

Schopnost adaptace českých studentů na odlišnou kulturu při dlouhodobém pobytu v zahraničí

Eva Hrabalová

Bakalářská práce
2012



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií
Ústav pedagogických věd
akademický rok: 2011/2012

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Eva HRABALOVÁ**
Osobní číslo: **H09352**
Studijní program: **B 7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Schopnost adaptace českých studentů na odlišnou kulturu při dlouhodobém pobytu v zahraničí**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.
Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti multikulturní kompetence, sociální a interkulturní komunikace.
Příprava metodiky výzkumné části.
Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.

MACEK, Petr. *Adolescence*. Praha: Portál, 2003. 2. upravené vyd. Praha: Portál, 2003, ISBN 80-7178747-7.

MORGENSTERNOVÁ Monika, Lenka ŠULOVÁ a kol.. *Interkulturní psychologie*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 972-80-246-1361-1.

PAULÍK, Karel. *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-2472959-6.

PRŮCHA, Jan. *Interkulturní komunikace*. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-3069-1.

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.

Ústav pedagogických věd


Datum zadání bakalářské práce:

30. listopadu 2011

Termín odevzdání bakalářské práce:

4. května 2012

Ve Zlíně dne 12. ledna 2012


doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.
děkanka




Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 30. 4. 2012

..... Eva Hrabalová

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledků obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užitje-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpirá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užit či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

ABSTRAKT

Práce zjišťuje, zda jsou studenti schopni se adaptovat na odlišnou kulturu při dlouhodobém pobytu v zahraničí. Teoretická část objasňuje výchozí pojmy spojené s problematikou multikulturní společnosti a jedince v interakci s kulturním prostředím.

Praktická část identifikuje a analyzuje determinanty, které mohou úspěšnou adaptaci na odlišnou kulturu ovlivnit.

Klíčová slova: multikulturní společnost, kultura, enkulturace, kulturní šok, adaptace, adolescent, dlouhodobý pobyt v zahraničí

ABSTRACT

Work finds out the student's ability to adapt to a different culture during long stays abroad.

The theoretical section clears up default terms connected with problems of a multicultural society and individual interacts with the cultural environment.

The practical section identifies and analyzes determinants that could influence successful adaptation to a different culture.

Keywords: multicultural society, culture, enculturation, culture shock, adaptation, adolescent, long stay abroad

Chtěla bych poděkovat Mgr. Jakubovi Hladíkovi Ph.D. za odborné vedení, věcné rady a připomínky při zpracování bakalářské práce. Dále bych ráda poděkovala organizaci Rotary za vstřícný přístup a poskytnutí potřebných informací k realizaci výzkumu.

*„Pouze od života se lze naučit životu a žádná pedagogika toto učení nenahradí – jedině tím, že žije, učí se člověk žít. A každý, kdo se narodí, musí s tímto učením začínat od prvo-
počátku.“*

Miguel de Unamuno Jugo

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD.....	10
I TEORETICKÁ ČÁST.....	12
1 MULTIKULTURNÍ SPOLEČNOST	13
1.1 INTERKULTURNÍ KOMPETENCE	14
1.2 INTERKULTURNÍ SENZITIVITA A EMPATIE	15
1.3 INTERKULTURNÍ KOMUNIKACE.....	17
2 JEDINEC A KULTURA.....	19
2.1 JEDINEC A VLASTNÍ KULTURNÍ PROSTŘEDÍ	19
2.1.1 Enkulturační	20
2.1.2 Vliv kultury na formování jedince	20
2.2 STŘET S NOVÝM KULTURNÍM PROSTŘEDÍM.....	21
2.2.1 Kulturní šok.....	21
2.2.2 Vyrovnávání se s novým kulturním prostředím - akulturační.....	23
2.2.3 Osobnost a vnímání cizích kultur.....	25
2.3 ADAPTACE NA ZMĚNU PROSTŘEDÍ	25
2.3.1 Druhy adaptace.....	27
2.3.2 Způsoby adaptace.....	28
2.3.3 Odolnost jako základna adaptačních procesů	28
3 ADOLESCENTI V INTERKULTURNÍ SPOLEČNOSTI	30
3.1 CHARAKTERISTIKA ADOLESCENTŮ	30
3.2 EMOČNÍ PROŽÍVÁNÍ ADOLESCENTŮ	31
3.3 SOCIALIZACE ADOLESCENTŮ	32
3.4 SOCIÁLNÍ KOMUNIKACE ADOLESCENTŮ	33
4 ORGANIZACE ROTARY	34
4.1 ROČNÍ VÝMĚNNÝ POBYT V ZAHRANIČÍ	35
II PRAKTICKÁ ČÁST	39
5 ÚVOD DO EMPIRICKÉ ČÁSTI	40
5.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM	40
5.2 CÍLE VÝZKUMU	40
5.3 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMNÉHO SOUBORU	41
5.4 METODA SBĚRU DAT - DOTAZNÍK	41
5.5 METODA ANALÝZY DAT	42
6 REALIZACE VÝZKUMU	45
6.1 ANALÝZA DAT.....	45
6.1.1 Sebehodnocení adaptace	45
6.1.2 Informovanost	46
6.1.3 Rodinné zázemí.....	47
6.1.4 Jazyková vybavenost.....	47
6.1.5 Osobnost.....	48
6.1.6 Předchozí zkušenost.....	49
6.1.7 Zpracování dat pomocí analýzy rozptylu	50

