi rodiči a dětmi zhoršit. I přesto si ale myslím, že rodiče bývají pro mnohé zdrojem vhodné a potřebné sociální opory. A nezáleží na tom, zda jsou ještě dětmi nebo již zcela dospělými jedinci. Rodiče jsou přece jen rodiče. Nezastupitelní a nepostradatelní členové v našem životě.



## 4.2 Sociální opora ve škole

Školní prostředí se řadí obdobně jako rodina k základním socializačním činitelům v životě každého z nás. Adolescent ve škole tráví poměrně hodně času. Ve škole navazuje přátelství, buduje si představy o svém budoucím povolání, učí se respektovat autority a snaží se obstát v situacích, které mu škola připravuje. Nejvíce přátelských vztahů si adolescent vytváří uvnitř třídy. Některé spolužáky považuje za známé, jiné počítá mezi své přátele. O tomto typu sociální opory bude pojednáno v následující podkapitole. Teď bych se ráda zaměřila na sociální oporu dospělých působících ve školním prostředí.

Každodenní požadavky kladou na adolescenty vysoké nároky, adolescent se musí vyrovnávat se stresem, nedostatkem času a množstvím úkolů. Každému vyhovuje něco jiného. Zatímco jednoho adolescenta dokáže napjatá situace stimulovat k vyššímu výkonu, pro jiného adolescenta může znamenat neřešitelný problém. Ve školním prostředí se tak potřeba sociální opory váže především na problematiku školní neúspěšnosti. Neschopnost adolescenta vyhovět požadavkům dané školy se pro adolescenta stává zátěží. Pokud se adolescent se svým trápením nechce nebo bojí svěřit rodičům, dospělého, který by mohl poradit, pak většinou nachází právě ve škole. A tím dospělým bývá zpravidla učitel. (Kraus et al., 2006; Krejčová, 2011)

A jaký by měl ideální učitel vlastně být? Touto otázkou se lidé zabývali již dávno před námi. Jisté je, že učitel má ve výchovné a vyučovací práci hlavní úlohu, musí být autoritou, imponovat žákům svými postoji, názory a vlastnostmi. Každá osobnost, i ta učitelova, má vždy tři druhy vlastností: obecné, typologické a individuální. Pro vykreslení vhodné osobnosti učitele se zaměřím na typologické vlastnosti.

Slovo typ (typos) ve staré řečtině znamenalo obraz, rám, ale také tvářnost, podobu, kterou nějaká tvrdá věc vtiskuje či vytváří do tvárné látky. Typologie učitelů se zabývá představitelem určitého druhu, souhrnem určitých vlastností příznačných pro učitelské osobnosti. Typologie pomáhá učitelům poznat sám sebe a své kolegy. K nejčastěji uváděným typologiím patří typologie učitelů W. O. Döringa. Ten vycházel ze všeobecné typologie osobností E. Sprangera založené na hodnotách upřednostňovaných jedincem. Popsal následujících šest základních typů osobnosti učitele:

- a) typ náboženský – učitel každý svůj čin posuzuje z hlediska smyslu života, je spolehlivý, často uzavřený a vážný, zpravidla postrádá smysl pro humor

a pro dětskou hru, svým žákům a studentům se neumí přiblížit a jeví se jim jako nudný a puntičkářský; Döring tento typ ještě dále dělí na dva podtypy:

- více citový,

- více intelektuální;

b) typ estetický – u učitele převládá iracionální prvek jako intuice, fantazie a cit v myšlení i jednání, umí se vcítit do osobnosti žáka či studenta, uznává krásu, harmonii, půvab, styl, má tendence k nezávislosti a individualismu; i tento typ má dvě varianty:

- aktivně tvořivý – s osobností žáka či studenta pracuje jako s uměleckým dílem, někdy však přestává brát ohled na jedinečnosti a zvláštnosti osobností žáků a studentů,

- pasivně receptivní – ohlíží se na konkrétní osobnost žáka či studenta, rozvíjí u něj to, co je pro něj specifické, u žáků a studentů je oblíbený, protože se umí vcítit do jakéhokoliv typu jejich osobnosti;

c) typ sociální – učitel neomezuje své sympatie pouze na jedince, orientuje se na všechny své žáky a studenty, je trpělivý, jeho cílem je vychovávat společensky prospěšné a užitečné lidi, u žáků a studentů je oblíbený díky svému altruismu a lásce k lidem; v mnohém se podobá náboženskému typu;

d) typ teoretický – více se zajímá o vyučovaný předmět než o samotné žáky a studenty, nesnaží se poznávat osobnosti žáků a studentů, často u nich vyvolává strach, pracuje vědecky, snaží se nalézat pravdu, podílí se na výzkumné činnosti a často i sám o současném stavu vědy a techniky publikuje;

e) typ ekonomický – učitel chce s vynaložením minimálního úsilí dosáhnout maximálních výsledků u žáků a studentů, je úspěšným metodikem, žáky a studenty vede k samostatné práci, vzdělání chápe jako osvojování si vědomostí a dovedností užitečných pro život, je však až příliš praktický a neoceňuje teorii, zajímá se hlavně o užitečnost;

f) typ mocenský – vždy a všude prosazuje svoji vlastní osobnost, své názory a postoje, a to i s použitím agrese spíše než kladným přístupem k žákům a studentům, má rád vlastní převahu, s oblibou trestá a kárá, je rád, když vzbuzuje strach, je velmi náročný, kritický, zajímá ho vliv, moc a uznání; (Kohoutek, 2006)

A který typ učitele je pro poskytování sociální opory vhodný? Když se na typy a jejich charakteristiky zadívám, určitě bych se neváhala svěřit ani typu estetickému, ani náboženskému. Učitelé těchto typů jsou soustředěni na žáka, zajímají se o jejich pocity, snaží se své žáky poznat. Takový učitel by ve mně jistě vzbudil důvěru a pocit, že je tu právě pro mě. Další důležitý aspekt, ke kterému bych přihlédla, by bylo jejich vystupování vůči žákům. Zda někoho nezvýhodňují před ostatními, zda nemají oblíbence. To ale u těchto typů učitelů nehrozí. Bylo by moc dobře, kdyby i v dnešní době bylo mnoho takovýchto učitelů. Je třeba si jich vážit. A to, že se jim žáci svěří se svými problémy, je podle mě, především v dnešních dnech, jasným důkazem toho, že svoji práci vykonávají dobře a jsou tu především pro své žáky.

Učitel by měl také oplývat jistými dovednostmi a návyky, které, jak uvádí Jůva et al. (2001), zabezpečují účinné pedagogické působení. Jsou to:

- a) komunikativní dovednosti – umožňují kontakt, interakci a pozitivní ovlivňování vychovávaného jedince,
- b) organizátorské dovednosti – umožňují správné řízení výchovně vzdělávací činnosti, pedagog díky nim umí pracovat s vhodnými metodami a prostředky, nachází vhodná řešení v nejrůznějších situacích,
- c) rétorické dovednosti – umožňují zesílit účinnost pedagogova působení a zároveň stimulují i úroveň projevů vychovávaného jedince.

Učitelská osobnost by se ve vztahu ke svým žákům měla vyznačovat následující rysy:

- a) tvořivost – schopnost neustále vyhledávat nové, souvisí s nespokojením se s dosavadním stavem věcí a touhou tyto stavy překonávat a měnit,
- b) zásadový morální postoj – učitelův kladný vztah k práci, pevná vůle, myšlení, chování a cítění založené na humanismu, demokratismu a vlastenectví,
- c) pedagogický optimismus – pevné učitelovo přesvědčení o smyslu a účinnosti pedagogického působení, pozitivní a radostný přístup k práci, víra ve své žáky,
- d) pedagogický takt – schopnost ovládnutí se, klidné jednání s žáky, kulturní formy vedení žáků,

- e) pedagogický klid – trpělivost, soustředěnost, připravenost látku opakovat do chvíle, než ji žáci zcela pochopí,
- f) pedagogické zaujetí – kladný a aktivní přístup učitele k látce i samotné učitelské práci,
- g) hluboký přístup k žákům – jistá úroveň lásky k žákům projevující se v kvalitě odváděné práce, ve snaze žáky poznat, pochopit je a efektivně s nimi pracovat,
- h) přísná spravedlnost – nedostatky a přestupky učitel nepřehlídí, nemá oblíbeného žáka či žáky, nepodléhá svým aktuálním náladám, postupuje jednotně a spravedlivě při hodnocení a klasifikaci. (Jůva et al., 2001)

Zmíněné kvality a rysy učitele bezesporu ovlivňují, zda se učitel adolescent svěřit či nikoli. Pro adolescenta, který hledá pomoc u dospělého člověka mimo rodinu, je potřebné vědět, že dospělý o jeho problémech nebude s nikým dalším hovořit, nebude-li si to adolescent sám přát. Adolescent totiž v této situaci učitele nevnímá pouze jako učitele, ale jako člověka s životními zkušenostmi a moudrostí. K tomu, že se adolescent na svého učitele obrátí, přispívá také to, jaké klima dokáže učitel ve své třídě vytvořit. Pokud mezi učitelem a žáky i mezi žáky navzájem panuje poklidná atmosféra, ubezpečuje to adolescenta o správnosti jeho rozhodnutí svěřit se právě svému učiteli.

Bohužel je pravdou, že v současnosti poměrně velká část adolescentů učitele nevnímá jako přátelskou a naslouchající osobu. Staví se k nim spíše nepřátelsky, nevidí je jako své vzory a s problémy by se jim nikdy nesvěřili. V dřívějších dobách byli učitelé uznávané osobnosti, lidé si jich velmi vážili a považovali je moudré rádce. Žáci si vážili možnosti vzdělání a ke svému učiteli vzhlíželi s respektem a obdivem. V dnešní době si adolescenti svých učitelů neváží, často jim jejich práci schválně stěžují a znepríjemňují. U takových učitelů se pak může objevit syndrom vyhoření. Tedy stav, kdy učitele jeho práce již nenaplňuje a nevidí v ní žádný smysl. Vraťme se teď ale k učitelům, kteří jsou pro poskytnutí sociální opory vhodní.

Jako první bych zmínila osobu třídního učitele nebo třídní učitelky. Přestože na středních školách již třídní učitel nezastává tak významné postavení jako na škole základní, kde například na prvním stupni učí děti téměř všechny předměty, určitě jej lze považovat za žákům nejbližšího učitele na škole. S třídním učitelem adolescent řeší problémy, obrací se na něj, potřebuje-li poradit. Je pro něj přirozenou autoritou, věří mu a doufá, že dokáže dobře poradit. Třídní učitel zastává i roli tvůrce dobré a pohodové atmosféry uvnitř třídy.

Ovlivňuje adolescenty v jejich názorech a postojích, snaží se jim nenásilnou formou vštípit pravidla chování k ostatním spolužákům, učí je týmové spolupráci. Rozdáváním nejrůznějších úkolů pak třídní učitel vyjadřuje adolescentům svoji důvěru v jejich schopnosti a motivuje je k dalším činnostem. Pokud třídní učitel výše vyjmenované předpoklady splňuje, i po mnoha letech na něj studenti na třídních srazech jistě v dobrém vzpomínají.

Dále se adolescent může se svým problémem obrátit na jiného než třídního učitele. Pokud adolescenta výrazně zajímá a baví jeden konkrétní předmět, je zde velký předpoklad, že se spíše než třídnímu učiteli svěří právě jemu. Na školách se také setkáváme s výchovnými pracovníky. Ti mohou mít k adolescentům někdy mnohem blíže než učitelé, protože je adolescent vnímá spíše na přátelské úrovni vztahu. Vychovatel může stejně jako učitel adolescentovi poskytnout cenné rady a popřípadě kontakty na zařízení a instituce nabízející vhodnou pomoc při řešení jeho problému. (Kraus et al., 2006; Nelešovská, 2005; Vališová, Kasíková a kol., 2007)

Ať již se adolescent se svými problémy svěří komukoli ve školním prostředí, vždy v něm tato osoba musí vzbuzovat důvěru a vstřícnost. Musí adolescentovi projevit zájem o jeho osobu a problémy a především musí umět naslouchat. K naslouchání se váže trpělivost a porozumění každému trápení. Není na místě problémy adolescenta zlehčovat, shazovat či dokonce zesměšňovat. Sdělování problémů je provázeno emocemi, dopřejme tedy adolescentovi čas, aby mohl své emoce projevit a nechal je postupně odeznít. Někdy je namísto utěšování vhodnější nechat adolescenta, aby se vykřičel, vyplakal a dal svým emocím volný průchod. Při hledání vhodného typu pomoci je pak na místě uvážit adolescentovi představy a aktuální potřeby.

Přestože si adolescent s rodiči právě moc nerozumí, neměli bychom zapomínat na spolupráci rodiny a školy. Mnohdy je tato spolupráce poměrně složitá a náročná na čas jak ze strany rodičů, tak ze strany pracovníků školy, je ale nesmírně důležitá. Učitel by měl vážnost situace důkladně posoudit a zvážit, zda je dle závažnosti problému adolescenta nutné do problému zapojit i jeho rodiče, ředitele školy nebo dokonce orgány péče o dítě. Pokud považuje za nutné obeznámit rodiče s problémy jejich dítěte, měl by být při komunikaci s rodiči velmi opatrný. Rodiče si někdy odmítají připustit, že má jejich dítě potíže či že se raději než jim svěřilo svému učiteli nebo výchovnému pracovníkovi školy. Důležité je si uvědomit, že teď jde především o to, aby společně dokázali najít vhodné řešení.

Období adolescence je samo o sobě složité. Adolescent tak spolupráci rodiny a školy na řešení své situace může považovat za zradu ze strany učitele či vychovatele, kterému

se svěřil. To může vést ke zhoršení celé situace, kdy se adolescent zcela uzavře do sebe a nebude mít zájem o komunikaci, natož o řešení svého problému. Na to by měly osoby, jimž se adolescent svěří, myslet především. Získat zpět jednou ztracenou důvěru je totiž většinou nemožné. (Nelešovská, 2005; Průcha, 2006; Vališová, Kasíková a kol., 2007)

### 4.3 Sociální opora u vrstevníků

V adolescenci se vytvářejí nové skupiny vrstevníků, které lze rozdělit na opravdové přátele a party.

#### a) Opravdoví přátelé

Výběr opravdových přátel závisí v mnohých ohledech na kulturních vlivech sociálního prostředí. Výběr přátel ovlivňuje shoda zájmů, příbuzenství, tradice, ekonomická situace, pohlaví, věk, hodnoty, vyzrálost apod. To, jaké si adolescent vybírá přátele, je odrazem rysů jeho vlastní osobnosti. Upřednostňuje takové přátele, kteří se mu podobají v hodnotovém systému. Každý adolescent potřebuje mít přátele, a pokud opravdového přítele či přítelkyni nemá, bývá nešťastný. Z hlediska pohlaví se dá říci, že přátelství chlapců jsou trvalejší a pevnější než přátelství děvčat.

#### b) Party

Parta je malou, neoficiální skupinou vyznávající určitý systém hodnot společný všem jejím členům. Mezi členy existuje silné pouto a partu většinou upřednostňují před vlastní rodinou. Přitažlivost party roste obzvláště u adolescentů, kteří jsou psychicky oslabeni společenskými konflikty a postrádají duševní rovnováhu (např. jsou-li odmítáni rodinou). Dále adolescenti inklinují k partě díky zvýšené kritičnosti k dospělým, snaze odpoutat se od dospělých. Vliv party však nemusí být pouze dobrý, má i své špatné vlivy.

Dobrý vliv v partě:

- a) umožňuje adolescentům navazovat přátelství, vyměňovat si názory, projevat bezprostřední pocity, chovat se nenuceně,
- b) poskytuje adolescentům pocit bezpečí, společenského uznání, porozumění ze strany vrstevníků,

- c) posiluje adolescentův pocit vlastní hodnoty, zvyšuje jeho prestiž u ostatních členů party.

Špatný vliv v partě:

- a) buduje u adolescentů nepřátelské postoje vůči vrstevníkům, kteří do jejich party nepatří,
- b) tlumí individualitu a sebeprosazování jednotlivých členů,
- c) poskytuje adolescentům falešný pocit výlučnosti, přispívá ke snobismu,
- d) podněcuje napětí mezi adolescentem a jeho rodiči, má destruktivní vliv na oblast školní práce. (Kohoutek, 2003)

S vrstevnickými vztahy souvisí i skupinová konformita. Pokud se adolescent chce začlenit do kolektivu, musí se umět podřít. Někdy jsou však nároky na konformitu ve skupině zbytečně vysoké. Pro adolescenta je samozřejmě vhodné naučit se podřít a vyhovět druhým. Vše má však své hranice. Stává se, že skupina má na adolescenta namísto pozitivního negativní vliv. Její požadavky na podřzení se jsou neúměrné, vyžadují něco, co není adolescentovi vlastní. Adolescent zde musí sám umět rozlišit, zda je pro něj členství v této skupině opravdu tolik důležité a zda je ochoten změnit své oblékání, chování, vyjadřování či postoje. Měl by také zvážit, zda opora poskytovaná těmi, kdo jej nechtěli přijmout takového, jaký je, bude skutečně to, co hledal.

Adolescentova potřeba sebepotvrzení, sebeuplatnění a sebeprosazení pak souvisí s potřebou:

- a) získat uznání skupiny,
- b) posílit si sebevědomí tím, že na sebe soustředí pozornost skupiny, a to i za cenu nevhodného chování (agresivní projevy apod.):
  - excentričnosti adolescentů – v účesech, oblékání
  - nápadnosti v chování
  - užívání nevhodných slov
  - afektovaná mluva
  - vychloubání

- nadměrná kritičnost
- přehnaná honba za módními výstřelky
- radikální názory.

K tomu, aby adolescent dokázal rozpoznat, co skupina považuje za správné, se musí naučit vidět věci očima druhých. Očima druhých se ale musí naučit vidět nejen dění kolem sebe, ale i sebe samotného. To souvisí s identifikací se skupinou. Jedná se o tzv. sociální vzhled. (Kohoutek, 2003; Palovčíková, 2009)

*„Jeden dobrý přítel je dražší než sto příbuzných.“*

*Marcus Tullius Cicero*

Hovoříme-li o sociální opoře poskytované vrstevníky adolescenta, je toto přísloví více než pravdivé. Právě v okamžiku, kdy se adolescent nemůže obrátit na rodinu ani na dospělé ve školním prostředí, obrací se na své vrstevníky, kamarády. Vždyť vrstevnické skupiny jsou spolu s rodinou a školním prostředím v životě každého z nás významným socializačním činitelem. Každý potřebuje mít přátele, s nimiž sdílí své radosti a bolesti, se kterými tráví volný čas a může se na ně ve všem plně spolehnout.

Zvláště v období adolescence, kdy je pro dospělé velmi obtížné s adolescenty komunikovat, můžeme zaznamenat, jak velký význam má pro adolescenta přátelství. Přátelé jsou pro něj jedinými, kdo mu rozumí, kdo sdílí jeho problémy, kdo jej umí pochopit. Oproti tomu dospělí jeho pocitům nerozumí, snaží se pouze poučovat a mít nad adolescentem kontrolu. Alespoň takto to většina adolescentů vnímá.

Vztahy s vrstevníky jsou pro adolescenta významné též z hlediska hodnocení sebe sama. Při kontaktu s vrstevníky může srovnávat své chování s chováním druhých, všímá si svých výkonů a srovnává je s výkony ostatních, hledá si své místo uvnitř vrstevnické skupiny. Adolescenty zcela upřednostňuje před rodiči. Váží si jejich názorů a postojů, snaží se jim přiblížit a vyrovnat. S vrstevníky tráví svůj volný čas, ovlivňují jej ve způsobu jeho trávení. Vrstevníci si navzájem vyměňují své názory, ale také pocity. S vrstevníky může adolescent komunikovat jako se sobě rovnými, respektuje hodnotu druhých



a učí se oceňovat i svoji vlastní hodnotu. Díky příslušnosti ke skupině vrstevníků pak vytváří svoji vlastní identitu. (Krejčová, 2011; Výrost, Slaměník, 2008)

Důležité je také zmínit, že sociální opora, ať již je poskytována vrstevníkem z kterékoliv oblasti adolescentova života, není nejideálnější. Je mylné předpokládat, že by vrstevník, na kterého se adolescent obrátí, oplýval množstvím životních zkušeností a dokázal poradit na základě svých vlastních životních zkušeností a prožitků. Rádci chybí životní nadhled a bývá sám ovlivněn názory druhých. Vhodnost sociální opory pak můžeme spatřovat v pouhé existenci a přítomnosti vrstevníka v roli rádce. I pouhé vědomí, že někdo prožívá to samé, může adolescentovi oporu poskytnout.