6.1.8	Grafické zobrazení rozdílů v jednotlivých determinantech u úspěšně a neúspěšně adaptovaných studentů.....	51
6.1.9	Korelace mezi determinanty úspěchu	52
6.2	VYHODNOCENÍ VÝSLEDKŮ	52
6.1	APLIKAČNÍ ROZMĚR	53
ZÁVĚR		55
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY		57
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK		60
SEZNAM TABULEK.....		61
SEZNAM GRAFŮ		62
SEZNAM PŘÍLOH.....		63

ÚVOD

Dnešní doba, charakteristická globalizací, rychlou expanzí, rozvojem nových technologií nebo mezinárodní spoluprací, nám přináší poměrně snadnou dostupnost cestování, a to cestování po celém světě. Máme možnost poznávat odlišné prostředí, rozmanité kultury, jinou mentalitu lidí. Čím dál častěji tuto příležitost využívají především mladí lidé, kteří prahnou po poznání, zkušenostech a nových zážitcích. Ať už se jedná o program Erasmus, který umožňuje studentům vysokých škol studovat semestr v zahraničí, stáže, popř. letní brigády apod. Rozsáhlá je i činnost různých agentur, organizací či společností, které vycestování do zahraničí studentům zprostředkují.

Jednou z charakteristik dnešní generace mladistvých je nebojácnost. Spolu s již zmíněnou touhou po objevování a zažívání něčeho nového, se tak setkáváme se dvěma podstatnými rysy, které jsou velmi zásadní pro rozhodnutí vycestovat do zahraničí. Proto jsou také pobyty podobného charakteru, čím dál častější. Mladí lidé se nebojí riskovat, poznávat, nepoznané a sbírat cenné zkušenosti, možná i proto, že jim chybí právě ty životní zkušenosti, které by je mohly přesvědčit o opaku. Ne každý ale tak obrovské napětí, stres, odlišné prostředí, kulturu a další aspekty, spojené s cestou do zahraničí, dokáže bez nejmenších problémů zvládnout. Z tohoto důvodu mě zajímá, zda existují faktory, které mohou adaptaci studenta na odlišné prostředí ovlivnit, a zda je možné se na přechod z jednoho prostředí do jiného připravit tak, aby adaptace probíhala rychleji a účinněji, či jedná-li se o faktory neovlivnitelné.

Věková kategorie, kterou jsem pro svůj výzkum zvolila, jsou dospívající ve věku 15-19 let. V tomto období dochází především k formování a ucelování osobnosti člověka. Velmi typická je bohatá různorodost v průběhu dospívání, ať už se zaměříme na jakýkoliv aspekt rozvoje osobnosti např. pohlavní dozrávání, socializaci, emoční prožívání. Za zásadní považují především psychické změny v období adolescence. Jedinec v tomto období za sebe přebírá zodpovědnost, osamostatňuje se po všech stránkách. V určitých směrech přestává být závislý na rodičích, ale neustále potřebuje jejich pomoc a podporu.

Myslím si, že zejména pro dospívající může být přizpůsobení se novému prostředí zvláště obtížné. Proto mě zajímala odolnost těchto jedinců, jejich chování v novém, neznámém prostředí, jejich schopnost přizpůsobit se. Jak dokážou přijmout nové úlohy spojené s pobytem v zahraničí. Jak se adaptují v nových rodinách, školách, jak je přijímají ostatní, jako cizince. V jakých oblastech bylo dle jejich názoru nejobtížnější se zorientovat a běžně fungovat.

Cílem práce je prostřednictvím dotazníku získat a následně vyselektovat potřebná data, dále pomocí vhodných statistických metod provést analýzu dat a nakonec interpretovat výsledky výzkumu, tak abych byla schopna na základě provedeného výzkumu objasnit, zda se adolescenti dokážou přizpůsobit odlišnému kulturnímu prostředí při dlouhodobém pobytu v zahraničí.

Teoretická část objasňuje výchozí pojmy spojené s problematikou kultury a jedince v kulturním prostředí. Dále se zaměřuje na charakteristiku adolescentů, kteří reprezentovali výzkumný soubor. Poslední kapitola teoretické části představuje organizaci Rotary, jejímž prostřednictvím se studenti dlouhodobého pobytu v zahraničí zúčastnili.

Praktická část popisuje provedený výzkum, jehož cílem bylo zjistit, zda byli studenti schopni se v cizím prostředí úspěšně adaptovat, a zda určené determinanty adaptace mohly skutečně úspěšnou adaptaci ovlivnit.