Když adolescenta něco trápí, obrátí se zpravidla na svého nejlepšího kamaráda nebo kamarádku. Nejlepší přátelé se znají většinou od dětství, vyrůstali spolu a jsou k sobě upřímní a otevření. Pokud se adolescent nemůže spolehnout na rodinu, jeho jistotou je nejlepší kamarádka či kamarádka. Tato přátelství jsou velmi pevná, trvají velmi dlouho, mnohdy po celý život a jsou velmi cenná. Nejlepšímu příteli či přítelkyni se adolescent nebojí říct ani to, co by nesvěřil nikomu jinému. Ví, že nejlepší přítel či přítelkyně jej nezradí. Občas se ale stává, že odchodem na střední školu nejlepší přátelství skončí. Dříve každodenní kontakt vymizí, komunikace je omezená a pouto mezi přáteli začíná slábnout. I to je přirozenou součástí života. Lidé se mění, vyvíjí a navazují nová přátelství.

Adolescent se dále může spolehnout na oporu spolužáků. Zejména v období přechodu na střední školu se formují nové vztahy a přátelství. Opora zde může být o to silnější. Kdo jiný bude adolescentovi lépe rozumět než ten, kdo se ocitnul ve stejné situaci. Adolescenti jsou v každodenním kontaktu, vzájemně se podporují a jejich přátelství se utužuje. Výhodou je také jistá anonymita. Vstupem na střední školu se adolescent ocitá v novém prostředí i v novém kolektivu. Většinou zde nikoho nezná a nikdo nezná jej. To adolescentovi poskytuje jistou svobodu. Nemusí se bát, co o něm řeknou jeho dřívější kamarádi a spolužáci. Zde každý v jistém ohledu začíná znovu. Musí se ukázat v nejlepším světle a získat nové kamarády. To vyhovuje především adolescentům, kteří si v minulém třídním kolektivu nenašli mnoho přátel a nebyli oblíbení. Teď dostali druhou šanci a mají možnost vše změnit.

Oporu adolescentovi zcela jistě poskytuje partnerský vztah a partner samotný. V období adolescence se navazují první vážnější vztahy. Pokud vztah dobře funguje a adolescent je v něm spokojený, je logické, že své trápení svěří právě partnerovi. Partner je jedním ze skupiny lidí, kterým na adolescentovi záleží a podporují ho. Pravdou ale je, že tyto první

vztahy bývají spíše romantického charakteru a netrvalí příliš dlouho. Často končí brzkým rozchodem a zklamáním. K romantickým vztahům dochází právě v rámci vrstevnických skupin. Adolescenti se navzájem seznamují, poznávají, jsou spolu v každodenním kontaktu. To vede k rozvinutí více než kamarádského vztahu. Adolescent vztah s partnerem povyšuje nad vztah k rodičům i kamarádům a doufá v jeho trvání a intenzitu. O to větší bývá zklamání z rozchodu. Přestože mnoho vztahů z období středoškolských studií nemá dlouhodobou perspektivu, existují i výjimky, kdy vzájemná láska a podpora vede v dospělosti k manželství, založení rodiny. (Kraus et al., 2006; Krejčová, 2011; Langmeier, Krejčířová, 2007)

Anonymitu a zároveň sociální oporu poskytují volnočasové aktivity a zájmové kroužky. Především adolescentům, kteří nejsou v třídním kolektivu úspěšní a nevynikají svými studijními výsledky, přítomnost vrstevníků sdílejících stejné zájmy pomáhá. Neznají ho ze školy, všímají si pouze jeho šikovnosti v zájmovém kroužku. Z outsidera se tak rázem může stát obdivovaný a oblíbený jedinec. V případě, že se v kroužku sejde více adolescentů se stejnými problémy, stávají se zdrojem sociální opory navzájem. Zde jsou úspěšní, vynikají a odpoutávají se od svého trápení. Vzájemně si poskytují oporu, uznání a alespoň na chvíli mohou zapomenout na každodenní školní starosti.

Díky technickému pokroku nalézá adolescent podporu také na internetu. Chat, sociální sítě, internetová diskusní fóra a seznamky poskytují mnohé příležitosti k navázání nových přátelství. Internet adolescentovi kromě možností seznámit se poskytuje anonymitu. Adolescentům, kteří jsou nesmělí, mají problém s komunikací a navazováním přátelství, nabízí internet pomoc. Adolescent s ostatními nepřichází do kontaktu tváří v tvář a to dává prostor k osmělení se a zboření komunikačních bariér. Adolescent je ve svém virtuálním světě šťastný a zbavuje se problémů, které jej tíží při kontaktu s lidmi v jeho reálném světě. Otázkou ale zůstává, zda adolescentovi stačí pouze virtuální přátelství. (Hofbauer, 2004; Sak, Saková, 2004)

Jak ukazují nejrůznější provedené průzkumy v oblasti sociální opory, např. Kraus et al., 2006, zaujímají v nich vrstevníci a kamarádi adolescentů první místo. Jsou tedy nejčastěji oslovovanými v rámci pomoci a podpory. Sociální opora se vyskytuje v oblasti mezilidských vztahů, v rámci sociálních skupin, jejichž vytváření je součástí období adolescence. Přestože nás přátelství provází celým životem, jeho význam je obrovský především v období adolescence. Adolescent potřebuje mít vedle sebe přátele, o nichž ví, že pokud se mu něco přihodí, pomohou. Právě vědomí připravenosti pomoci je pro adolescenta mnohdy důležitější než pomoc samotná.

Přesto, že je sociální opora vrstevníků v životě adolescentů nezastupitelná, měl by si její příjemce uvědomit, že jeho vrstevník se ve svých názorech a přesvědčeních může mýlit a nepřejímat jeho názory bezmyšlenkovitě. Taková pomoc je totiž zbytečná. Stejně tak vrstevník, kterému se adolescent svěří, by měl být již natolik soudný, aby zhodnotil, zda je schopen adekvátně pomoci. Nastane-li situace, se kterou si vrstevník neví rady a nedokáže dobře poradit, neměl by se ostýchat požádat o pomoc někoho z dospělých. Adolescent by pak takový čin rozhodně neměl vnímat jako zradu, ale naopak jako projev přátelství. Jen opravdový přítel nás nenechá s naším problémem samotné a za cenu pomoci příteli riskuje i přátelství samotné. (Kraus et al., 2006; Krejčová, 2011)

Přestože já patřím spíše k těm, kteří by se nejprve obrátili na své rodiče, sociální oporu vrstevníků považuji za velmi důležitou. V každém období lidského života chceme mít vedle sebe někoho, kdo nás dobře zná, umí nám naslouchat, stojí při nás, a přesto nepatří do naší rodiny. Alespoň z hlediska příbuzenství ne. Do své rodiny je však jistým způsobem počítáme. Když si vzpomenu na své vlastní dospívání, neprobíhalo nijak bouřlivě a neměla jsem s rodiči žádné významné konflikty. V mém okolí tomu tak u všech vrstevníků ale nebylo. Tehdy jsem si význam a cenu pravého přátelství uvědomila nejvíce. Máte-li totiž někoho, kdo za vámi stojí a podporuje vás, nezáleží tolik na tom, je-li dospělý či nikoli. Záleží na tom, že v něm cítíte jistotu. Možná, že vaše problémy nedokáže vyřešit, ale rozhodně vám v hledání možností řešení může pomoci a dodá vám potřebnou odvahu svůj problém skutečně vyřešit.

#### **4.4 Sociální opora nabízená institucemi**

Ocitne-li se adolescent v situaci, která je pro něj tíživá a neví si s ní rady, bude zcela jistě potřebovat pomoc. Na koho se má ale obrátit, pokud nechce oslovit rodinu, kamarády ani pedagogy? Pomoc a pochopení mu pak mohou nabídnout mnohé instituce, které se pomocí v tíživých životních situacích zabývají. V těchto institucích pracují odborně vyškolení pracovníci připravení adolescentovi naslouchat, porozumět jeho trápení a vcítit se do jeho situace. Taková podpora a pomoc ze strany odborníka je pro adolescenta neocenitelná.

Existuje hned několik institucí poskytujících preventivní a poradenskou činnost. V jejich výčtu se zaměřím na instituce poskytující pomoc adolescentům, respektive středoškolské mládeži, jejichž problémům je celá práce věnována. Jsou to linky důvěry, krizová centra,

poradny - pedagogicko-psychologické poradny, poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy, nízkoprahová zařízení pro děti a mládež a střediska výchovné péče.

#### a) Linky důvěry

Linky důvěry představují pro adolescenty okamžitou pomoc prostřednictvím telefonního kontaktu s odborníky. Hlavní předností tohoto druhu pomoci je, že je k dispozici ve dne v noci, sedm dní v týdnu. V případě potřeby se tak adolescent může dočkat okamžité pomoci. Další výhodou telefonické formy pomoci je dostupnost. V dnešní době každý adolescent vlastní mobilní telefon, stačí jen vytočit telefonní číslo. Mobilní telefon adolescent může použít kdekoliv, linku důvěry tak může konotovat např. ze svého pokoje a při kontaktu s odborníkem se cítí bezpečně. Telefonická pomoc poskytuje adolescentovi anonymitu. Nemusí mít ke kontaktu linky žádné doporučení a může volat z kteréhokoliv koutu země.

Pro adolescenta kontaktujícího linku důvěry je výhodou vědomí, že může kdykoliv zavěsit a kontakt tím přerušit. O délce kontaktu tak nerozhoduje odborník na druhé straně telefonu, ale naopak sám adolescent. To jeho pocit bezpečí ještě zvyšuje. Krizová intervence prostřednictvím telefonu je pro adolescenta vhodná a výhodná i z finančního hlediska. Za pomoc samotnou se neplatí, adolescent hradí pouze náklady spojené s běžnými telefonními poplatky jako u každého jiného hovoru. Některé linky jsou dokonce zcela bezplatné.

Telefonický kontakt samozřejmě přináší i jisté nevýhody. Absence očního kontaktu může práci odborníka ztížit. Někdy je pro odborníka těžké představit si, s kým hovoří. Také množství informací, které odborník od adolescenta obdrží, nemusí být pro pochopení jeho situace a adekvátní pomoc dostačující. Stává se také, že dojde k technické závadě, která může telefonický kontakt přerušit a adolescenta od dalšího zavolání odradit. Odborník postrádá od adolescenta zpětnou vazbu. Nemůže si být jistý, zda adolescent jeho rady využil, protože kontakt bývá zpravidla jednorázový. (Vodáčková a kol., 2007; Špaténková a kol., 2004)

Tím samozřejmě nechci význam linek důvěry jakkoli zpochybnit. Právě naopak. Snažím se ukázat náročnost a zodpovědnost této práce. Mnoho adolescentů služeb linek důvěry využívá, a určitě tomu tak bude i v budoucnu. Jejich existence a význam jejich činnosti je totiž v naší společnosti nezastupitelný. Tím, že poskytují radu i anonymitu zároveň, bývají adolescenty považovány za vhodnou formu pomoci.

## b) Krizová centra

Se svojí tíživou situací se adolescent může obrátit také na pracovníky krizového centra. Jsou to instituce poskytující primárně krizovou intervenci, tedy specializovanou pomoc osobám, které se ocitli v krizi. Krizová centra nabízí pomoc a podporu dětem, dospívajícím i dospělým v obtížných situacích, které nezvládnou sami vyřešit. Na krizové centrum se může adolescent obrátit, má-li rodinné, vztahové, sociální nebo školní problémy (špatný prospěch), je-li týrán, zanedbáván či zneužíván, trpí-li poruchami příjmu potravy nebo domácím násilím, je-li šikanován nebo zažil nějaké trauma. Pomoc je zde realizována třemi formami: ambulantní, pobytovou nebo prostřednictvím telefonu, e-mailu a chatu. Služby v krizovém centru poskytují psychologové, sociální pracovníci, rodinní terapeuti, speciální pedagogové, dětské psychiatry a pracovníci v sociálních službách.

I zde je služba poskytována nepřetržitě a bezplatně. U všech forem pomoci je kladen důraz na individualitu každého klienta, na naslouchání a hledání řešení jeho situace. Pracovníci krizového centra se snaží adolescenta podpořit při zvládnání jeho problémů a aktivně jej do řešení zapojit. Adolescent se tak naučí využívat své vlastní síly i pomoc okolí. Pomoc je poskytována nejen člověku v krizi, ale také jeho blízkým. V závažnějších případech, jako je například domácí násilí či zneužívání, poskytuje krizové centrum pobytovou službu. Pro adolescenta v krizi představuje krizové centrum a jeho pracovníci důležitý systém sociální opory, které se mu jinde nedostává. (Vodáčková a kol., 2007; Špaténková a kol., 2004)

## c) Poradny

Pomoc poskytují i pedagogicko-psychologické poradny či poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy. Do těchto poraden většinou přichází rodiče spolu se svými potomky v méně závažných případech. Do poradny může adolescent přijít i bez svých rodičů. Ideální samozřejmě je, aby rodiče o návštěvě poradny věděli a do řešení situace se zapojili. Pedagogicko-psychologická poradna se, jak vyplývá z jejího názvu, orientuje na problematiku spojenou se školním prostředím (školní neúspěšnost, specifické poruchy učení, mimořádné nadání, volba povolání, ale také problémové chování a šikana). Řeší však také problematiku rodinných vztahů, výchovných problémů a podílí se na prevenci sociálně patologických jevů. Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy se zaměřuje na zvládnání potíží v běžném životě, na řešení rodinných, vztahových a mezilidských vztahů, na které jedinec či rodina již nestačí. Podílí se na řešení výchovných potíží v rodině, na odstranění mezigeneračních

problémů a problémů v komunikaci, pomáhá adolescentům nalézt vlastní identitu. Zatímco pedagogicko-psychologická poradna je přístupná i mladším dětem, služby poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy jsou určeny jedincům starším 15 let. (Kohoutek, 2006; Nešpor, Csémy, 1997)

#### d) Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež

Adolescenti se mohou obracet i na nízkoprahová zařízení pro děti a mládež. Nízkoprahová centra a kluby obvykle zřizují občanské společnosti a další neziskové subjekty. Potřeba nízkoprahových zařízení vyplynula z práce tzv. streetworkerů, kteří s ohroženou mládeží pracovali přímo v ulicích. Zázemí nízkoprahových zařízení tak představuje vhodnou alternativu k pobytu na ulici. Zařízení jsou tedy určena dětem a mládeži trávící svůj volný čas nevhodným způsobem, touláním, v partě, na ulici. Je otevřeno naprosto všem. Kromě bohaté nabídky volnočasových aktivit však poskytují také poradenství a sociální servis. Přístup do zařízení je bezplatný, není omezen přesně stanoveným časem příchodu a odchodu. Adolescenti mají možnost výběru činnosti a svobodu pohybu po areálu zařízení.

Nízkoprahová zařízení nabízí adolescentům mnoho vybavení a zábavy – poslech hudby, promítání filmů, sportovní a umělecké vyžití. Především ale adolescentům poskytují možnost popovídat si o svých problémech, svěřit se. Pracovníci zařízení pak pomáhají adolescentům nalézt vhodné řešení a podpořit je. Nízkoprahová zařízení poskytují adolescentům pocit zázemí, bezpečí, vědomí, že někde mají své místo a někam patří. Adolescenty navštěvující nízkoprahová zařízení obvykle trápí problémy se vztahy v rodině, ve škole, s vrstevníky i ve společnosti jako takové, jsou ohroženi ve své vývoji a sociálním fungování a hrozí jim sociální vyloučení a selhání. Posláním nízkoprahových zařízení je sociálně znevýhodněným adolescentům pomáhat řešit jejich nepříznivou životní situaci, snaží se jim poskytnout rovné šance na kvalitní život a začlenit je do společnosti. (Matoušek a kol., 2003; [http://www.streetwork.cz/index.php?option=com\\_content&task=view&id=183](http://www.streetwork.cz/index.php?option=com_content&task=view&id=183))

#### e) Střediska výchovné péče

Další institucí jsou střediska výchovné péče. Středisko výchovné péče se zaměřuje na preventivně výchovnou a podpůrnou péči dětem a mládeži. Služby střediska jsou dvojího druhu - ambulanti a pobytové. Pracovníci střediska se nejčastěji setkávají s problémy jako narušený životní styl, experimenty s alkoholem a drogou, nefunkční rodinné prostředí, školní problematika, náročné životní situace, nepřijetí vrstevníky, problémy s nalézáním vlastní

identity, sociální nezralost. Středisko výchovné péče bývá součástí dětského diagnostického ústavu a je především pro ty, kteří se rozhodli své problémy řešit. Pobyt ve středisku výchovné péče je zcela dobrovolný a není-li potencionální klient plnoletý, vyžaduje se souhlas zákonného zástupce. Pobyt trvá osm týdnů a předchází mu ambulantní návštěva. Ambulantní služby pak středisko poskytuje osobně i telefonicky.

(<http://www.msmt.cz/dokumenty/metodicky-pokyn-upresnujici-podminky-cinnosti-stredisek-vychovne-pece>)

Jak je patrné z uvedeného výčtu, adolescenti mají na výběr z mnoha alternativ pomoci. Rady jsou poskytovány zpravidla anonymně a bezplatně, což adolescenti jistě dovedou ocenit. Výhodou pro adolescenty je také možnost využití internetu při vyhledávání kontaktů na instituce a rozhodování o vhodném typu pomoci. Činnost všech těchto zařízení je pro fungování společnosti nezbytná. Někdy se sice nedá vzniku problému zabránit, ale s pomocí těchto institucí je však možné problémy řešit a předcházet vzniku dalších, mnohdy ještě závažnějších životních situací.

Já osobně naprosto oceňuji význam internetového a telefonického poskytování opory a pomoci. Představím-li si, že jsem v situaci, kdy potřebuji poradit a mohu se na někoho obrátit z bezpečí svého pokoje, anonymně a zadarmo, neváhala bych tuto službu využít. Možnost popovídat si s někým, kdo mě nepřerušuje, trpělivě poslouchá a hlavně nesoudí, je k nezaplacení. V období dospívání dvojnásob. Současně by ale bylo dobře, kdyby nebylo nutné tuto pomoc poskytovat vůbec. Ovšem to je spíše utopie. Proto vždy, když v televizi vidím reklamu na některou linku důvěry, uvědomím si, jak těžkou a zároveň krásnou práci lidé pracující na těchto linkách mají. Pomáhat druhým je to nejkrásnější, co ve svém životě můžeme dělat. Ať už prostřednictvím linky důvěry či jakkoli jinak. I pouhý úsměv od spolucestujícího v tramvaji mi kolikrát dokáže zvednout náladu na celý den. Jak pak musí po duši pohládit pracovníky těchto institucí telefonát nebo návštěva někoho, kdo byl pro ně anonymní a najednou jim osobně za jejich pomoc přišel poděkovat. Ten pocit musí být k nezaplacení.

## **5. Průzkum zaměřený na zjišťování nejčastějších životních problémů středoškolské mládeže**

V rámci průzkumu, který je zaměřen na současnou středoškolskou mládež, bych ráda našla odpovědi na otázky, které s tématem práce bezprostředně souvisí. Chci navázat na teoretickou část své práce a pomocí dotazníkového šetření zmapovat nejčastější životní problémy, které dnešní mládež tíží a dozvědět se, na koho se nejčastěji obrací s prosbou o pomoc.