Výsledky výzkumu poslouží organizaci Rotary, jako zpětná vazba ze strany studentů, kteří se dlouhodobého pobytu v zahraničí zúčastnili. Na základě výsledků si organizace může ověřit, zda komise vybírá vhodné uchazeče pro roční výměnný pobyt, případně může poukázat na výhody a nedostatky realizovaného programu.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 MULTIKULTURNÍ SPOLEČNOST

Existence velkého počtu etnik a kultur po celém světě zapříčinila vznik multikulturní společnosti. Různorodost národů a etnik, se kterými se dnes můžeme setkat je v dnešní době skutečně značná. Znalost rysů či specifík komunikace příslušníků jednotlivých kultur nám napomůže při vzájemném interkulturním kontaktu.

V práci je třeba rozlišit dva pojmy: multikulturní a interkulturní. Adjektivum multikulturní bude v práci spojováno se společností, pro kterou je charakteristický výskyt mnoha etnik nebo národností. Zatímco adjektivum interkulturní bude užíváno v souvislosti s komunikací, která probíhá mezi jedinci odlišných národností či etnik. A také v souvislosti s kompetencemi, které je třeba si osvojit, abychom pochopili, tolerovali a respektovali odlišnosti jiných etnik a národů, a zároveň byli schopni s těmito etniky a národy vhodně komunikovat. Anglický výraz „intercultural“ znamená „mezi kulturami“ a právě ve smyslu komunikace a kompetencí považuji za účelnější použití adjektiva interkulturní.

Předpona „multi“ ve slově multikulturalismus necharakterizuje pouze větší množství kultur, ale poukazuje na to, že se jedná o kultury rozmanité, různé. Je spojen s existencí různých etnik, národů a jazyků po celém světě. (Sartori, 2005, s. 44)

Za velmi účelné v této souvislosti pokládám vysvětlení multikulturalismu. Multikulturalismus se snaží o pochopení působení dominantní kultury na utváření vlastní identity, na příslušnost ke skupinám a na utváření hodnot. (Vališová, Kasíková, Bureš, 2011, s. 322)

Kulturní pluralita uznává existenci a rovnocennost specifík kultur. Toleruje způsob života jednotlivých společenství (etnik, ras, národů, kmenů), jejich odlišné hodnoty a normy. (Průcha, 2004, s. 46)

Tento teoretický princip bývá označován jako kulturní relativismus. Chápe jednotlivé kultury jako jedinečné sociokulturní systémy, kterým můžeme porozumět pouze na základě jejich vlastních norem, idejí a hodnot. Naopak kulturní etnocentrismus hodnotí, interpretuje a poznává ostatní kulturní systémy a okolní svět z perspektivy vlastního kulturního společenství. (Průcha, 2004, s. 47)

Princip kulturního pluralismu zdůrazňuje ve své publikaci také Šišková (1998, s. 324). Kritéria jako vyspělá/primitivní, nebo lepší/horší považuje za nevhodné a zastává názor, že všechny kultury by měly být chápány jako rovnocenné. Rozmanitost kultur může přinést každému jedinci obohacení.

1.1 Interkulturní kompetence

Dnešní společnost vyžaduje, aby člověk byl schopen disponovat mnohem rozsáhlejšími kompetencemi a schopnostmi než tomu bylo dříve. Různorodá společnost očekává znalost, jak se orientovat a prosadit v multikulturním prostředí. Jedinci k tomu poslouží soubor interkulturních kompetencí. Jako interkulturní kompetence označujeme schopnosti a dovednosti, v nichž se reflektují osobnostní a sociální předpoklady jedince, které mu zajistí přijatelné chování v interkulturní situaci. (Morgensternová, Šulová, Schöl, 2011, s. 79)

Pojmem kompetence se rozumí soubor zkušeností, znalostí, dovedností, postupů a postojů, díky nimž je člověk schopen úspěšně řešit nejrůznější úkoly a životní situace, které zajišťují jeho osobní rozvoj (Hladík, 2010, s. 29).

Jednou ze zásadních charakteristik interkulturních kompetencí je podle Bankse (1996 cit. podle Hladík, 2010, s. 31) transformativnost. Jedná se o přeměnu současného, často nežádoucího vnímání multikulturní reality ve stav žádoucí.

Za nejvýstižnější vysvětlení interkulturních kompetencí považuji níže uvedenou definici:

Jedná se o prohloubení určitých osobnostních rysů např. empatie, sebereflexe, kulturní citlivosti, tolerování odlišností, které vedou k tomu, že se člověk v interkulturní situaci osvědčí. Nemáme na mysli získání kompetencí nových, ale rozvoj stávajících. (Morgensternová, Šulová a kol., 2007, s. 10)

Hladík nahlíží na problematiku interkulturních kompetencí z hlediska pedagogického působení. Za multikulturní kompetence považujeme znalosti, schopnosti, dovednosti a postoje, které si jednotlivci osvojují v procesu multikulturní výchovy. (Hladík, 2007, s. 31)

Podle Morgensternové a Šulové (a kol. 2007, s. 12) využíváme v interkulturní situaci především kompetence kognitivní, afektivní, behaviorální. Určitou situaci nějakým způsobem vnímáme a hodnotíme, prožíváme a nějakým způsobem se chováme. Do těchto reakcí se reflektuje zejména naše výchova, zkušenosti, prožitky a do velké míry je ovlivňuje i kulturní prostředí.