### **5.1 Projekt dotazníkového šetření**

Dotazník má za úkol zmapovat nejčastější oblasti životních problémů středoškolské mládeže. Dotazníkové šetření bylo provedeno na dvou typech středních škol v městě Brně. První střední školou je čtyřleté gymnázium a druhou je střední odborná škola. Na obou školách dotazník vyplnili studenti dvou tříd třetích ročníků. Tím je umožněno výsledky porovnat z hlediska pohlaví i z hlediska typu školy. Ředitelé obou škol si nepřáli zveřejnění názvu či adresy školy, což samozřejmě chápu a plně respektuji. Dotazník jsem měla možnost všem studentům zadávat bez přítomnosti vyučujícího, což přispělo k uvolněnější atmosféře mezi studenty a větší ochotě spolupracovat. Studentům jsem vysvětlila, že dotazník slouží pouze k účelům mé diplomové práce a je zcela anonymní. Dále jsem studentům sdělila postup vyplnění dotazníku, který byl na dotazníku samozřejmě též uveden, zodpověděla jsem jejich následné dotazy a poděkovala jim za jejich spolupráci, otevřenost a vstřícnost. Studentům bylo na vyplnění dotazníku poskytnuto tolik času, kolik potřebovali, žádný časový limit nebyl stanoven. K dispozici mám 120 vyplněných dotazníků. Z toho 58 dotazníků bylo vyplněno studenty čtyřletého gymnázia a 62 dotazníků bylo vyplněno studenty střední odborné školy.

Cílem dotazníkového šetření je zmapovat nejčastější životní problémy a zdroje sociální opory při jejich řešení u současné generace středoškolské mládeže.



Úkolem dotazníkového šetření je potvrzení nebo vyvrácení následujících šesti hypotéz:

Hypotéza č. 1: Nejčastějším životním problémem současné středoškolské mládeže jsou konflikty s rodiči.

Hypotéza č. 2: Dívky mají více problémů v rodinném prostředí.

Hypotéza č. 3: Chlapci mají více problémů ve školním prostředí.

Hypotéza č. 4: Adolescenti se nejčastěji se svými problémy obrazejí na své vrstevníky.

Hypotéza č. 5: V hledání sociální opory při řešení problémů budou rozdíly z hlediska pohlaví.

Hypotéza č. 6: Více než dvě třetiny dotázaných adolescentů neví, na jakou instituci se s prosbou o pomoc obrátit.

H1 byla vytvořena na základě změn, které se u každého adolescenta objevují (kritičnost rodičů, odklon od rodičů k vrstevníkům) a také se opírá o dostupné výsledky obdobných průzkumů u mládeže (např. Kraus et al., 2006). Oblast rodinných problémů v nich dlouhodobě zaujímá místo na předních příčkách, i když na prvním místě jsou zpravidla školní problémy. H1 má tedy za úkol potvrdit nebo vyvrátit, zda jsou právě konflikty a neshody s rodiči tím, co mládež v současnosti nejvíce trápí a jsou-li v současné době častější než školní obtíže adolescentů.

H2 a H3 vychází z odborné literatury popisující vývoj a osobnosti adolescentů (např. Langmeier, Krejčířová, 2007; Janošová, 2008). Je běžné, že dívky mají lepší školní výsledky a dbají na svůj dobrý školní prospěch více než chlapci. Dívky jsou však zároveň citlivější a emocionálnější než chlapci, což může způsobovat častější hádky a rozepře s rodiči (např. strach rodičů z příliš brzké pohlavní dospělosti a rizika otěhotnění).

H4 se opět opírá o odbornou literaturu poukazující na fakt, že adolescent se více než o své rodiče zajímá o své vrstevníky, tráví s nimi veškerý volný čas a přikládá jim velký význam. Období adolescence je zároveň provázené proměnami vztahů v rodině, kdy dochází k většímu osamostatnění a nezávislosti. Proto se domnívám, že vrstevníci jsou pro adolescenty důležitým zdrojem sociální opory.

H5 vychází z rozdílnosti mezi osobnostmi a vlastnostmi chlapců a dívek. Zatímco dívky jsou citlivější, chlapci své emoce umí více skrývat a potlačit. Přestože depresivní stavy, pocity

beznaděje, marnosti a zbytečnosti jsou pro adolescenty typické, objevují se více u dívek než u chlapců. H5 má tedy potvrdit či vyvrátit, zda jsou mezi dívkami a chlapci rozdíly také z hlediska hledání opory a pomoci.

H6 poukazuje na skutečnost, že někdy není zcela možné získat podporu a sociální oporu u svých nejbližších – u rodiny a přátel. H6 má za úkol zjistit, zda by adolescenti v případě potřeby věděli, na jakou instituci se mají se svým problémem a prosbou o pomoc obrátit.

### *Výzkumná technika – dotazník*

Kvantitativní výzkum je jedním z vědeckých výzkumů užívaných v pedagogice. Lze jej vymezit jako záměrnou a systematickou činnost, při níž se empirickými metodami zkoumají (ověřují, testují) hypotézy o předpokládaných vztazích mezi jevy. V rámci výzkumu se řeší jeden, nebo více vzájemně souvisejících problémů. Řešení problému pak představuje řadu navzájem propojených a na sobě závislých kroků a činností. (Chráška, 2007, s. 12) Kvantitativní výzkum má vždy přesně vymezený předmět zkoumání (respektive problém, jímž se zabývá), na jeho začátku se formulují hypotézy, které se následně ověřují, a tím kvantitativní výzkum dospívá k závěrům vyjadřujícím, s jakou pravděpodobností lze získané poznatky zobecnit ze zkoumaného vzorku na celý základní soubor. (Průcha, 2006, s. 188)

Dotazník patří mezi velmi často užívanou kvantitativní metodu v pedagogickém výzkumu. Dotazník je složen z písemně kladených otázek, na něž dotazovaná osoba (respondent) odpovídá rovněž písemně. Přestože je této metodě často vytýkáno, že nezjišťuje jaký respondent doopravdy je, ale pouze, jak se sám vidí či jak by chtěl být viděn, jeho nespornou výhodou je poměrně rychlé a ekonomické shromažďování dat od velkého počtu respondentů. Dle toho, jak má respondent na položenou otázku odpovědět, rozlišujeme dva základní druhy kladených otázek – uzavřené (standardizované) otázky a otevřené (nestandardizované) otázky. (Chráška, 2007, s. 163 - 165)

Znaky dobrého dotazníku jsou:

a) jednotlivé položky musí být jasné, srozumitelné (respektuje se např. věk, vzdělání respondentů) a stručné,

- b) položky musí být formulovány jednoznačně (např. zkoumáme-li volný čas, musíme jasně vymezit, co si pod pojmem volný čas představujeme),
- c) dbáme na opatrnost při formulaci otázek typu „proč“ (např. se nemůže ptát na konkrétní příčiny nějakého chování či jevu, protože respondenti je neznají a neumí na otázku odpovědět),
- d) položky se mají týkat jen nezbytných údajů (vyvarujeme se zbytečné rozsáhlosti dotazníku),
- e) položky nesmí být sugestivní (nesmí nabádat ke konkrétní odpovědi),
- f) nezbytná je ochota respondentů spolupracovat (ochotu zvyšuje např. vysvětlení účelu dotazníku, anonymita respondentů, rychlé a snadné vyplnění dotazníku apod.),
- g) dotazník musí vždy obsahovat jasné pokyny k vyplnění (obzvláště, pokud není dotazník zadáván osobně),
- h) při sestavování dotazníku dbáme na to, aby získané údaje bylo snadné třídit, tabelovat a zpracovávat (např. se vyvarujeme výrazům, jimž respondent nerozumí, a jsou pro něj matoucí),
- i) otázky řadíme tak, aby jejich pořadí vyhovovalo z hlediska psychologického (např. nejdůležitější otázky umístíme do střední části dotazníku nebo začínáme obecnými otázkami a postupujeme k otázkám uzavřenějším, psychologické hledisko upřednostňujeme i před logickým pořadím otázek).

(Chráska, 2007, s. 169, 170)

Pro svoji diplomovou práci jsem zvolila metodu dotazníku pro její výhody z hlediska časového i z hlediska zpracování odpovědí. Vzhledem k tomu, že tato metoda umožňuje zpracovávání a srovnávání výsledků z různých hledisek, bude možné výsledky zpracovat dle typu střední školy i z hlediska pohlaví respondentů. Dotazník obsahuje celkem osm otázek. U každé otázky je uveden výčet možných odpovědí. Z něj studenti vybírají pouze jednu odpověď. U některých otázek má respondent možnost dopsat vlastní odpověď, nevyhovuje-li mu uvedený výběr odpovědí. U jedné otázky je v případě jejího kladného zodpovězení prostor pro vypsání institucí poskytujících sociální oporu opět přímo studenty.

Dotazník jsem zpracovávala na základě výše uvedených hypotéz, jež jsem pro svůj průzkum stanovila. Ke každé hypotéze je přiřazena otázka (otázky), dle které se hypotéza buďto potvrdí nebo vyvrátí. Na začátku dotazníku je uveden postup, podle kterého mají studenti dotazník vyplnit. Viz Příloha č. 1.

Před samotným zpracováním dotazníku jsem si nejprve prostudovala odbornou literaturu týkající se metodologie výzkumu v pedagogických vědách. Následně jsem si vyhledala obdobné dotazníky, ze kterých bych při tvorbě svého dotazníku mohla vycházet. Při samotné konstrukci dotazníku jsem dbala na požadavky tvorby správného a kvalitního dotazníku. Přípravná fáze tvorby dotazníku trvala tři měsíce – od začátku měsíce července do konce měsíce září 2011. Zadávání a vyplňování dotazníku na školách proběhlo v měsíci říjnu 2011.

### *Popis výběrového souboru*

Jedná se o studenty dvou typů středních škol v Brně – čtyřletého gymnázia a střední odborné školy. Dva různé typy škol byly vybrány záměrně, aby bylo možné výsledky dotazníkového šetření zpracovat a porovnat právě i z hlediska typu školy a upozornit na rozdíly, které mezi studenty gymnázia a střední odborné školy jsou. Na každé škole dotazník vyplnili studenti dvou tříd třetích ročníků. Ředitelé škol mi vyšli vstříc, takže jsem mohla dotazníky studentům zadávat sama. Osobně jsem jim také vysvětlila, že dotazníkové šetření je zcela anonymní a jak bude s jeho výsledky nakládáno. Získala jsem tak 120 vyplněných dotazníků.

## 5.2 Analýza výsledků

Tato podkapitola obsahuje výsledky dotazníkového šetření provedeného na čtyřletém gymnáziu a střední odborné škole.

### 5.2.1 Interpretace dat z dotazníku

Tabulky jsou vypracovány z celkového počtu dotazovaných. U otázek č. 3 a č. 6 tabulky zobrazují jak hodnoty vycházející z celkového počtu dotazovaných (označeny nadpisem celkem = 120 respondentů), tak i hodnoty zobrazující počty odpovědí z hlediska pohlaví (rozděleny na chlapce = 59 respondentů a dívky = 61 respondentů a označeny taktéž). První číselný sloupec vždy označuje počet odpovědí, druhý číselný sloupec toto číslo vyjadřuje procentuelně (zaokrouhлено na jedno desetinné místo).

#### H1, H2, H3 – otázka č. 1 – 3

##### Otázka č. 1

*Jsem:*

Tabulka č. 1

a) chlapec	59	49,2%
b) dívka	61	50,8%

Tabulka znázorňuje, že studentů středních škol, kteří se dotazníkového šetření zúčastnili, bylo celkem 120, z toho 59 chlapců a 61 dívek.

## Otázka č. 2

*Studuji 3. ročník:*

Tabulka č. 2

a) čtyřletého gymnázia	58	48,3%
b) střední odborné školy	62	51,7%

Tabulka ukazuje, že studentů čtyřletého gymnázia odpovídajících na otázky dotazníkového šetření bylo 58 a studentů střední odborné školy bylo 62.

## Otázka č. 3

*Jaké jsou nejčastější problémy, které Tě trápí?*

Tabulka č. 3

	Celkem		Chlapci		Dívky	
a) konflikty s rodiči (neshody, hádky)	37	30,8%	9	15,3%	28	45,9%
b) konflikty s kamarády	28	23,3%	15	25,3%	13	21,3%
c) problémy s alkoholem	4	3,3%	3	5,1%	1	1,6%
d) problémy s jinými návykovými látkami (cigarety, drogy)	2	1,7%	2	3,4%	0	0,0%
e) problémy ve škole (špatný prospěch, chování)	29	24,2%	19	32,2%	10	16,4%
f) konflikty s autoritami (učitelé)	2	1,7%	2	3,4%	0	0,0%
g) nemám žádné problémy	18	15,0%	9	15,3%	9	14,8%
h) jiné	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%

Tabulka ukazuje, že nejčastěji uváděným životním problémem současné středoškolské mládeže, jež se dotazníkového šetření účastnila, jsou konflikty s rodiči. Druhým nejčastějším problémem byly problémy ve škole a třetím nejčastějším problémem pak byly konflikty s kamarády.

Tabulka dále znázorňuje nejčastější životní problémy dotazovaných chlapců a dívek. U chlapců jsou nejčastěji uváděné problémy ve školním prostředí, na druhém místě to jsou konflikty s kamarády a na třetím místě konflikty s rodiči a absence jakýchkoli problémů. U dívek byly nejčastějším problémem konflikty s rodiči, na druhém místě pak konflikty s kamarády a na třetím místě problémy ve školním prostředí.

#### H4, H5, H6 – otázka č. 4 – 6

##### Otázka č. 4

*Více si rozumím:*

Tabulka č. 4

a) se svými rodiči	50	41,7%
b) se svými vrstevníky	70	58,3%

Tabulka ukazuje, že dotázaní studenti si více než se svými rodiči rozumí se svými vrstevníky. S vrstevníky si více rozumí 70 ze všech dotázaných adolescentů (procentuálně téměř 60% dotázaných), zatímco s rodiči si více rozumí 50 dotázaných adolescentů (tedy něco málo přes 40% dotázaných).

##### Otázka č. 5

*Se svými rodiči:*

Tabulka č. 5

a) mám bezproblémový vztah (rozumíme si, vzájemně si důvěřujeme)	20	16,6%
b) mám neustálé konflikty (různost názorů, nepochopení)	51	42,5%
c) mám komunikační problémy (neumíme si popovídat, svěřit se)	38	31,7%
d) mám problémový vztah (nemluvíme spolu, míváme se)	11	9,2%

Tabulka znázorňuje, že nejčastější odpovědí na vztah se svými rodiči byla odpověď, že mezi adolescenty a jejich rodiči jsou neustálé konflikty. Tak odpovědělo 51 adolescentů z celkového počtu 120 dotazovaných. Bezproblémový vztah oproti tomu uvádí jen 20 adolescentů, což je pouhá šestina z celkového počtu dotázaných.

### Otázka č. 6

*Mám-li nějaký problém, obracím se:*

Tabulka č. 6

	Celkem		Chlapci		Dívky	
a) na své rodiče	36	30,0%	8	13,6%	28	45,9%
b) na své kamarády	49	40,8%	41	69,5%	8	13,1%
c) na svého třídního učitele	2	1,7%	0	0,0%	2	3,3%
d) na výchovného poradce na naší škole	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
e) na instituci poskytující pomoc či rady (např. Linka bezpečí)	33	27,5%	10	16,9%	23	37,7%
f) na někoho jiného	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%

Tabulka znázorňuje, že pokud mají středoškoláci nějaký problém, obrací se nejčastěji na své kamarády. Na druhém místě pak skončila pomoc rodičů a na třetím místě pomoc poskytovaná institucemi, jako je např. Linka bezpečí.

Tabulka dále ukazuje, že chlapci se se svými problémy nejčastěji svěřují svým kamarádům. Na druhém místě skončily instituce poskytující pomoc a až na třetím místě byla pomoc rodičů. Další alternativa pomoci se u chlapců již neobjevila. Dívky by se na rozdíl od chlapců obrátily nejčastěji na své rodiče. Na druhém místě skončily instituce poskytující pomoc a na třetím místě pak pomoc kamarádů. Mezi odpověďmi dívek se objevila i pomoc třídního učitele. Takto odpověděly 2 dívky.

### **H6 – otázka č. 7 – 8**

#### Otázka č. 7

*Znáš nějakou instituci poskytující rady a pomoc adolescentům, kteří mají nějaké problémy?*

Tabulka č. 7

a) ano	101	84,2%
b) ne	19	15,8%



Druh instituce – při odpovědi ano

Tabulka č. 8

Linka bezpečí	90	89,1%
Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež	11	10,9%

Tabulka č. 7 znázorňuje, že 101 studentů z celkového počtu 120 dotázaných institucí poskytující rady a pomoc adolescentům zná. Linka bezpečí byla nejčastěji uváděným druhem instituce, studenti ji uvedli celkem devadesátkrát. Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež bylo druhou uváděnou institucí a tato odpověď byla uvedena celkem jedenáctkrát, viz tabulka č. 8.

#### Otázka č. 8

*Pokud budeš mít nějaký problém a nebudeš jej chtít řešit s někým, koho znáš, obrátíš se na nějakou instituci s prosbou o pomoc?*

Tabulka č. 9

a) ano, myslím, že by mi mohly pomoci problém vyřešit	108	90,0%
b) ne, nevěřím, že by mi dokázaly pomoci	12	10,0%

Tabulka ukazuje, že většina dotázaných by se na instituci s prosbou o pomoc neváhala obrátit.

H1 se potvrdila. Konflikty s rodiči považuje za svůj nejzávažnější problém více než 45% dotázaných. Druhým a třetím nejčastějším problémem pak jsou problémy ve škole a konflikty s kamarády.

H2 se také potvrdila. Dotázané dívky za svůj největší problém uvádějí rodinné problémy, tedy neshody, hádky a konflikty s rodiči.

H3 se opět potvrdila. Na rozdíl od dívek považují chlapci za svoji nejproblémovější oblast školní prostředí a problémy s ním související – špatný prospěch, problémy s chováním. Druhým nejčastějším problémem chlapců i dívek pak jsou problémy a konflikty s kamarády.

H4 se potvrdila. V celkovém součtu odpovědí se adolescenti se svými problémy obracejí na své kamarády spíše než na své rodiče. Pomoc rodičů se umístila na druhém místě z hlediska četnosti odpovědí a překvapivě na třetím místě je pomoc institucí. Možná bych

spíše čekala, že na třetím místě skončí nějaký jiný příbuzný, ale je dobře, že adolescenti pomoci těchto institucí využívají.

H5 se také potvrdila. Zatímco dívky by nejprve hledaly pomoc a podporu u rodičů, chlapci by se obrátili na své kamarády.

H6 se naštěstí nepotvrdila. Při tvorbě této hypotézy jsem nebyla příliš optimistická a domnívala jsem se, že se adolescenti o tuto problematiku nebudou mnoho zajímat. Opak je naštěstí pravdou. Jak je vidět, dnešní doba přináší mnoho starostí, ale dnešní generace adolescentů si s nimi, jak je z dotazníkového šetření patrné, umí poradit.

### 5.2.2 Interpretace dat z dotazníku zobrazující rozdíly z hlediska typu střední školy

Při zpracovávání výsledků dotazníkového šetření bylo zajímavé porovnání výsledků z hlediska jednotlivých typů středních škol. Rozdíly jsou uvedeny v následujících tabulkách. Tabulky vždy zobrazují výsledky zjištěné na obou typech škol – gymnáziu i střední odborné škole (SOŠ) – vedle sebe, aby byly co možná nejvíce přehledné. První číselný sloupec obsahuje celkový počet odpovědí a druhý číselný sloupec toto číslo vyjadřuje v procentech. U otázek č. 3 a č. 6 byly výsledky pro lepší přehlednost dle znění hypotéz opět rozděleny i z hlediska pohlaví.

#### Otázka č. 1 a č. 2

*Jsem a studuji 3. ročník:*

Tabulka č. 10

	Gymnázium		SOŠ	
a) chlapec	28	48,3%	31	50,0%
b) dívka	30	51,7%	31	50,0%

Tabulka znázorňuje, že studentů gymnázia bylo celkem 58, z toho 28 chlapců a 30 dívek a studentů střední odborné školy bylo celkem 62, z toho 31 chlapců a 31 dívek.

### Otázka č. 3

*Jaké jsou nejčastější problémy, které Tě trápí?*

Tabulka č. 11

	Gymnázium		SOŠ	
a) konflikty s rodiči (neshody, hádky)	15	25,9%	22	35,5%
b) konflikty s kamarády	12	20,7%	16	25,8%
c) problémy s alkoholem	2	3,4%	2	3,2%
d) problémy s jinými návykovými látkami (cigarety, drogy)	0	0,0%	2	3,2%
e) problémy ve škole (špatný prospěch, chování)	17	29,3%	12	19,4%
f) konflikty s autoritami (učitelé)	0	0,0%	2	3,2%
g) nemám žádné problémy	12	20,7%	6	9,7%
h) jiné	0	0,0%	0	0,0%

Tabulka znázorňuje, že z hlediska typu škol se v odpovědích objevily následující rozdíly. Zatímco třemi nejčastějšími problémy studentů gymnázia byly na prvním místě školní problémy, na druhém místě konflikty s rodiči a na třetím místě konflikty s kamarády a zároveň žádné problémy, u studentů střední odborné školy byly na prvním místě problémy s rodiči, na druhém místě problémy s kamarády a na třetím místě školní problémy.

- chlapci

Tabulka č. 12

	Gymnázium		SOŠ	
a) konflikty s rodiči (neshody, hádky)	5	17,9%	4	12,9%
b) konflikty s kamarády	5	17,9%	10	32,2%
c) problémy s alkoholem	1	3,6%	2	6,5%
d) problémy s jinými návykovými látkami (cigarety, drogy)	0	0,0%	2	6,5%
e) problémy ve škole (špatný prospěch, chování)	11	39,2%	8	25,8%
f) konflikty s autoritami (učitelé)	0	0,0%	2	6,5%
g) nemám žádné problémy	6	21,4%	3	9,6%
h) jiné	0	0,0%	0	0,0%

Poměrně zajímavé je také srovnání nejčastějších problémů chlapců na obou typech těchto škol. Chlapce studující gymnázium nejvíce trápí školní problémy a chlapce studující střední odbornou školu nejvíce trápí problémy s kamarády.

- dívky

Tabulka č. 13

	Gymnázium		SOŠ	
a) konflikty s rodiči (neshody, hádky)	10	33,3%	18	58,1%
b) konflikty s kamarády	7	23,4%	6	19,4%
c) problémy s alkoholem	1	3,3%	0	0,0%
d) problémy s jinými návykovými látkami (cigarety, drogy)	0	0,0%	0	0,0%
e) problémy ve škole (špatný prospěch, chování)	6	20,0%	4	12,9%
f) konflikty s autoritami (učitelé)	0	0,0%	0	0,0%
g) nemám žádné problémy	6	20,0%	3	9,6%
h) jiné	0	0,0%	0	0,0%

Zatímco u nejčastějších problémů chlapců byly rozdíly, dívky studující gymnázium i střední odbornou školu shodně uvádějí, že je nejvíce trápí problémy v rodinném prostředí.

#### Otázka č. 4

*Více si rozumím:*

Tabulka č. 14

	Gymnázium		SOŠ	
a) se svými rodiči	25	43,1%	25	40,3%
b) se svými vrstevníky	33	56,9%	37	59,7%

Tato tabulka zobrazuje, že studenti obou typů škol si více rozumí se svými vrstevníky než se svými rodiči.

### Otázka č. 5

*Se svými rodiči:*

Tabulka č. 15

	Gymnázium		SOŠ	
a) mám bezproblémový vztah (rozumíme si, vzájemně si důvěřujeme)	18	31,0%	2	3,2%
b) mám neustálé konflikty (různost názorů, nepochopení)	23	39,7%	28	45,2%
c) mám komunikační problémy (neumíme si popovídat, svěřit se)	17	29,3%	21	33,9%
d) mám problémový vztah (nemluvíme spolu, míváme se)	0	0,0%	11	17,7%

Tato tabulka potvrzuje výsledky zobrazené v tabulce č. 14. Většina studentů obou typů škol uvádí, že má s rodiči neustále konflikty či komunikační problémy. Bezproblémový vztah s rodiči uvádí pouze 18 studentů gymnázia a 2 studenti střední odborné školy.

### Otázka č. 6

*Mám-li nějaký problém, obracím se:*

Tabulka č. 16

	Gymnázium		SOŠ	
a) na své rodiče	22	37,9%	14	22,6%
b) na své kamarády	16	27,6%	33	53,2%
c) na svého třídního učitele	1	1,7%	1	1,6%
d) na výchovného poradce na naší škole	0	0,0%	0	0,0%
e) na instituci poskytující pomoc či rady (např. Linka bezpečí)	19	32,8%	14	22,6%
f) na někoho jiného	0	0,0%	0	0,0%

Tabulka znázorňuje následující rozdíly v odpovědích. Nejčastěji vyhledávanou pomocí studentů gymnázia jsou rodiče, na druhém místě pak instituce poskytující pomoc a vrstevníci, kamarádi na místě třetím. Oproti tomu studenti střední odborné školy by se nejčastěji obrátili na své kamarády, na druhém místě pak na své rodiče a na instituce poskytující pomoc a na místě třetím na třídního učitele.

- chlapci

Tabulka č. 17

	Gymnázium		SOŠ	
a) na své rodiče	6	21,4%	2	6,5%
b) na své kamarády	12	42,9%	29	93,5%
c) na svého třídního učitele	0	0,0%	0	0,0%
d) na výchovného poradce na naší škole	0	0,0%	0	0,0%
e) na instituci poskytující pomoc či rady (např. Linka bezpečí)	10	35,7%	0	0,0%
f) na někoho jiného	0	0,0%	0	0,0%

Tabulka ukazuje, že většina ze všech dotázaných chlapců na obou typech středních škol by se s prosbou o pomoc obrátila nejčastěji na své kamarády.

- dívky

Tabulka č. 18

	Gymnázium		SOŠ	
a) na své rodiče	16	53,3%	12	38,7%
b) na své kamarády	4	13,4%	4	12,9%
c) na svého třídního učitele	1	3,3%	1	3,2%
d) na výchovného poradce na naší škole	0	0,0%	0	0,0%
e) na instituci poskytující pomoc či rady (např. Linka bezpečí)	9	30,0%	14	45,2%
f) na někoho jiného	0	0,0%	0	0,0%

Tabulka ukazuje, že u dívek rozdíl v tom, na koho by se nejdříve s prosbou o pomoc obrátily, je. Dívky studující gymnázium by nejčastěji oslovily své rodiče, dívky studující střední odbornou školu by se oproti tomu nejčastěji obrátily na instituce poskytující pomoc a rady.

### Otázka č. 7

*Znáš nějakou instituci poskytující rady a pomoc adolescentům, kteří mají nějaké problémy?*

Tabulka č. 19

	Gymnázium		SOŠ	
a) ano	58	100,0%	43	69,4%
b) ne	0	0,0%	19	30,6%

Tabulka znázorňuje, že zatímco všichni studenti gymnázia znají instituce poskytující pomoc a rady, u studentů střední odborné školy se objevilo i 19 studentů, kteří žádnou instituci neznají.

Druh instituce – při odpovědi ano

Tabulka č. 20

	Gymnázium		SOŠ	
Linka bezpečí	47	81,0%	43	100,0%
Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež	11	19,0%	0	0,0%

Tabulka ukazuje, že studenti gymnázia znají hned dvě instituce poskytující pomoc. Linka bezpečí byla studenty gymnázia, co se týče četnosti odpovědí, uváděna nejčastěji. Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež pak byla druhou z institucí, kterou studenti gymnázia uvedli. Linka bezpečí pak byla také jedinou institucí, kterou uvedli studenti střední odborné školy.

### Otázka č. 8

*Pokud budeš mít nějaký problém a nebudeš jej chtít řešit s někým, koho znáš, obrátíš se na nějakou instituci s prosbou o pomoc?*

Tabulka č. 21

	Gymnázium		SOŠ	
	a) ano, myslím, že by mi mohly pomoci problém vyřešit	51	88,0%	57
b) ne, nevěřím, že by mi dokázaly pomoci	7	12,0%	5	8,0%

Tabulka znázorňuje, že s důvěrou v instituce poskytující pomoc v odpovědích větší rozdíly nejsou. Většina studentů by důvěru v instituci a její pomoc a rady měla. Konkrétně u studentů gymnázia by instituci věřilo 88% dotázaných a u studentů střední odborné školy by to bylo 92% dotázaných.

Z provedeného dotazníkového šetření vyplývá, že i současné studenty středních škol trápí mnoho problémů. Nejvíce problémů se objevuje v jejich každodenním životě, jedná se tedy o problémy ve škole a problémy vztahové – s rodiči a kamarády. Z dotazníkového šetření je bohužel také patrné, že mnoho dnešních adolescentů vnímá jisté neshody a nepochopení ve vztahu ke svým rodičům. To není zrovna příjemné zjištění. Na druhou stranu však dotazníkové šetření také ukázalo, že adolescenti umí hledat vhodnou pomoc a podporu při jejich řešení. Nemohou-li se adolescenti obrátit právě na své rodiče, umí se s prosbou o pomoc obrátit i na někoho jiného. Ať již se jedná o kamarády, třídního učitele, výchovného poradce na škole či odborníka z instituce nabízející adolescentům rady a pomoc, je potěšitelné, že adolescenti se se svým trápením umí někomu svěřit a chtějí své problémy řešit. Z výsledků dotazníkového šetření je také patrné, že rozdíly mezi odpověďmi, a tedy i starostmi, které současné adolescenty trápí, jsou jak z hlediska pohlaví, tak z hlediska typu střední školy. Je zřejmé, že výsledky tohoto dotazníkového šetření není možné zobecnit na celou populaci, ale domnívám se, že problémy veškeré současné středoškolské mládeže alespoň částečně nastiňují. Výsledky dotazníkového šetření jsou zpracovány též graficky (viz Příloha č. 2).



## Závěr

Při zpracovávání své diplomové práce jsem zjistila, že současné adolescenty trápí mnoho nejrůznějších problémů. Někteří mají problémy v rodinném prostředí, jiné naopak trápí problémy ve školním prostředí a s tím spojená obava o vlastní budoucnost, další zase trápí konflikty a neshody s kamarády. Je zřejmé, že problémy adolescenti nachází na každém kroku. Důležité je naučit se jim čelit, překonávat je a brát si z nich ponaučení do budoucna.

Každý den potkáváme spousty studentů, chlapců a dívek, kteří se po cestě do školy smějí, zaujatě diskutují s kamarády a vypadají bezstarostně. Když je chvíli sledujeme, možná si pomyslíme, že bychom se, alespoň na chvíli, i my rádi stali jejich kamarády a zapomněli na naše všední starosti. Ale bylo by to opravdu tak? Skutečně nemají žádné starosti?

Období středoškolských studií mají mnozí lidé tendenci považovat za poslední bezstarostné období, kdy je možné být ještě v jistém slova smyslu dítětem. Hlavní starost připadá na rodiče. Živí nás, šatí nás, projevují o nás zájem a vyjadřují nám podporu. Ne každý má ale to štěstí v takové rodině vyrůstat a cítit vzájemnou oporu a lásku. K tomu možná přispívá i dnešní doba. Rodiče se strachují o vlastní práci, a tak v ní tráví spoustu času. Dříve pravidelné společné výlety jsou minulostí a rodinné vazby slábnou. A adolescent má najednou pocit, že je na své problémy sám.

K problémům v rodinném prostředí dochází nejčastěji z důvodu absence jednoho z rodičů, příchodem nového životního partnera rodiče, příchodem či narozením nového sourozence. V dnešní době, kdy je rozvodovost v naší zemi poměrně vysoká, je tato příčina rodinných problémů opravdu častá. Problémy se však objevují i v úplných a na první pohled fungujících rodinách. V těchto případech dochází k upřednostňování vlastní kariéry před výchovou dětí a v rodině tak neexistuje společně trávený volný čas. Neuspokojivé rodinné prostředí pak samozřejmě může mít za následek problémy i v jiných oblastech života. Jak vyplynulo z provedeného dotazníkového šetření, bezproblémový vztah s rodiči uvádí pouze zlomek ze všech dotázaných adolescentů.

Další oblastí problémů dnešních adolescentů je školní prostředí. Škola klade na současné studenty vysoké nároky. Stále se zvyšuje obtížnost přijímacích zkoušek na střední a vysoké školy, což má u mnohých studentů za následek obavy z vlastní budoucnosti a možnosti studovat vysněný obor. Také každodenní nároky na školní přípravu jsou nemalé a zkracují

tak adolescentům jejich volný čas, který by rádi využili na regeneraci sil a strávili jej se svými kamarády. Mnohdy jsou příčinou školních obtíží také vlastní rodiče, kteří na adolescenta a jeho školní výsledky kladou nemalé nároky. Neúspěch ve škole pak často může vést až k záškoláctví a negativnímu postoji ke vzdělávání jako takovému.

Problematické jsou v tomto období také vztahy s vrstevníky. Období adolescence je samo o sobě složitým obdobím, kdy každý hledá sám sebe, své místo ve společnosti a pocítuje potřebu někam patřit. Stává se ovšem, že adolescent není svými vrstevníky z nějakého důvodu přijat. Jeden vyniká mimořádným studijním nadáním, jiný se liší barvou pleti, další neuznává stejné hodnoty. S tím, jak se mění hodnoty celé společnosti, dochází i ke změnám v hodnotovém žebříčku adolescentů. Chtějí se odlišit, upozornit na sebe. To s sebou ale přináší také mnoho rizik. U současných adolescentů je pozorován nárůst sociálně patologických jevů. Experimentují s alkoholem, drogami a neuznávají autority. Takovéto chování problémy, a to nejen s vrstevníky, samo přitahuje.

Přestože problémy v rodině, ve školním prostředí i mezi vrstevníky byly nejčastěji uváděnými problémy u dotazované mládeže, uvědomuji si, že výsledky tohoto šetření nelze zobecnit. Zároveň však předpokládám, že právě tyto problémy, ať již v jakékoliv podobě, budou trápit většinu současných adolescentů. Vždyť se jedná o nejvýznamnější oblasti jejich života. Domnívám se proto, že bychom k adolescentům a jejich trápení měli být vnímaví, měli bychom jim umět naslouchat a dát najevo, že jejich problémům rozumíme a zajímají nás.

Vždyť i my jsme v jejich věku jistě měli různá trápení, která nám připadala důležitá, a byli jsme rádi, když jsme se mohli někomu svěřit. Třeba jen to, že je vyslechneme, jim může hodně pomoci a přestanou v nás vidět pouze dospělé, ale především nás budou vnímat jako zdroj pomoci a opory.

# Resumé

Práce se zabývá velmi aktuální problematikou dnešní doby – životními problémy současné středoškolské mládeže. Snažím se poukázat na problémy, které adolescenty trápí, odhalit a popsat jejich příčiny a najít vhodnou sociální oporu při jejich řešení.

V první kapitole se zaměřuji na samotné vymezení pojmu životní problém, který je pro moji práci stěžejní. S problémy se setkává každý z nás dnes a denně. Důležité je však umět rozpoznat, zda se jedná o běžný problém, který lze snadno vyřešit či zda bude k jeho vyřešení nutné značné úsilí a pomoc druhých lidí. Dále popisuji příčiny vzniku životních problémů. Protože se problémy dotýkají všech oblastí našeho života, stejně tak se mohou příčiny jejich vzniku objevit v jakékoli sféře naší činnosti.

Druhá kapitola vymezuje pojem mládež. Na tento pojem je možné nahlížet z různých úhlů pohledu. Pro specifikaci pojmu středoškolská mládež je v této práci možné využít pojmu adolescent. V kapitole tak dále popisu jistá vývojová specifika tohoto období, zaměřuji se na fyzický i psychický vývoj, na zájmy a potřeby v tomto vývojově poměrně složitém období. Pozornost je také věnována velmi významnému momentu tohoto období, a to hledání sebe sama a utváření vlastní identity.

Třetí kapitola je pak zaměřena na jednotlivé druhy životních problémů. Popisují nejčastější problémy v rodinném a školním prostředí i mezi vrstevníky. Problémy se, jak je patrné z vyjmenovaných oblastí problémů, týkají především vztahů a každodenních povinností adolescentů. Není se tedy co divit, že v dnešní uspěchané době plné vysokých nároků na jedince a jeho schopnosti, existuje problémů opravdu mnoho.

Ve čtvrté kapitole popisují možné druhy sociální opory adolescentů. Nejprve pojem sociální opora charakterizují a následně rozlišují čtyři oblasti, kde je možné sociální oporu nalézt. Jedná se o sociální oporu v rodině, sociální oporu ve škole, sociální oporu vrstevníků a sociální oporu poskytovanou institucemi. V každé z těchto oblastí je možné nalézt vhodnou osobu, které se můžeme svěřit a očekávat, že nám poradí a pomůže. Důležité je také zmínit význam institucí poskytujících pomoc a rady nejen adolescentům. Jejich práce je velmi důležitá a pro adolescenty potřebná. Nenaleznou-li ve svém okolí nikoho, komu by se mohli svěřit, mohou se na ně s žádostí o pomoc bez obav obrátit. Obrovskou výhodou této pomoci je anonymita a bezplatnost.

Na tuto kapitolu pak navazuje pátá kapitola. Je sice kapitolou poslední, nicméně velmi důležitou. Obsahuje výsledky dotazníkového šetření zaměřeného na zjištění nejčastějších životních problémů současné středoškolské mládeže a také sociální opory, kterou při jejich řešení využívají. Šetření bylo provedeno na dvou různých typech středních škol ve městě Brně - čtyřletém gymnáziu a střední odborné škole. Výsledky dotazníkového šetření celou práci obohacují o pohled samotné středoškolské mládeže, tedy těch, kterých se tato problematika bezprostředně týká.

## **Anotace**

Práce se zabývá velmi aktuálním tématem - životními problémy současné středoškolské mládeže. V teoretické části popisují nejčastější problémy, které současné adolescenty trápí a snažím se odhalit a popsat příčiny těchto problémů. Dále se zaměřuji na možné zdroje sociální opory při řešení těchto problémů. Praktickou část tvoří dotazníkové šetření zaměřené na zjištění nejčastějších životních problémů současných adolescentů a také na sociální oporu, kterou vyhledávají. Nabízí tak pohled na problematiku očima těch, kterých se to nejvíce týká.

**Klíčová slova:** problém, životní problém, středoškolská mládež, adolescent, rodina, škola, vrstevníci, sociální opora, pomoc

## **Annotation**

This diploma thesis deals with a very topical theme – life issues of high school youth. The theoretical part describes the most frequent issues which worry present adolescents and I try to find out and describe the causes of these issues. I also focus on the possible sources of social support in the process of finding solutions to these issues. The practical part is formed by the questionnaire aimed at the most frequent life issues of present high school youth and also aimed at the sources of social support which the youth look for. The questionnaire also offers the look at these issues through the eyes of those concerned.

**Key words:** issue, life issue, high school youth, adolescent, family, school, peers, social support, help

## Seznam literatury

1. BAKOŠOVÁ, Z. *Sociálna pedagogika ako životná pomoc*. 3. vyd. Bratislava: Public Promotion, s. r. o., 2008, 223 s. ISBN 978-80-969944-0-3
2. BAKOŠOVÁ, Z. a kol. *Sociálna pedagogika*. 2. vyd. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo – Mladé letá, s. r. o., 2005, 168 s. ISBN 80-10-00485-5
3. BOURCET, S., GRAVILLONOVÁ, I. *Šikana ve škole, na ulici, doma. Jak bránit své dítě ...* 1. vyd. Praha: Albatros, 2006, 71 s. ISBN 80-00-01552-8
4. FISCHER, S., ŠKODA, J. *Sociální patologie. Analýza příčin a možnosti ovlivňování závažných sociálně patologických jevů*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2009, 224 s. ISBN 978-80-247-2781-3
5. HELUS, Z. *Sociální psychologie pro pedagogy*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2007, 288 s. ISBN 978-80-247-1168-3
6. HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004, 176 s. ISBN 80-7178-927-5
7. CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu. Základy kvantitativního výzkumu*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2007, 272 s. ISBN 978-80-247-1369-4
8. JANOŠOVÁ, P. *Dívčí a chlapecká identita. Vývoj a úskalí*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2008, 288 s. ISBN 978-80-247-2284-9
9. JŮVA, V. et al. *Základy pedagogiky pro doplňující pedagogické studium*. 1. vyd. Brno: Paido, 2001, 118 s. ISBN 80-85931-95-8
10. KOHOUTEK, R. *Pedagogická psychologie*. Brno: Institut mezioborových studií, 2006, 267 s.
11. KOHOUTEK, R. *Vývojová psychologie*. 2. vyd. Brno: Institut mezioborových studií, 2003, 84 s.