- Kognitivní kompetence - jedná se o schopnosti, znalosti a dovednosti, které utváří naše myšlenkové vybavení. Dále pak způsoby myšlení, způsob zpracování informací, jež je do velké míry ovlivněno hodnotami, tradicemi a normami naší vlastní kultury. Myšlenkové vybavení obsahuje nejen prožitky, zkušenosti, poznatky o sobě samém, ale také o kulturách odlišných. Součástí kognitivních

kompetencí je i schopnost tolerance. Podstatné je, alespoň z části se odprostit od stereotypů a předsudků, které nám usnadňují orientaci v prostředí. Velmi účelné pro rozvoj tolerance je posilování pozitivní postojů a myšlení vůči cizím kulturám, pochopení rozdílů mezi kulturou cizí a vlastní.

- Afektivní kompetence - jsou spojeny s tím, jak danou interkulturní situaci prožíváme. Proto je nezbytné, abychom se v prostředí, ve kterém žijeme, zadaptovali, cítili se dobře po psychické stránce a nebyli v bezprostředním ohrožení. Mezi afektivní kompetence řadíme kulturní senzitivitu a empatii (viz níže).
- Behaviorální kompetence - tyto kompetence jsou nejlépe pozorovatelné a tudíž i nejsnadněji ovlivnitelné. Zahrnují dovednosti, které jedinec využívá při komunikaci a řešení problémů. Jedná se o tyto dovednosti: autenticitu, naslouchání, respekt odlišných pravidel, strategie při řešení problému, správnou interpretaci neverbálních signálů, konfliktní situace. Součástí behaviorálních kompetencí je také respekt ostatních a odlišných.

Interkulturní kompetence se staly předmětem zkoumání během 80. a 90. let 20. století psychologické disciplíny. Z tohoto hlediska jim byla věnována nemalá pozornost. Autorům psychologické literatury šlo především o to, zjistit, které atributy se významně podílejí na utváření těchto kompetencí. Až v polovině 90. let začaly být zjištěné teoretické poznatky této disciplíny uváděny do praxe pro efektivnější práci s příslušníky různých kultur. (Hladík, 2010, s. 34)

1.2 Interkulturní senzitivita a empatie

Pro úspěšnou adaptaci v odlišné kultuře je velmi důležitá schopnost vcítit se do mentality příslušníků této kultury a také pochopit a interpretovat cizí vzorce chování. Svůj velký význam má dynamika tamějších interpersonálních vztahů, a proto chce-li být jedinec, který se ocitl v neznámém prostředí, kulturně senzitivní, je třeba jim porozumět. Velkou úlohu zde sehrává především kulturní senzitivita a empatie. Další z atributů úspěšného pobytu je postupná adaptace, dobrý psychický stav a pocit relativního bezpečí. Kulturní senzitivitu ovlivňují do velké míry naše osobnostní charakteristiky a to především orientace na lidi, vnímavost, otevřenost. Zásadní podíl při adaptaci na odlišnou kulturu má také již zmíněná empatie. (Morgensternová, Šulová, Schöl, 2011, s. 80)

„Kulturní empatií rozumíme schopnost uspořádat zkušenost pomocí konstruktů, které jsou více charakteristické pro cizí kulturu než pro vlastní.“ (Gillnerová, Kebza, Rymeš a kol., 2011, s. 101)

Empatie je obecně chápána jako schopnost vcítit se do potřeb druhého člověka.

V kulturním prostředí má empatie významnou roli především proto, že jejím prostřednictvím můžeme lépe porozumět cizí mentalitě národa, vzorcům chování a interpersonálním vztahům. (Morgensternová, Šulová, 2007, s. 12)

Pro zjištění interkulturní senzitivity se užívá „Dotazník interkulturní senzitivity“ („The Inventory of Cross-cultural Sensitivity, ICCS“), jehož autorem je Cushner. Sleduje míru adaptability a vnímavosti jedince vůči cizí kultuře (Harris, Moran, 1991 cit. podle Morgensternová, Šulová a kol., 2007, s. 84). Předpokladem pro interkulturní senzitivitu je především osobnostní vybavení člověka. Lidé, kteří mají obecně dobrou schopnost adaptability na nové podněty a situace, dokážou snadněji měnit své postoje a jsou méně konzervativní.

Vývojový model interkulturní senzitivity

Na základě pozorování a zaznamenávání zkušeností lidí v interkulturních situacích během výměnných pobytů a interkulturních seminářů vytvořil Benett (2004, cit. podle Morgensternová, Šulová, 2007, s. 85) tzv.: „Vývojový model interkulturní senzitivity“. Jednalo se o dlouhodobé pozorování chování a reakcí v odlišném prostředí, které trvalo několik měsíců, v některých případech až let. Zkoumáním bylo zjištěno, že většina studentů reagovala vůči kulturním rozdílům předvídatelným způsobem. Benettův model je složen ze šesti stupňů, z nichž první tři jsou vnímány jako etnocentrické (viz kapitola multikulturní společnost), zbývající tři jako etnorelativní.