12. KRAUS, B. *Sociální aspekty výchovy*. 2. vyd. Hradec Králové: Gaudeamus, 1999, 165 s. ISBN 80-7041-135-X
13. KRAUS, B. *Základy sociální pedagogiky*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008, 216 s. ISBN 978-80-7376-383-3
14. KRAUS, B. et al. *Středoškolská mládež a její svět na přelomu století*. 1 vyd. Brno: Paido, 2006, 156 s. ISBN 80-7315-125-1
15. KRAUS, B., HRONCOVÁ, J. a kol. *Sociální patologie*. 1. vyd. Hradec Králové: Gaudeamus, 2007, 325 s. ISBN 978-80-7041-896-3
16. KRAUS, B., POLÁČKOVÁ V. *Člověk – prostředí – výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. 1. vyd. Brno: Paido, 2001, 199 s. ISBN 80-7315-004-2
17. KREJČOVÁ, L. *Psychologické aspekty vzdělávání dospívajících*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2011, 232 s. ISBN 978-80-247-3474-3
18. KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. 2. vyd. Praha: Portál, 2003, 279 s. ISBN 80-7178-774-4
19. LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ D. *Vývojová psychologie*. 2.vyd. Praha: Grada Publishing, 2007, 368 s. ISBN 80-247-1284-9
20. MARTÍNEK, Z. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2009, 152 s. ISBN 978-80-247-2310-5
21. MATOUŠEK, O. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. 1.vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 1993, 124 s. ISBN 80-901424-7-8
22. MATOUŠEK, O. a kol. *Metody a řízení sociální práce*. 1. vyd. Praha: Portál, 2003, 384 s. ISBN 80-7178-548-2
23. MOŽNÝ, I. *Rodina a společnost*. 1. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství (Slon), 2006, 312 s. ISBN 80-86429-58-X
24. MÜHLPACHR, P. *Sociální patologie*. 1. vyd. – 2. dotisk, Brno: Masarykova univerzita, 2002, 104 s. ISBN 80-210-2511-5

25. NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*. 1. vyd. Praha: Academia, 1995, 342 s. ISBN 80-200-0525-0
26. NELEŠOVSKÁ, A. *Pedagogická komunikace v teorii a praxi*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2005, 172 s. ISBN 80-247-0738-1
27. NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost. Současné poznatky a perspektivy léčby*. 3. vyd. Praha: Portál, 2007, 176 s. ISBN 978-80-7367-267-6
28. NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Alkohol, drogy a vaše děti. Jak problémům předcházet, jak je rozpoznat, jak je zvládat*. 4. vyd. Praha: BESIP, 1997, 128 s. ISBN –
29. PALOVČÍKOVÁ, G. *Sociální psychologie II*. Brno: Institut mezioborových studií, 2009, 146 s.
30. PRŮCHA, J. *Přehled pedagogiky: úvod do studia oboru*. 2. vyd. Praha: Portál, 2006, 272 s. ISBN 80-7178-944-5
31. ŘEHOŘ, A. *Metodické pokyny pro vypracování bakalářské a diplomové práce*. Brno: Institut mezioborových studií, 2009, 44 s.
32. SAK, P. *Proměny české mládeže*. 1. vyd. Praha: Petrklíč, 2000, 291 s. ISBN 80-7229-042-8
33. SAK, P. *Sociální vývoj mládeže*. 1. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1985, 108 s. ISBN -
34. SAK, P., SAKOVÁ, K. *Mládež na křižovatce*. 1. vyd. Praha: Svoboda servis, 2004, 240 s. ISBN 80-86320-33-2
35. SOBOTKOVÁ, I. *Psychologie rodiny*. 2. vyd. Praha: Portál, 2007, 224 s. ISBN 978-80-7367-250-8
36. ŠPATÉNKOVÁ, N. a kol. *Krizová intervence pro praxi*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2004, 200 s. ISBN 80-247-0586-9
37. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie I*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1997, 353 s. ISBN 80-7184-317-2



38. VALIŠOVÁ, A., KASÍKOVÁ, H. a kol. *Pedagogika pro učitele*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2007, 404 s. ISBN 978-80-247-1734-0
39. VODÁČKOVÁ, D. a kol. *Krizová intervence*. 2. vyd. Praha: Portál, 2007, 544 s. ISBN 978-80-7367-342-0
40. VOKURKA, M., HUGO, J. a kol. *Praktický slovník medicíny*. 5. vyd. Praha: Maxdorf, 1998, 490 s. ISBN 80-85800-81-0
41. VÝROST, J., SLAMĚNÍK, I. *Sociální psychologie*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing, 2008, 404 s. ISBN 978-80-247-1428-8
42. <http://www.msmt.cz/dokumenty/metodicky-pokyn-upresnujici-podminky-cinnosti-stredisek-vychovne-pece>; 11. 11. 2011
43. [http://www.streetwork.cz/index.php?option=com\\_content&task=view&id=183](http://www.streetwork.cz/index.php?option=com_content&task=view&id=183); 10. 11. 2011

# **Seznam příloh**

Příloha č. 1 – Dotazník

Příloha č. 2 – Graficky zpracované výsledky dotazníkového šetření

Příloha č. 1

Dotazník

Milí studenti,

prosím vás o upřímné a pravdivé vyplnění tohoto dotazníku. Ráda bych vás upozornila, že dotazník je zcela anonymní a slouží pouze pro účely diplomové práce.

**Postup při vyplňování dotazníku:**

**- celý dotazník si nejprve v klidu pročtete a zamyslete se nad uvedenými otázkami; teprve pak začnete odpovídat**

**- z uvedených možností vždy vyberte pouze jednu odpověď a tu zakroužkujte**

Děkuji za spolupráci.

**Otázka č. 1**

**Jsem**

- a) chlapec
- b) dívka

**Otázka č. 2**

**Studuji 3. ročník**

- a) čtyřletého gymnázia
- b) střední odborné školy

### Otázka č. 3

**Jaké jsou nejčastější problémy, které Tě trápí:**

- a) konflikty s rodiči (neshody, hádky)
- b) konflikty s kamarády
- c) problémy s alkoholem
- d) problémy s jinými návykovými látkami (cigarety, drogy)
- e) problémy ve škole (špatný prospěch, chování)
- f) konflikty s autoritami (učitelé)
- g) nemám žádné problémy
- h) jiné – napiš: .....

### Otázka č. 4

**Více si rozumím:**

- a) se svými rodiči
- b) se svými vrstevníky

### Otázka č. 5

**Se svými rodiči:**

- a) mám bezproblémový vztah (rozumíme si, vzájemně si důvěřujeme)
- b) mám neustálé konflikty (různost názorů, nepochopení)
- c) mám komunikační problémy (neumíme si popovídat, svěřit se)
- d) mám problémový vztah (nemluvíme spolu, mjíme se)

**Otázka č. 6**

**Mám-li nějaký problém, obracím se:**

- a) na své rodiče
- b) na své kamarády
- c) na svého třídního učitele
- d) na výchovného poradce na naší škole
- e) na instituci poskytující pomoc či rady (např. Linka bezpečí)
- f) na někoho jiného – napiš: .....

**Otázka č. 7**

**Znáš nějakou instituci poskytující rady a pomoc adolescentům, kteří mají nějaké problémy?**

- a) ano
- b) ne

Pokud ano, napiš název instituce.....

**Otázka č. 8**

**Pokud budeš mít nějaký problém a nebudeš jej chtít řešit s někým, koho znáš, obrátíš se na nějakou instituci s prosbou o pomoc?**

- a) ano, myslím, že by mi mohly pomoci problém vyřešit
- b) ne, nevěřím, že by mi dokázaly pomoci

Příloha č. 2

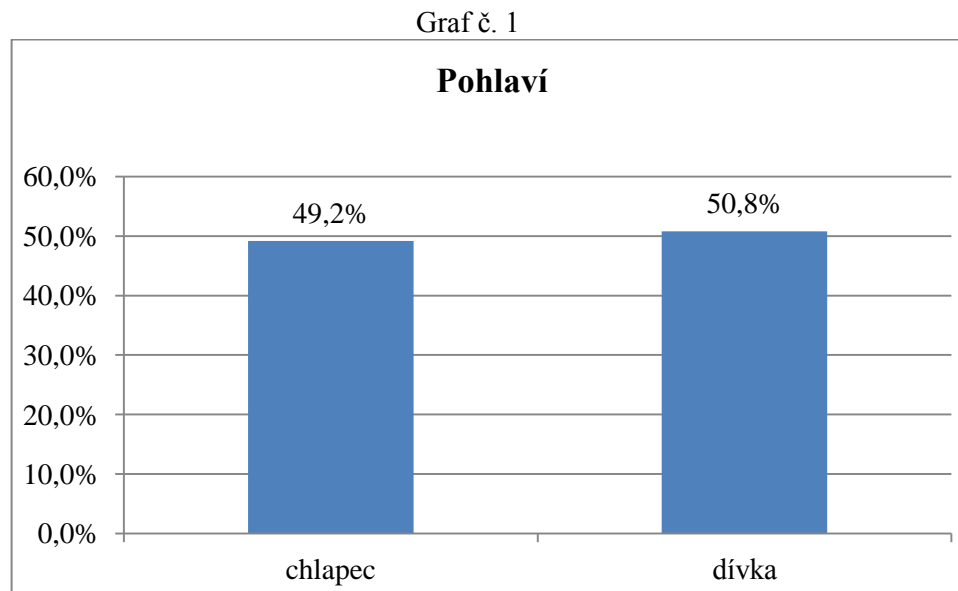
## **Graficky zpracované výsledky dotazníkového šetření**

Grafy dokreslují výsledky dotazníkového šetření zpracované do tabulek. U každého grafu je vždy uvedeno, které otázky se týká. Jedná se o názorné porovnání výsledků získaných z celkového počtu dotazovaných i z hlediska typu školy. Procenta uvedená v grafech se shodují s procenty uvedených v tabulkách.

## H1, H2, H3 – otázka č. 1 – 3

### Otázka č. 1

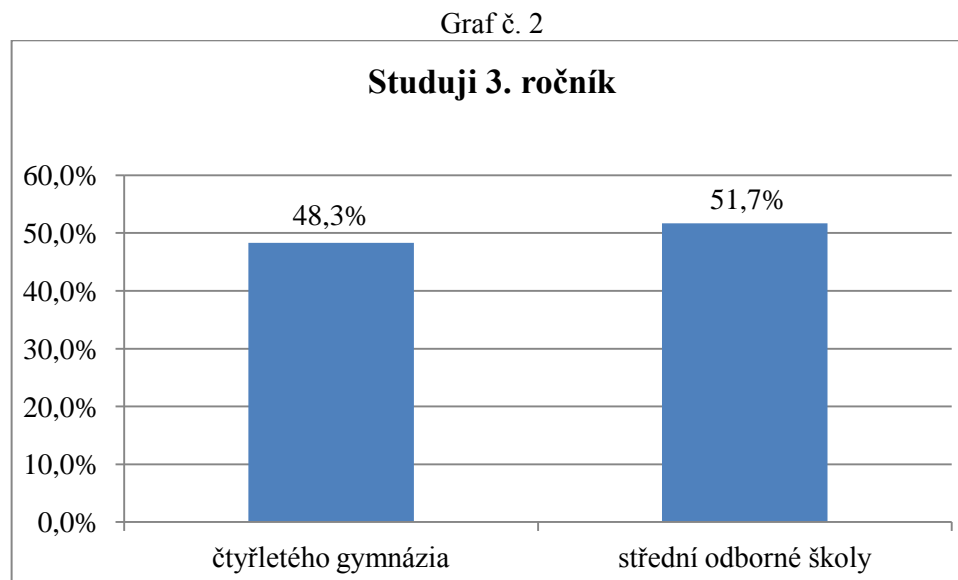
*Jsem:*



Graf znázorňuje, že chlapců účastnících se dotazníkového šetření bylo méně než dívek.

Otázka č. 2

*Studují 3. ročník:*



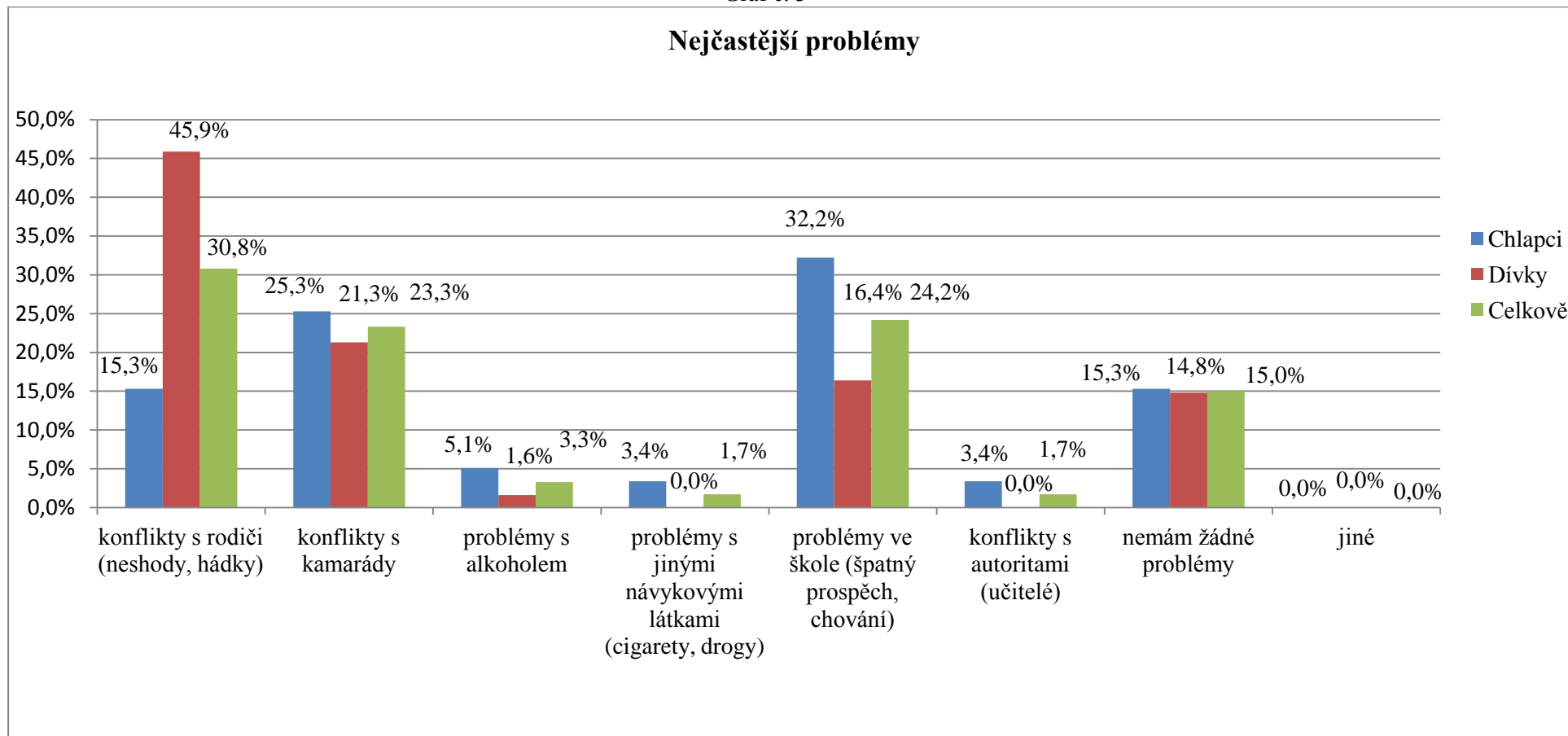
Graf znázorňuje, že studentů střední odborné školy bylo více než studentů gymnázia.



### Otázka č. 3

Jaké jsou nejčastější problémy, které Tě trápí?

Graf č. 3

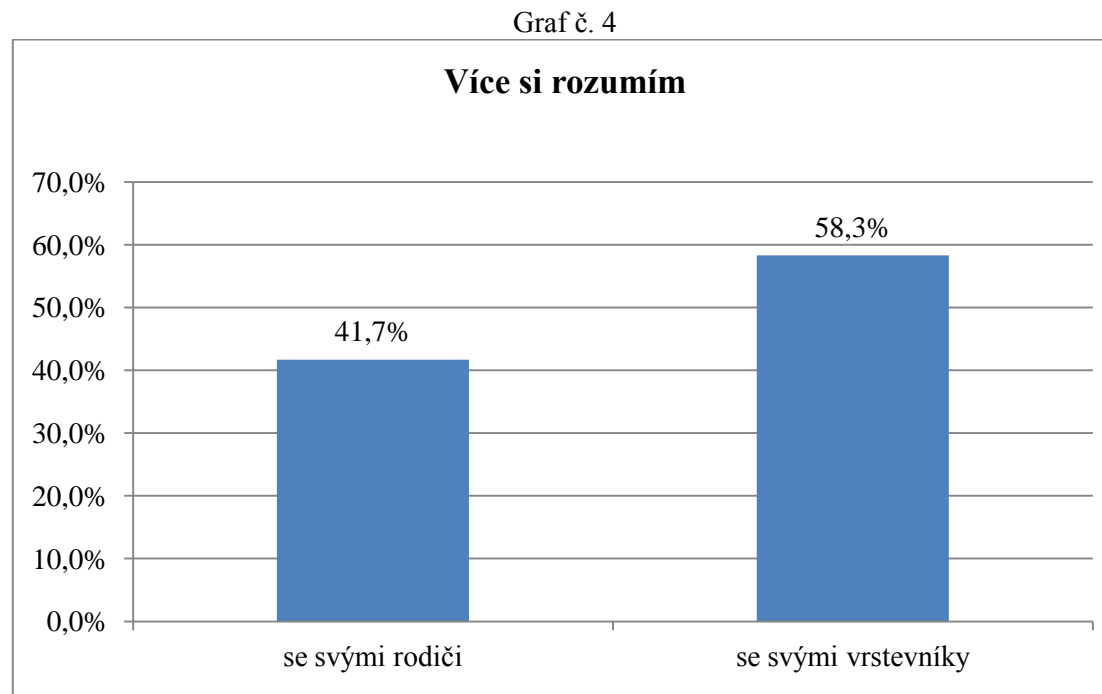


Graf znázorňuje, že nejčastějšími problémy všech dotázaných byly konflikty s rodiči. Nejčastějšími problémy chlapců pak byly problémy ve škole a nejčastějšími problémy dívek byly opět konflikty s rodiči.

#### H4, H5, H6 – otázka č. 4 – 6

##### Otázka č. 4

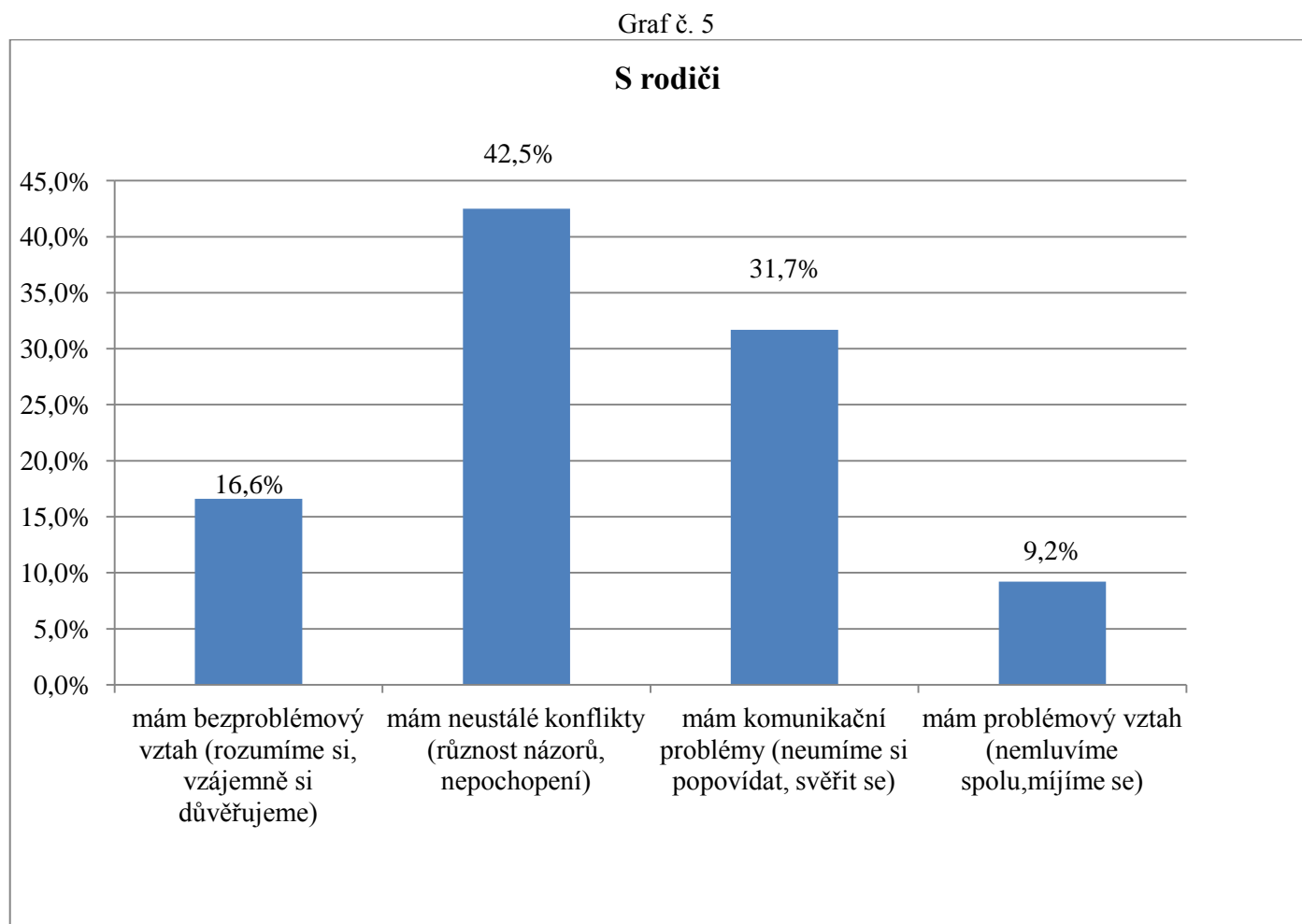
*Více si rozumím:*



Graf znázorňuje, že více než polovina dotázaných adolescentů si více rozumí se svými vrstevníky než se svými rodiči.

Otázka č. 5

*Se svými rodiči:*

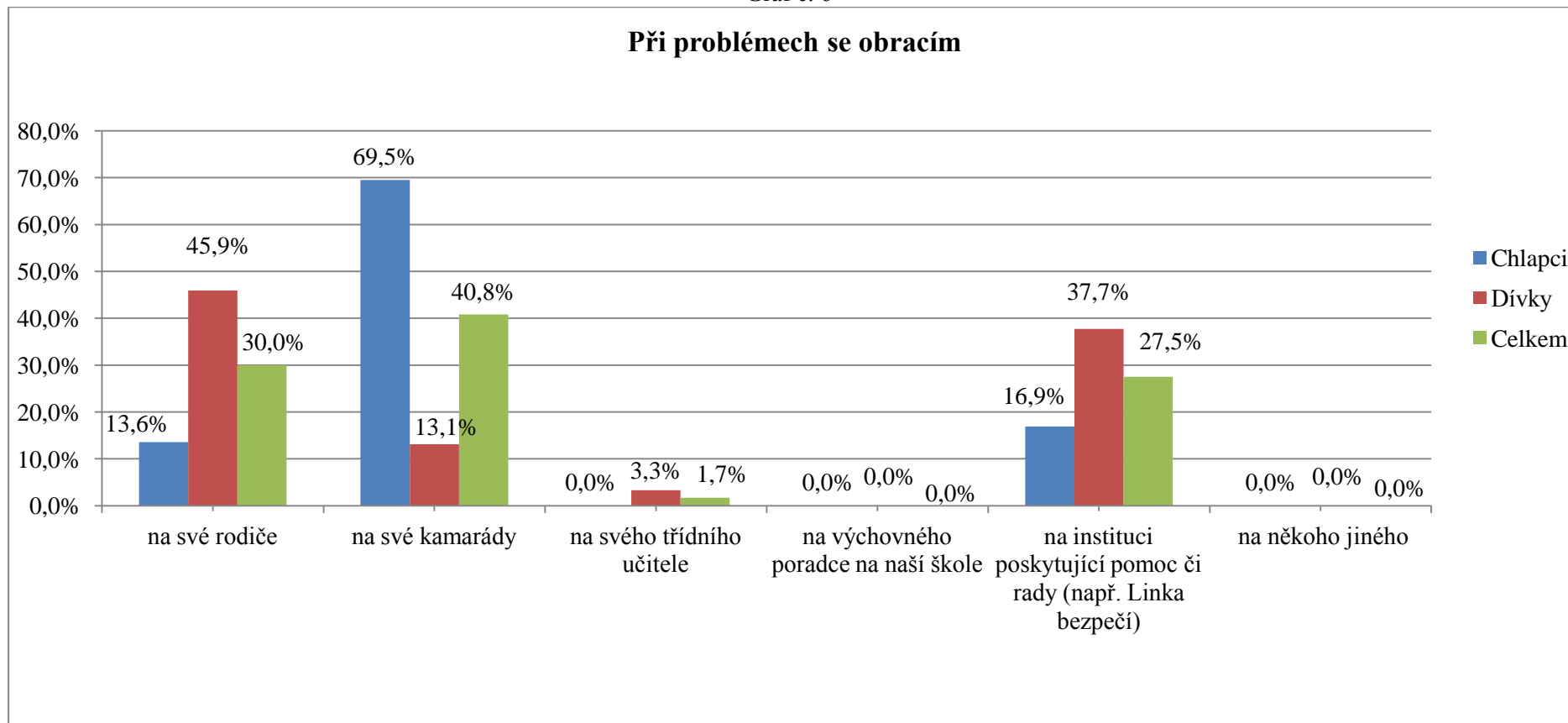


Graf znázorňuje, že většina dotázaných má se svými rodiči neustálé konflikty.

Otázka č. 6

Mám-li nějaký problém, obracím se:

Graf č. 6



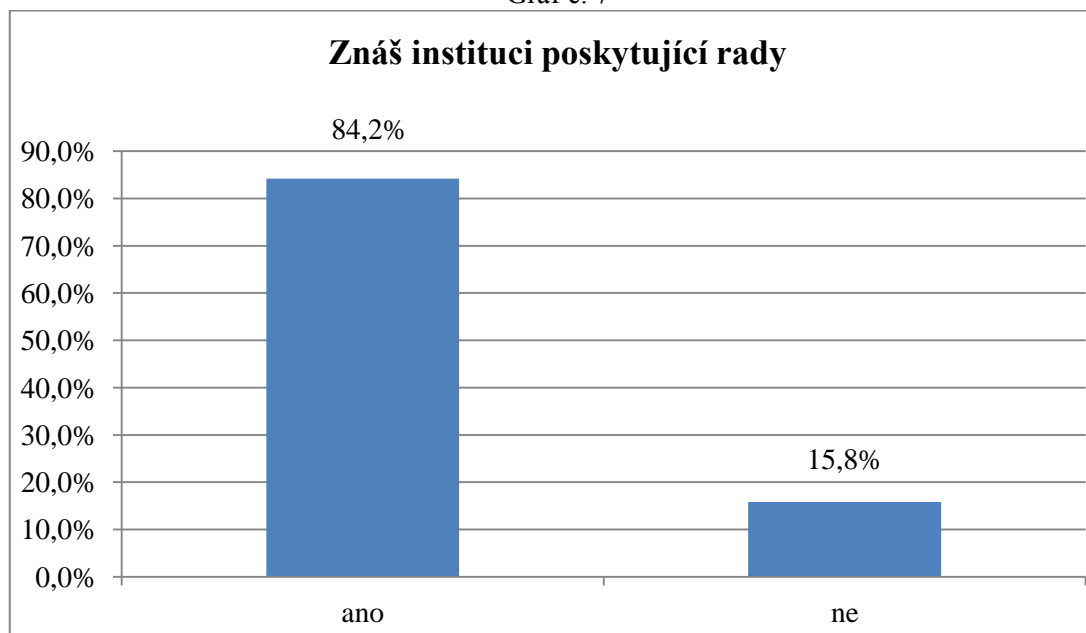
Graf znázorňuje, že mají-li adolescenti nějaký problém, obrací se zpravidla na své kamarády. To jsou výsledky z celkového počtu dotázaných, chlapců i děvčat dohromady. Jedná-li se o chlapce, ti se nejčastěji obracejí též na své kamarády a dívky se na rozdíl od chlapců nejčastěji obrací na své rodiče.

## H6 – otázka č. 7 – 8

### Otázka č. 7

*Znáš nějakou instituci poskytující rady a pomoc adolescentům, kteří mají nějaké problémy?*

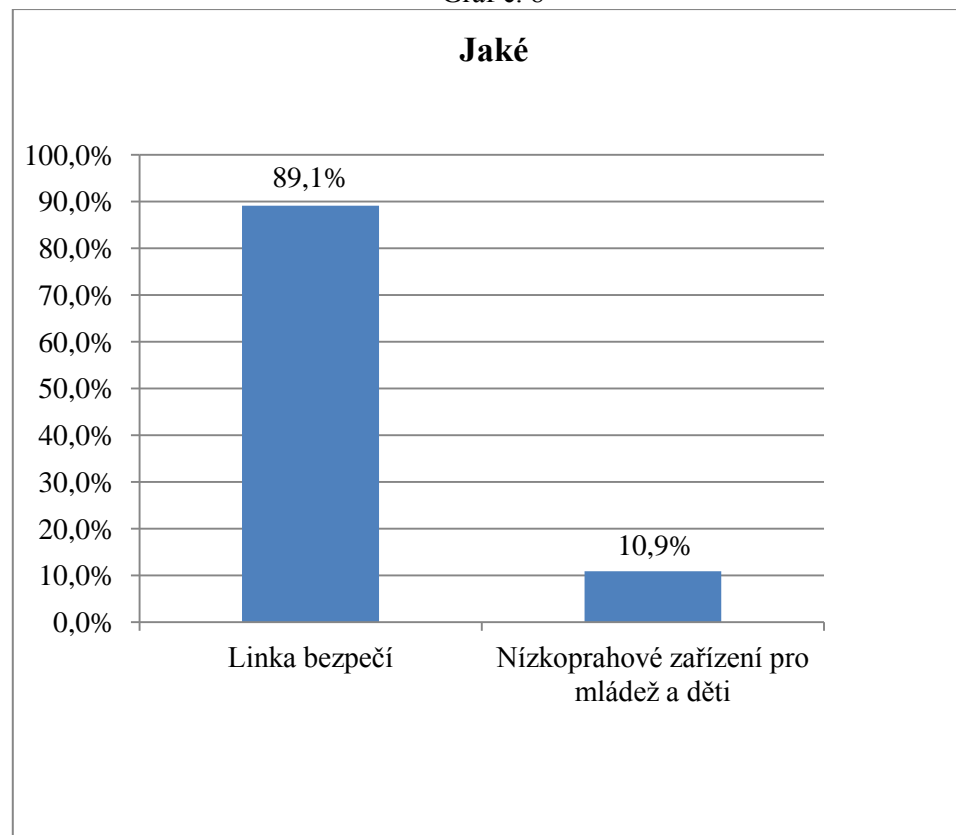
Graf č. 7



Graf znázorňuje, že většina adolescentů instituci poskytující rady zná.

Druh instituce – při odpovědi ano

Graf č. 8

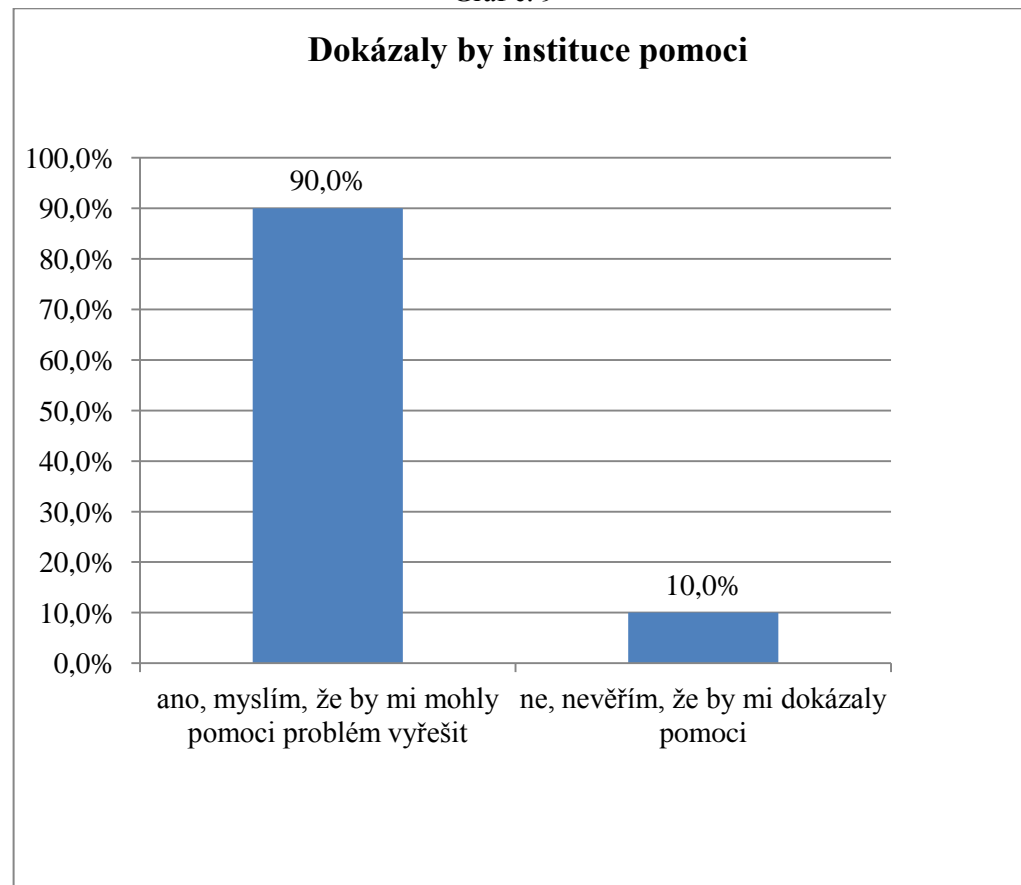


Graf znázorňuje, že většina z dotázaných adolescentů nějakou institucí poskytující pomoc a rady zná. Uvedeny byly hned dva různé druhy institucí. Linka bezpečí byla uváděna nejčastěji. Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež však bylo studenty také zmíněno, i když v poměrně malém procentu odpovědí.

Otázka č. 8

*Pokud budeš mít nějaký problém a nebudeš jej chtít řešit s někým, koho znáš, obrátíš se na nějakou instituci s prosbou o pomoc?*

Graf č. 9



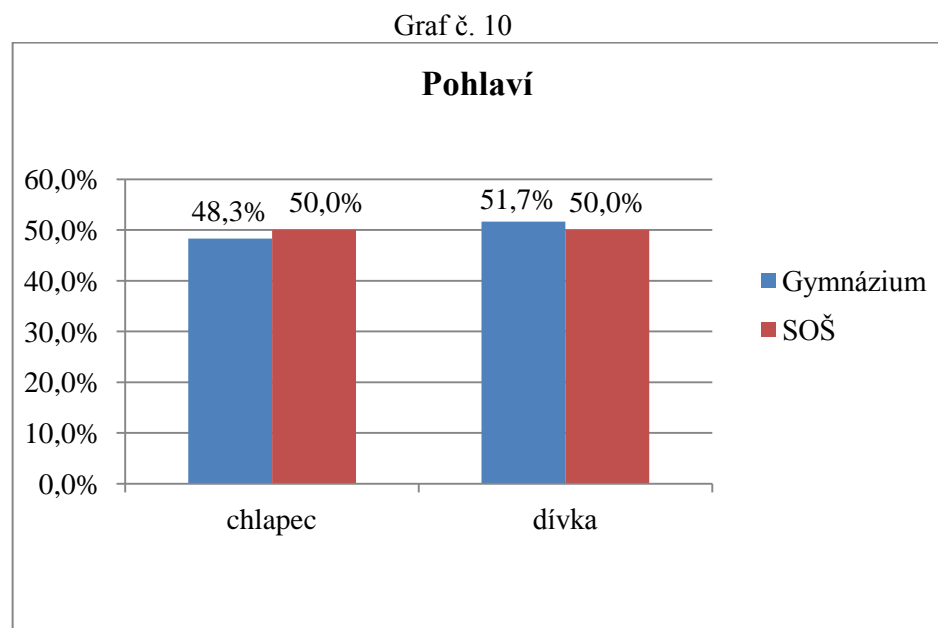
Graf znázorňuje, že většina adolescentů důvěru v instituce poskytující pomoc s rady má.

## Graficky zpracované výsledky dotazníkového šetření z hlediska typu střední školy

Následující grafy názorně zobrazují rozdíly v odpovědích studentů čtyřletého gymnázia a střední odborné školy.

Otázka č. 1 a č. 2

*Jsem a studuji 3. ročník:*



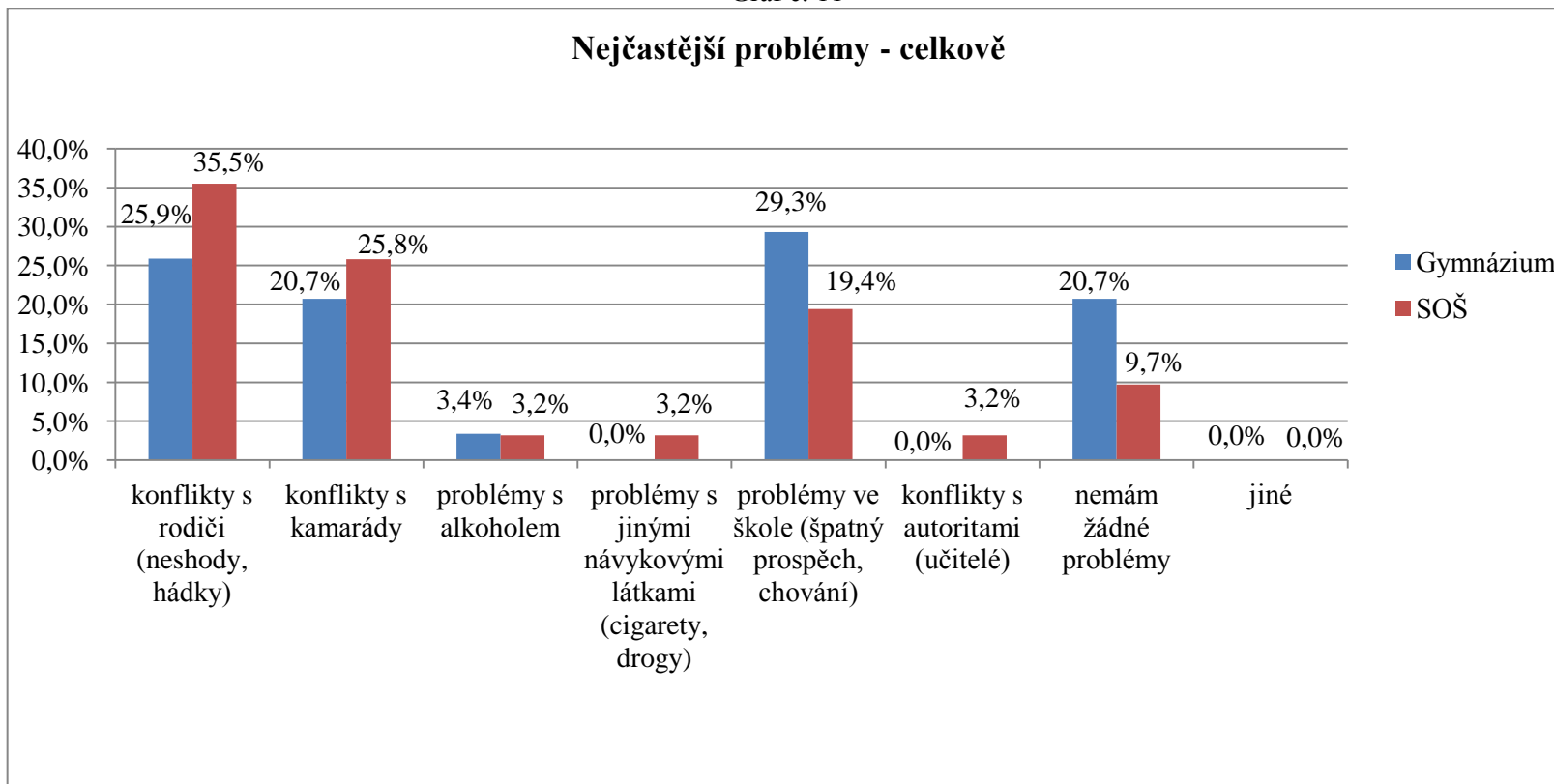
Graf znázorňuje, že chlapců studujících třetí ročník gymnázia bylo méně než chlapců studujících třetí ročník střední odborné školy. Dále graf ukazuje, že oproti tomu dívek studujících třetí ročník gymnázia bylo více než dívek studujících třetí ročník střední odborné školy.