- Popření - počáteční stupeň, kdy jedinec považuje svou kulturu za jedinou a správnou, podvědomě popírá kulturní rozdíly a udržuje si fyzický i psychický odstup.
- Obrana - jedinec zastává odmítavý postoj vůči novému prostředí. Typické bývají projevy stereotypů a diskriminace. Dokonce může dojít i ke zvratu, kdy stereotypizace může být namířena proti kultuře vlastní a jedinec se naopak identifikuje s cizí kulturou.
- Minimalizace - tato fáze je založena na principu rovnosti, jež má za cíl vyhnout se kulturním rozdílům.

- Přijetí - kulturní rozmanitost je jedincem akceptována. Jedná se o první fázi etnorelativismu.
- Adaptace - k adaptaci dochází po intenzivnějším kontaktu s cizím prostředím. Člověk má snahu hodnotit a posuzovat prostředí na základě hodnot a měřítek té dané kultury, stává se tak kulturně empatickým.
- Integrace - zásadní fáze pro dlouhodobý pobyt v odlišném prostředí. Jedinec je schopen přijmout identitu nové kultury. Může dokonce dojít ke ztrátě vlastní původní identity.

1.3 Interkulturní komunikace

Interkulturní komunikací máme na mysli ten způsob komunikace, jehož účastníky jsou příslušníci různých kultur. Charakteristické jsou rozdílné komunikační styly, chování a vnímání jednotlivých aktérů během interkulturní komunikace. Vzájemný kontakt mezi příslušníky rozdílných kultur může zapříčinit nejistotu, zmatenost a to především proto, že jedinec nemusí správně porozumět jazykovým výrazům, či neverbálním signálům, a tudíž je mnohem obtížnější než v monokulturní komunikaci. (Morgensternová, Šulová a Schöll, 2011, s. 69)

Nejvýstižnější definici interkulturní komunikace formuluje Průcha (2010, s. 55):

„Interkulturní komunikace je termín, označující procesy interakce a sdělování, probíhající v nejrůznějších typech situací, při níž jsou komunikujícími partnery příslušníci jazykově, nebo kulturně odlišných etnik, národů, rasových či náboženských společenství. Tato komunikace je determinována specifíčnostmi jazyků, kultur, mentalit a hodnotových systémů.“

Danou problematikou se na teoretické úrovni zabývá také Lehmannová (1999, s. 21). Interkulturní komunikaci považuje za komunikaci mezi subjekty, jež náleží k rozdílným kulturním systémům. Efektivní komunikační proces může vzniknout pouze tehdy, nedochází-li ke zkreslení informací na základě rozmanitosti kulturních systémů. Podstatou daného typu komunikace je, že jedinci vstupují do komunikačního procesu s odlišným vnímáním a hodnocením reality, které je determinováno kulturou jejich vlastní.

Interkulturní komunikace stále ještě není ustáleným výrazem v české literatuře. Někteří autoři tak hovoří o „komunikaci mezi kulturami“ nebo o „mezikulturní komunikaci“. Právě překlad anglického označení „intercultural communication“ s sebou nese řadu ekvivalentů

v českém jazyce. Z důvodu intenzivnějších mezinárodních styků, význam interkulturní komunikace neustále roste a stává se subjektem intenzivního zájmu zkoumání. (Průcha, 2010, s. 17)

Komunikace dvou jedinců jakožto příslušníků různých kultur může způsobit následující pocity:

- Nejistota - tento pocit nemusí být zcela uvědomělý. Nejistotu jedinec zažívá při poznávání, oťukávání druhého, kdy oba účastníci vstupují do vzájemného kontaktu s nevyjasněnými očekáváními. Často se setkáváme s tendencí nejistotu maskovat, ať už arogantním, či sebejistým chováním. Každý své vnitřní pocity projevuje odlišným způsobem chování.
- Nesoulad (kognitivní disonance) - je založen na rozdílu mezi vlastním postojem a chováním.
- Nedůvěra - jedná se dlouhodobé nepochopení si v komunikaci. Na základě nesouladu v komunikaci je vytvořena bariéra pro další kontakt.
- Nepřátelství - extrémní projev nedůvěry vůči jedinci. Je odmítán politický systém, dané země, kulturní hodnoty, systém školství atd.

(Morgensternová, Šulová, Schöll, 2011, s. 70)

2 JEDINEC A KULTURA

Termín kultura má více významů, pochází z latiny a původně je spojen s obděláváním půdy. Západní jazyky používají označení kultura pro civilizaci, ale také pro zdokonalení myšlení, zvláště pokud se jedná o vzdělanost a literaturu. Mezi antropology a sociology je rozšířeno pojetí kultury jako software mysli. (Hofstede, 2006, s. 12)

Berry (et al., 2002, cit. podle Průcha, 2004, s. 46) charakterizuje kultury jako výsledky minulého jednání lidí a zároveň usměrňovatele chování budoucího. Na jedné straně lidé kulturu utvářejí a na straně druhé jsou jí ovlivňováni.

Interkulturní psychologie považuje kulturu určitého společenství za zvyklosti, symboly, komunikační normy a jazykové rituály, sdílené hodnotové systémy, předávané zkušenosti, zachovávaná tabu. (Průcha, 2004, s. 45)

Kultura může označovat tradici, konkrétní zvyklosti jednotlivých národů, z jiného pohledu se také může jednat o náboženskou, etnickou či jazykovou identitu (Sartori, 2005, s. 44).

S jinou formulací kultury se setkáváme u Hofstede (2006, s. 13), který považuje kulturu za mentální programování. V průběhu raného dětství si každý jedinec podle něj osvojí většinu vzorců myšlení, cítění a potencionálu pro jednání. Právě tyto vzorce jednání, cítění a myšlení označuje Hofstede jako software mysli. Ve většině situací člověk na základě těchto mentálních programů reaguje. Zdroje programování nacházíme především v sociálním prostředí jedince. Samotný mentální program je označován jako kultura.

Hofstede formuluje kulturu takto:

Kultura je jevem kolektivním, protože ji vždy z části sdílí lidé, jež žili, nebo žijí v stejném společenském prostředí, kde si ji osvojili. Daná kultura je také obsažena v nepsaných pravidlech sociálního ovlivňování. Není vrozená, ale učíme se ji v průběhu celého života. Ovlivňuje ji především sociální prostředí, ne geny. (Hofstede, 2006, s. 14)

2.1 Jedinec a vlastní kulturní prostředí

Podle Průchy (2010, s. 33) je osobnost jedince, jako člena různých sociálních skupin, do určité míry ovlivněna kulturou každé této sociální skupiny a je tedy velmi individuální. Hodnotami a normami rodiny, vrstevnické skupiny, náboženské orientace. Pouze národní kultura je vrstva kultury, společná pro všechny příslušníky určitého národa. Pokud hovo-

říme o tom, že si jedinec osvojuje kulturu, osvojuje si ji především prostřednictvím kulturních vzorců.

Kulturní vzorce jsou určitými schémata pro jednání, které je závazné pro danou kulturu a jedinec, jako člen této společnosti, je dodržuje. Téměř všechny jsou permanentního charakteru a prostřednictvím výchovy a socializace jsou předávány z generace na generaci v procesu transmise kultury. Kulturní vzorce mají podobu zákonů, obyčejů, mravů a tabu. Jsou to schémata chování, které užívají příslušníci určité kultury ve standardních situacích. (Soukup, 2000 cit. podle Průcha 2010, s. 47)

Petruska a Vodáková (2006, s. 1420-1421) chápou vzorce jako soubor projevů chování, hodnot, norem, charakteristických pro danou společnost. Členové této společnosti ho přijímají, napodobují a zároveň je reprodukován v kulturních výtvorech a stabilizován ve zvycích a obyčejích.

2.1.1 Enkulturation

Příslušnost k určité kultuře jedinec získává prostřednictvím procesu enkulturation, kdy si v průběhu svého života osvojuje hodnoty, normy a vzorce určité kultury. Socializace člověka probíhá již od raného dětství a je ovlivňována velkým množstvím faktorů. Jedním z nich je sociokulturní kontext, který je zastoupen kulturními charakteristikami. Morgensternová (2007, s. 35) hovoří o enkulturaci jako o osvojování si norem, hodnot, vzorců, chování dané kultury během života jedince.

Špirudová (2006, s. 36), která se zabývá problematikou multikulturního ošetřovatelství, chápe enkulturaci jako začlenění jedince do nové kultury. Jedná se o proces, jehož prostřednictvím přijímáme určitou kulturu s jejími charakteristickými znaky, hodnotami, normami a vzorci chování.

Výrost ve své publikaci uvádí definici enkulturation podle Mesárošové (Mesárošová, 2004 cit. podle Výrost, Slaměník, 2008, s. 58). Poměrně výstižná definice charakterizuje enkulturaci jako osvojování si kultury dané společnosti v průběhu života.

2.1.2 Vliv kultury na formování jedince

Kultura se do jisté míry podílí na formování lidské identity. Právě zmíněnému vztahu mezi identitou a kulturou je zejména v psychologii věnována značná pozornost. Jedinec si

od narození postupně osvojuje vzorce chování typické pro společnost, ve které žije a pod-

léhá tak kulturně podmíněným interpretacím. Zároveň si vytváří kulturní identitu, kterou si zpočátku jako dítě neuvědomuje, až v období mladšího školního věku začíná chápat, že je příslušníkem národní kultury. Ta je formována především ze strany rodičů, kdy dítěti předávají veškerou svoji kulturní zkušenost a zajišťují tak stabilitu kulturního systému. Proto jsou rodiče považováni za nositele kulturní identity. (Gillnerová, Kebza, Rymeš a kol., 2011, s. 97)

S tímto názorem na kulturní identitu se ztotožňuje i Morgensternová a Šulová (a kol. 2007, s. 35). Jako příslušníci dané kultury sdílíme společné sociální a kulturní charakteristiky s určitou skupinou lidí. Vědomí společného sdílení kulturních prvků označujeme jako kulturní identitu. Příslušnost k národní kultuře si často uvědomujeme již v mladším školním věku, kdy dochází k prvním kontaktům a setkáním s osobami s odlišnými vnějšími znaky např. barva kůže či nesrozumitelná řeč. Pro utváření tolerance je zásadní, aby dítě bylo již od raného věku s různými odlišnostmi konfrontováno.