### Otázka č. 3

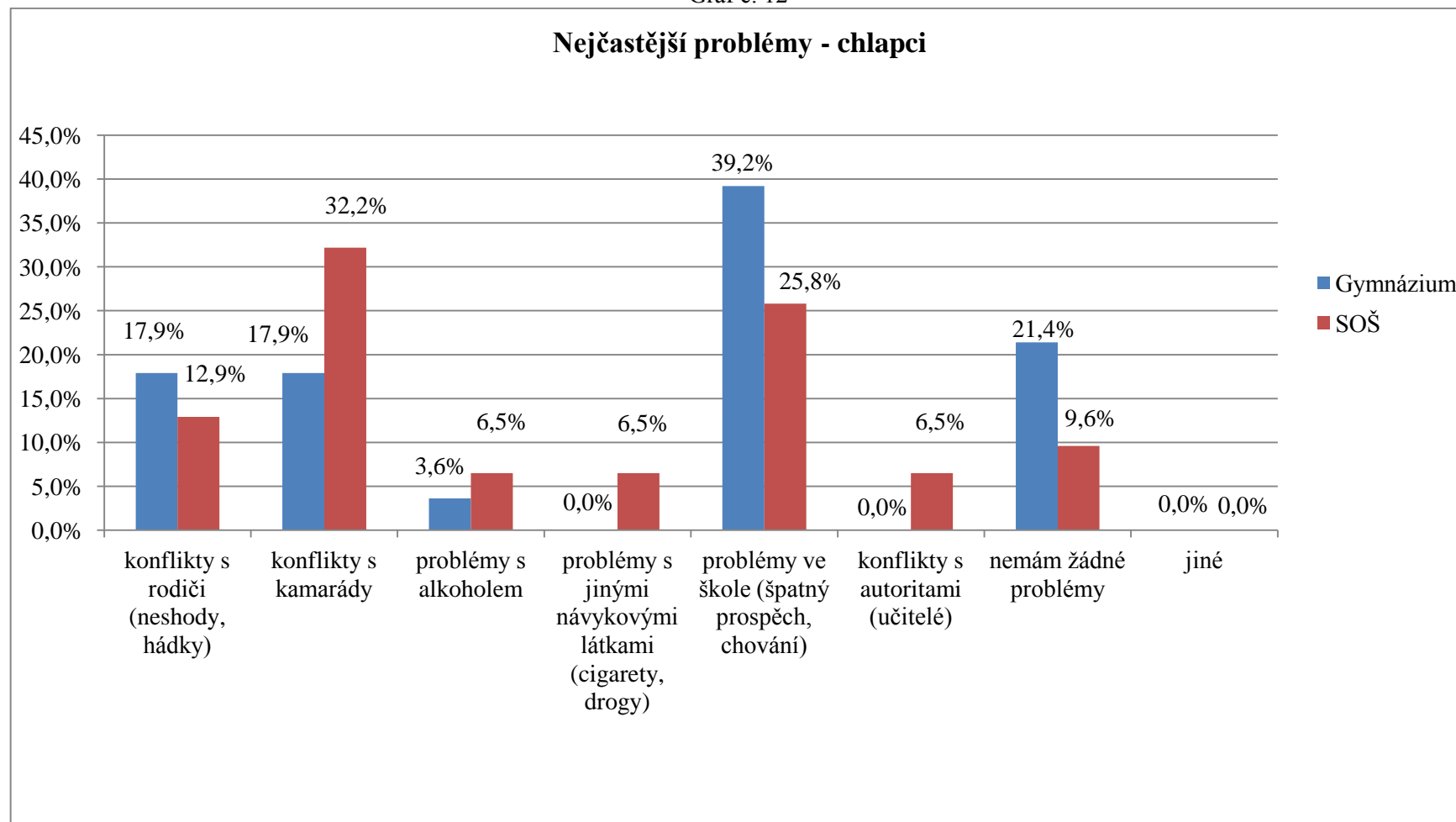
*Jaké jsou nejčastější problémy, které Tě trápí?*

Graf č. 11



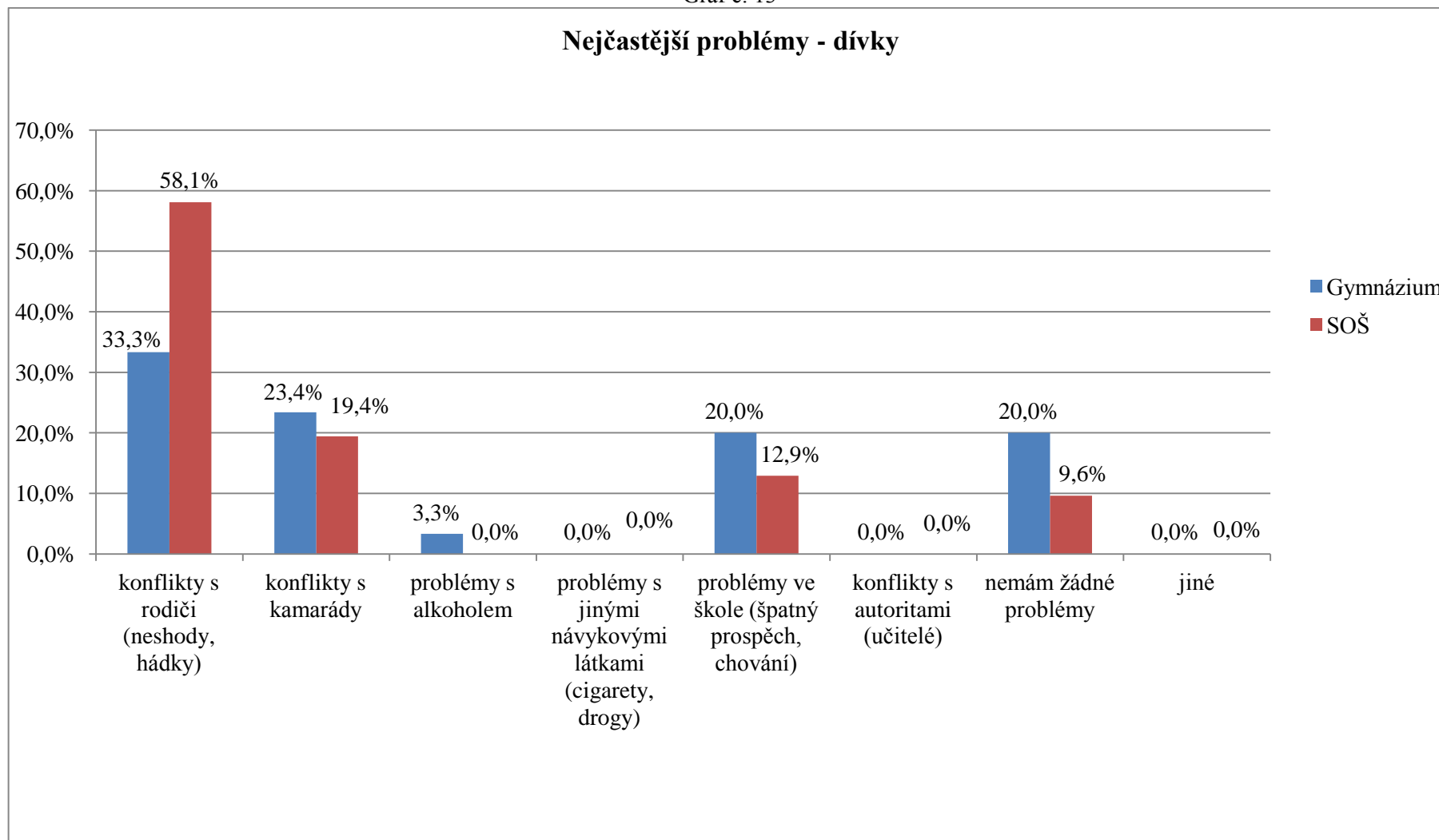
Tento graf znázorňuje, že třemi nejčastějšími problémy studentů gymnázia byly na prvním místě problémy ve škole, dále na místě druhém konflikty s rodiči a na místě třetím uvedli, konflikty s kamarády a zároveň, že žádné problémy nemají. Studenty střední odborné školy nejvíce trápí konflikty s rodiči, dále konflikty s kamarády a problémy ve škole.

Graf č. 12



Tento graf znázorňuje nejčastější problémy chlapců na gymnáziu a střední odborné škole. Zatímco chlapce studující gymnázium nejvíce trápí problémy ve školním prostředí, chlapce studující střední odbornou školu nejvíce trápí konflikty s kamarády.

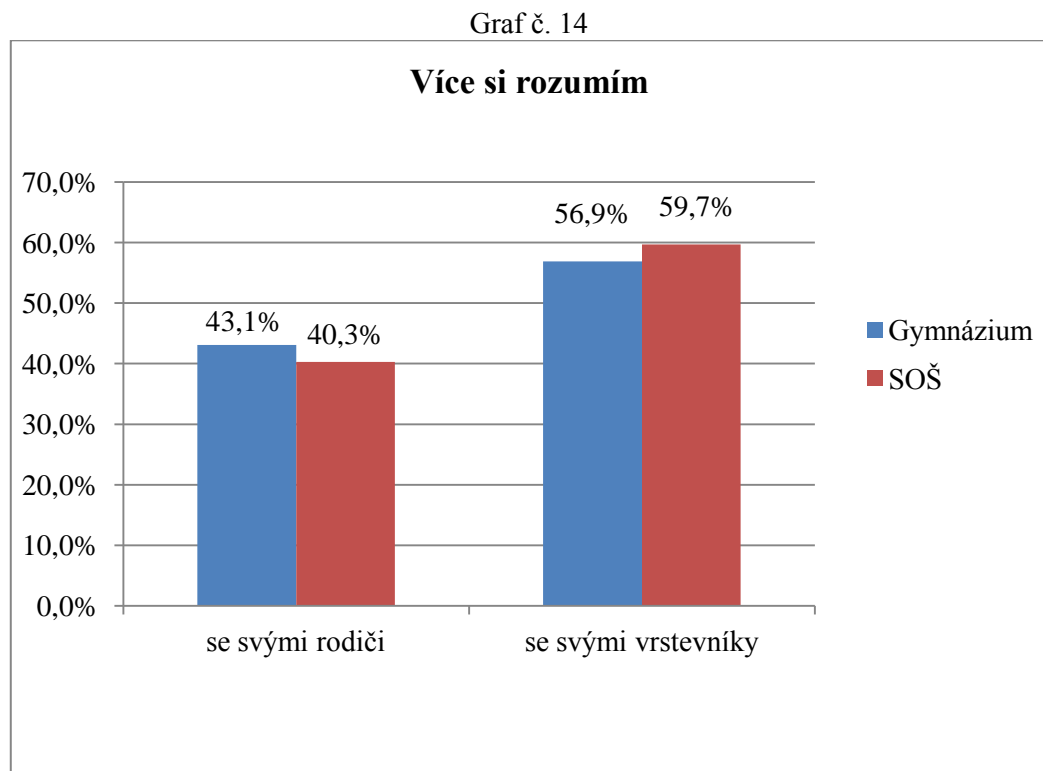
Graf č. 13



Tento graf znázorňuje, že dívky studující gymnázium i střední odbornou školu nejvíce trápí problémy s rodiči.

Otázka č. 4

*Více si rozumím:*

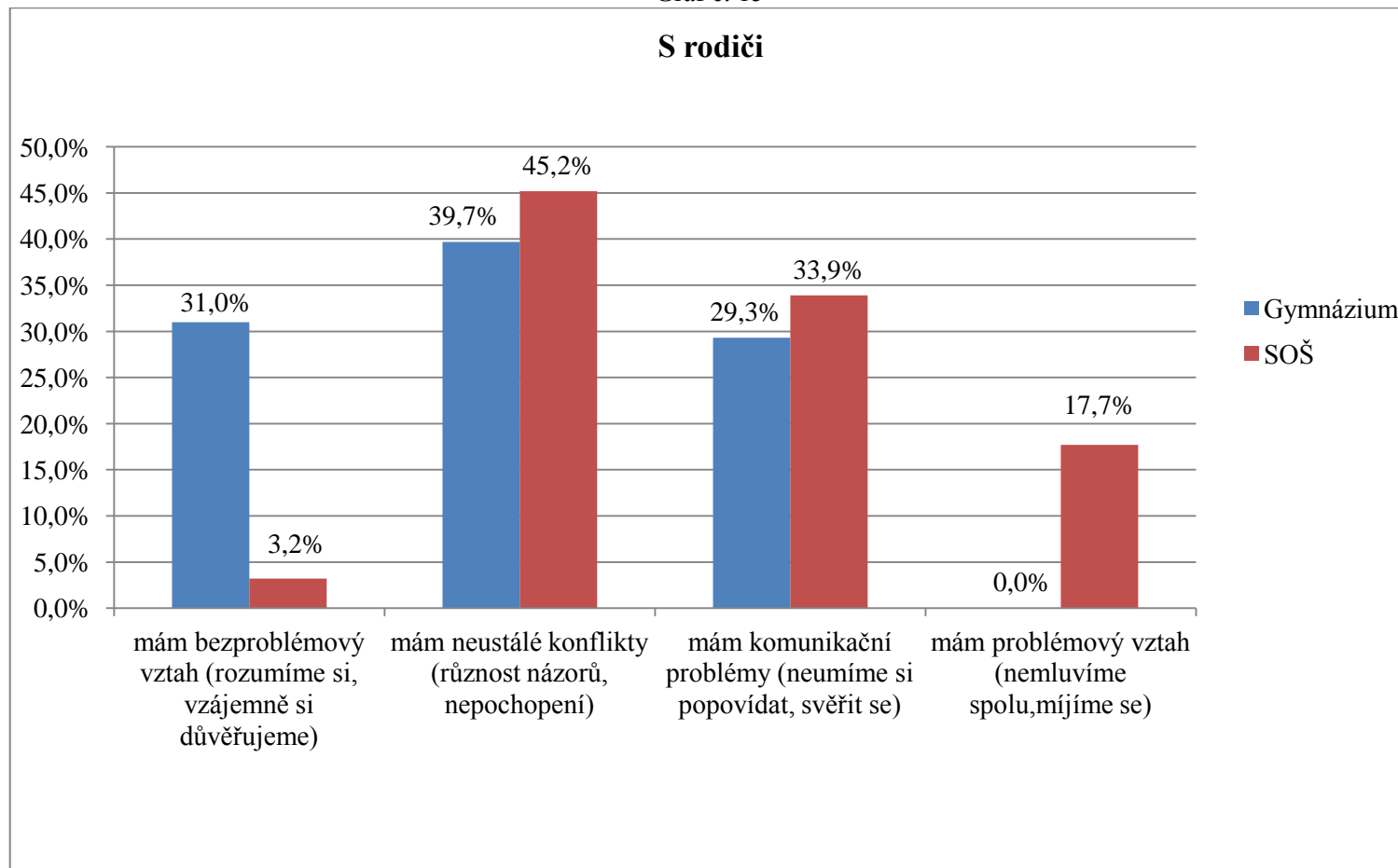


Graf znázorňuje, že studenti gymnázia i střední odborné školy si více rozumí se svými vrstevníky než se svými rodiči.

Otázka č. 5

Se svými rodiči:

Graf č. 15

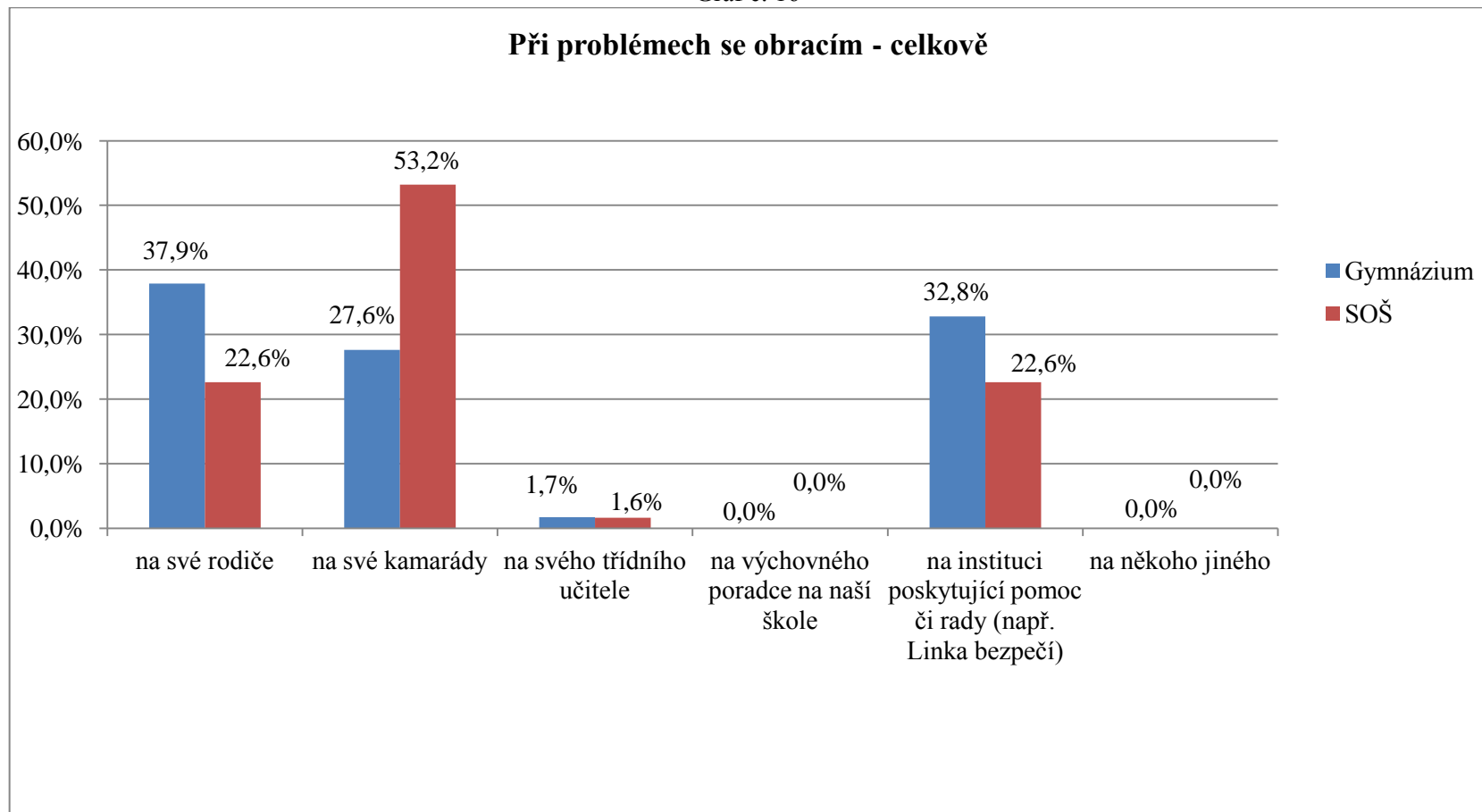


Graf znázorňuje, že většina studentů gymnázia i střední odborné školy si s rodiči nerozumí a mají spolu neustálé konflikty.