Pokud jedinec pobývá delší dobu v cizím kulturním prostředí, dochází ke změně jeho chování tak, aby se přizpůsobil novým etnickým podmínkám. Touto změnou je také částečně ovlivněna i identita člověka, ale je pouze dočasná, neboť po návratu do vlasti se člověk navrácí ke svým přirozeným vzorcům chování. (Allport in Gillnerová, Kebza, Rymeš a kol., 2011, s. 98)

2.2 Střet s novým kulturním prostředím

V dnešní době stále častěji dochází ke kontaktům a setkávání odlišných kultur v soukromé či profesní oblasti života jedince. Dochází tak k prolínání vlastních kulturních hodnot s hodnotami kultury odlišné. Zásadní je, jak je jedinec schopen se s touto konfrontací vyrovnat.

2.2.1 Kulturní šok

Prvotní fází při konfrontaci dvou odlišných kulturních systémů je kulturní šok.

„Kulturní šok je psychologická dezorientace způsobená špatným porozuměním, nebo úplným neporozuměním vzorců cizí kultury. Vzniká nedostatkem znalostí, omezenou zkušeností a osobní rigiditou.“ (Harris, Moran 1991, cit. podle Gillnerová, Kebza, Rymeš a kol., 2011, s. 98)

„Termín „kulturní šok“ užívají antropologové k popsání pocitů dezorientace a stresu, jež zakoušejí lidé vstupující do neznámého kulturního prostředí. Je zejména způsoben nečekanými nebo překvapujícími zjištěními, která jsou vyvolána kontaktem s cizí, neznámou kulturou.“ (Ivanová, Špirudová, Kutnohorská, 2005, s. 30)

Někteří autoři namísto kulturního šoku užívají termín akulturační stres, neboť je tak lépe charakterizována zátěž, kterou člověk při střetu s jinou kulturou prožívá. Jedinec má tak možnost se s novým prostředím vyrovnat pozitivně, zatímco pojem šok můžeme chápat s částečně patologickým podtextem. (Morgensternová, Šulová, a kol., 2007 s. 88)

Podle Morgensternové, Šulové (a kol., 2007 s. 88) akulturační stres člověk prožívá na úrovni individuální, ale také na skupinové. Prožívání akulturačního stresu na individuální úrovni je charakteristické pocity strachu, deprese, dezorientace. Při nedobrovolném pobytu se mohou dokonce vyskytovat psychosomatické potíže, v některých případech dochází k sociální izolaci, případně k nepřátelským postojům k vlastní kultuře. Akulturační stres na úrovni skupinové se projevuje ztrátou porozumění mechanismům, na které je zvyklý.

Gillnerová, Kebza, Rymeš (a kol., 2011, s. 98) popisují kulturní šok jako proces, který můžeme charakterizovat jednotlivými fázemi:

1. fáze - líbánky
2. fáze - kulturní šok
3. fáze - postupné přizpůsobování
4. fáze - adaptace
5. fáze - šok z návratu

Bezprostředně po příjezdu do cizí kultury jsou reakce na nové podněty velmi pozitivní. Převládá nadšení a očekávání. Poté dochází ke změně a ve druhé fázi se začínají objevovat příznaky kulturního šoku. Třetí fáze je charakteristická postupným přijímáním odlišných kulturních vzorců a efektivnější komunikací s cizí kulturou. S adaptací, a tudíž s přijímáním nové kultury se všemi jejími klady i zápory, se ideálně setkáváme ve čtvrté fázi. Po návratu jedinec prožívá pátou, poslední fázi. Pro splnění úspěšné adaptace se musí člověk v novém prostředí cítit psychicky dobře a nijak neohrožen.

Intenzita akulturačního stresu závisí na individuálních schopnostech, životní zkušenosti a odlišnostech domácí a cizí kultury (Furnham, Bochner 1986 cit. podle Gillnerová, Kebza, Rymeš a kol., 2011, s. 98).

Morgensternová a Šulová (a kol., 2007, s. 89) uvádí, že u některých jedinců k akulturačnímu stresu vůbec nedojde. Mezi faktory, které ovlivňují délku a intenzitu kulturního šoku, řadíme faktory osobnostní a situační. Situačním faktorem je myšlena především rozdílnost domácí a cizí kultury. Jedinec, který je adaptativní, tolerantní a flexibilní, bude při adaptaci úspěšnější. Spouštěče stresu, tzv. stresory, mohou být vnímány určitou skupinou lidí spíše jako výzva či příležitost, zatímco u jiných jedinců stres spouští. Může dojít i k situaci, kdy velmi rigidní jedinec se nedokáže zadaptovat a cizí kulturu zcela odmítne. Projevy kulturního šoku mohou být následující: strach, dezorientace, deprese, deprivace či psychosomatické problémy.