Otázka č. 6

Mám-li nějaký problém, obracím se:

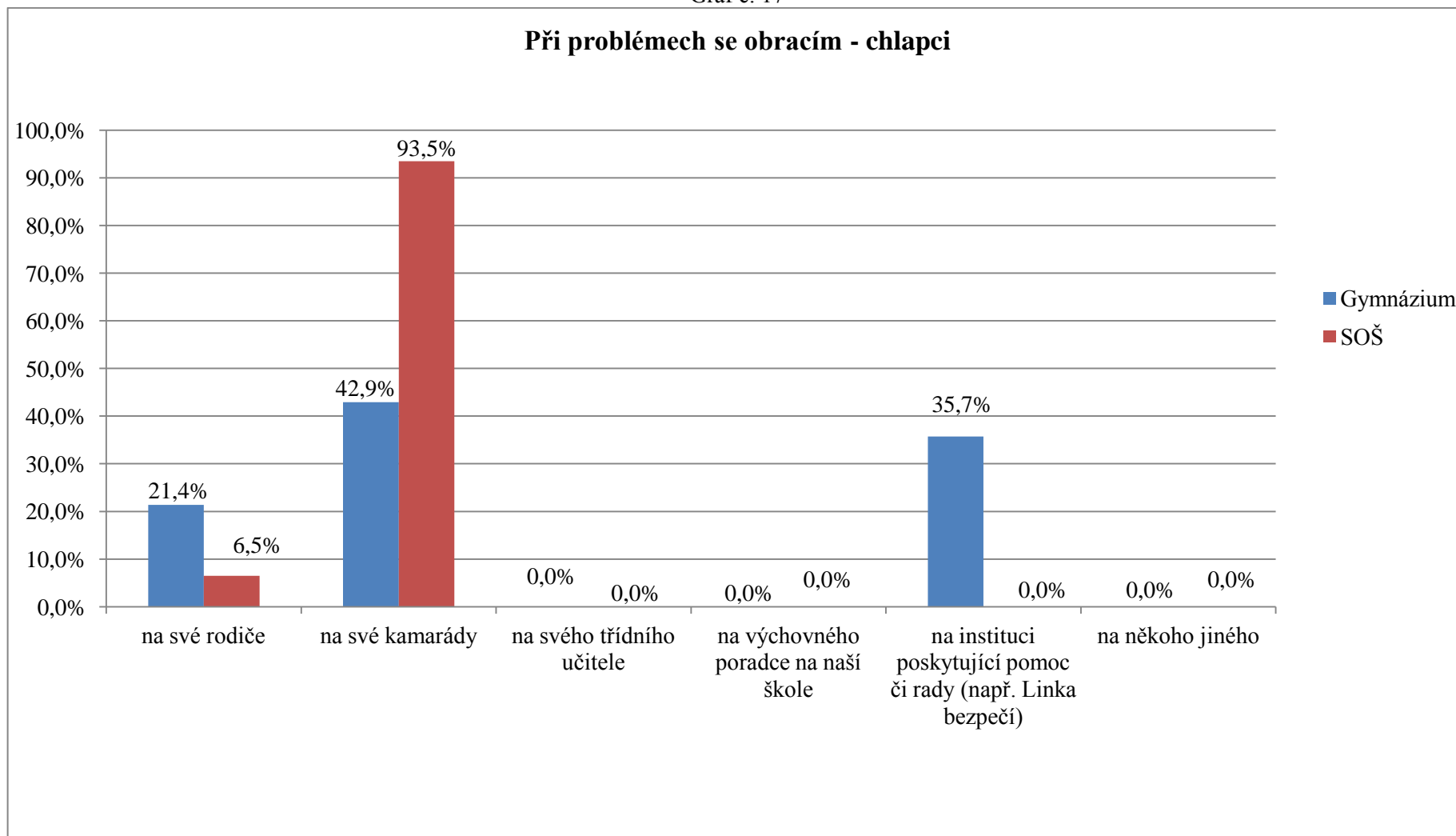
Graf č. 16



Graf znázorňuje, že mají-li studenti gymnázia nějaký problém, obrací se nejčastěji na své rodiče. Oproti tomu studenti střední odborné školy se se svými problémy nejčastěji obrací na své kamarády.

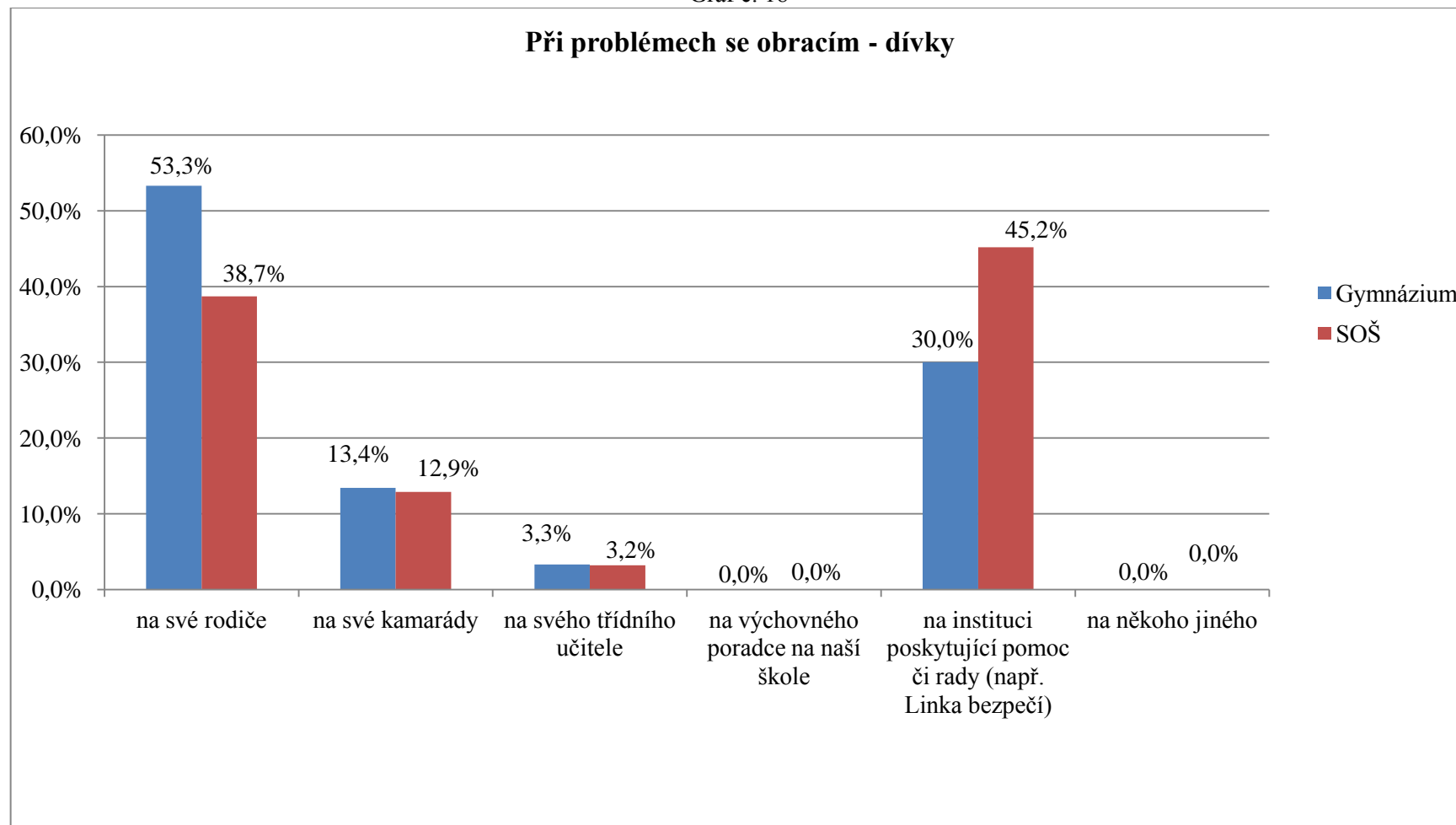
Graf č. 17

**Při problémech se obracím - chlapci**



Tento graf znázorňuje, že chlapci studující gymnázium i střední odbornou školu se se svými problémy obrací nejvíce na své kamarády.

Graf č. 18



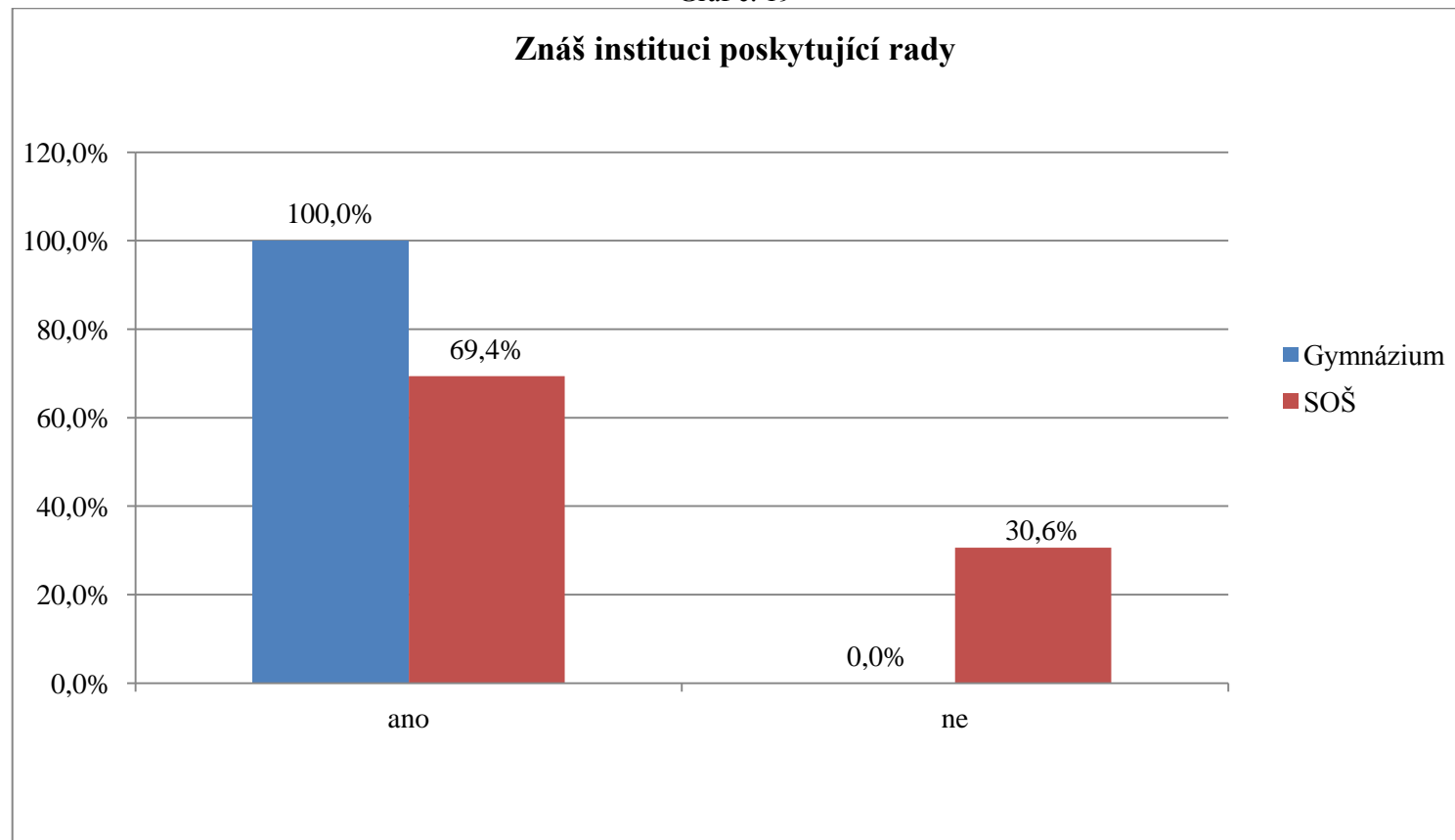
Tento graf znázorňuje, že dívky studující gymnázium se s problémy nejčastěji obrací na své rodiče a dívky studující střední odbornou školu na instituci poskytující pomoc a rady.



Otázka č. 7

*Znáš nějakou instituci poskytující rady a pomoc adolescentům, kteří mají nějaké problémy?*

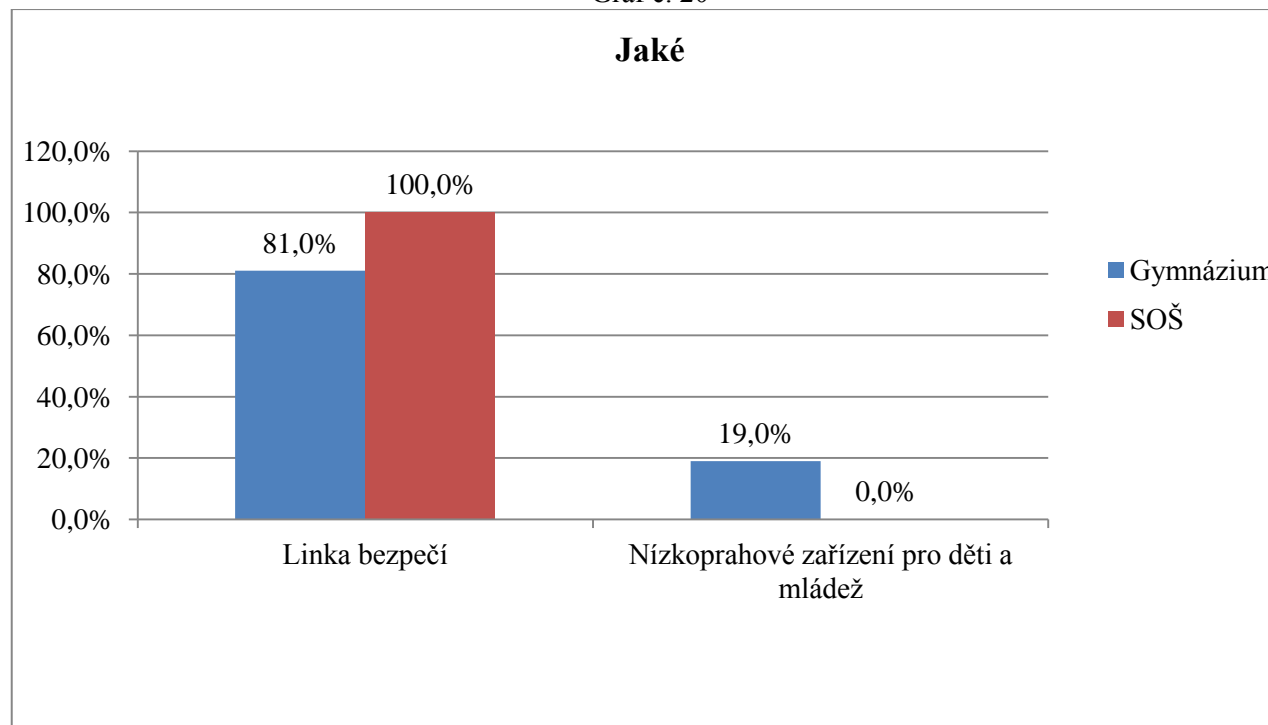
Graf č. 19



Graf znázorňuje, že všichni studenti gymnázia a téměř 70% studentů střední odborné školy zná nějakou instituci poskytující rady adolescentům.

Druh instituce – při odpovědi ano

Graf č. 20

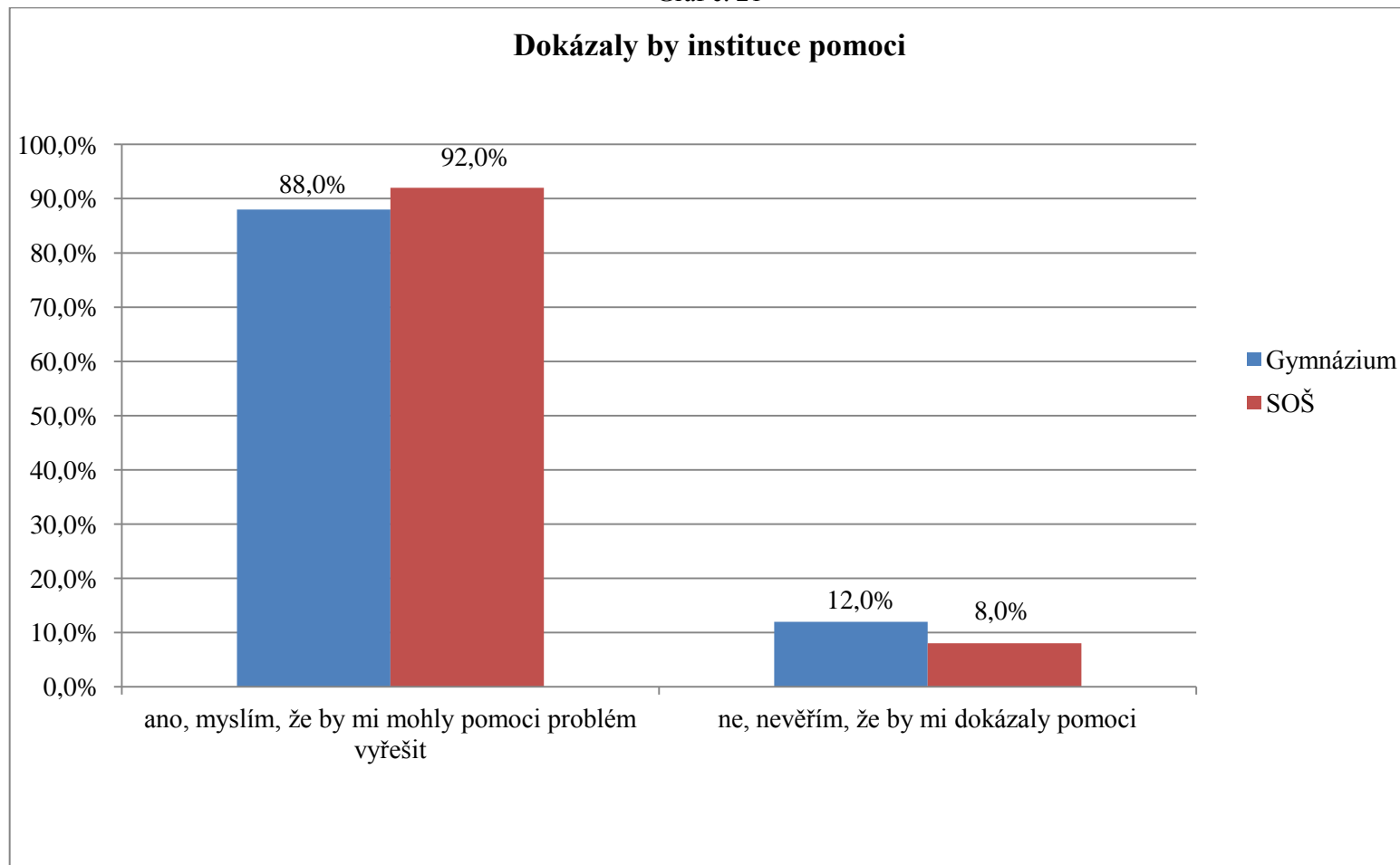


Graf ukazuje, že studenti gymnázia znají hned dvě instituce poskytující rady a pomoc. Linka bezpečí byla v odpovědích studentů gymnázia uváděna nejčastěji. Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež bylo druhou institucí, kterou studenti gymnázia uvedli. Linka bezpečí pak byla i jedinou institucí uváděnou studenty střední odborné školy.

Otázka č. 8

*Pokud budeš mít nějaký problém a nebudeš jej chtít řešit s někým, koho znáš, obrátíš se na nějakou instituci s prosbou o pomoc?*

Graf č. 21



Graf znázorňuje, že většina studentů gymnázia i střední odborné školy by se na instituci s prosbou o radu či pomoc obrátila.