2.2.2 Vyrovnávání se s novým kulturním prostředím - akulturace

Průcha (2010, s. 55) tvrdí, že přítomnost a délka trvání symptomů kulturního šoku závisí na vnějších i vnitřních faktorech a zároveň na délce pobytu. Trvá-li kontakt s hostitelskou kulturou delší čas, dochází k procesu změn - akulturaci. (Průcha, 2010, s. 55)

„Akulturace je přejímání prvků jedné kultury příslušníky jiné kultury, které se uskutečňuje prostřednictvím komunikace.“ (Průcha, 2010 s. 55)

K procesu akulturace dochází při dlouhodobém kontaktu dvou nebo více kultur. Při této konfrontaci dochází k mnoha biologickým a psychologickým procesům. Jedinec na počátku prožívá tzv. kulturní šok. Naše vědomí obsahuje určitý hodnotový systém, do jisté míry určován kulturou, který jsme si osvojili v období dětství a během života se pro nás tyto základní hodnoty stávají tak samozřejmými, až si je zcela neuvědomujeme. (Průcha, 2004, s. 49)

Morgensternová a Šulová (a kol., 2007, s. 84) uvádí, že při dlouhodobém pobytu v odlišné kultuře na nás, jako na návštěvníky, působí jiný kulturní systém, odlišné hodnoty, vzorce chování a záleží pouze na jedinci, jak je schopen se s tímto stavem vyrovnat. Zásadní je především pohled jedince na změnu prostředí. Pokud budeme nové prostředí vnímat jako něco, co nás může v osobnostním rozvoji posunout, než jako reálné ohrožení naší integrity, bude pro nás přizpůsobení se novému prostředí snazší.

Pokud se chce člověk v novém prostředí orientovat, bude mít snahu přijímat rituály a symboly typické pro danou společnost, ale není schopen pochopit hodnoty, na kterých jsou založeny. Jeho psychický stav se navrácí do období dětství, kdy se musí znovu vše naučit. Změny pocitů, které takový jedinec zažívá během pobytu v cizím prostředí, můžeme popsat prostřednictvím akulturační křivky. Rozlišujeme 4 fáze. V první fázi jedinec prožívá nadšení, euforii a vzrušení z objevování nového. Druhá fáze je charakteristická prožitím kulturního šoku. Člověk se musí během pobytu naučit základní hodnoty příslušného kulturního systému. Čím rychleji je schopen toho dosáhnout, tím snadněji se v novém prostředí zorientuje. Obvykle se dostaví pocity rozhořčení, bezmoci a nepřátelství k novému prostředí. Ve třetí fázi hovoříme o akulturaci, tedy o procesu, kdy se jedinec začlení do nové společnosti, sžívá se s novými podmínkami a přijímá typické hodnoty. Ve čtvrté fázi dojde k ustálení stavu. Tento stav může mít různou podobu. Ve srovnání s domovem negativní, pozitivní, nebo stejně dobrý. (Gillnerová, Kebza, Rymeš a kol., 2011, s. 99)

Definice akulturace z pohledu etnologie:

Akulturace je proces, kdy dochází ke kulturním změnám dlouhodobým stykem dvou či více kultur. Akulturace zahrnuje jak přejímání určitých prvků z odlišné kultury, tak jejich odmítání, vylučování nebo jejich přetváření. (Brouček in Průcha, 2010, s. 55)

Akulturace probíhá u každého jedince individuálně, specifickým způsobem. Berry (a kol., 2002 cit. podle Gillnerová, Kebza, Rymeš a kol., 2011, s. 100) rozlišuje tyto akulturační strategie:

- Asimilace - pokud zvolíme jako akulturační strategii asimilaci, usilujeme o splynutí s kulturou hostitelskou na úkor toho, že potlačujeme kulturu vlastní.
- Separace – snaha o co největší izolaci od kultury hostitelské země a zachování kultury vlastní.
- Marginalizace - jedinec se vyrovnává s novým prostředím takovým způsobem, že se neztotožní ani s jednou kulturou a je neschopen přisoudit hodnotu jedné z kultur.
- Integrace - je považována za nejúspěšnější akulturační strategii, kdy je hostitelská kultura považována za podstatnou a je jí přisuzována hodnota, ale zároveň je do jisté míry udržována kultura vlastní.

2.2.3 Osobnost a vnímání cizích kultur

V psychologické disciplíně se setkáváme s tzv. osobnostními modely, které nám pomáhají vysvětlit chování člověka v určité situaci. Stejně tak pokud dojde ke změně kulturního prostředí, každý jedinec může reagovat odlišným způsobem. Zvolený typ jednání je ovlivněn především životními zkušenostmi, postoji a osobnostním vybavením. Bochner (1982, cit. podle Gillnerová, Kebza, Rymeš a kol., 2011, s. 100) uvádí tyto osobnostní typy:

- Asimilační typ - postupně odmítá normy a hodnoty kultury původní a bez problémů přijímá kulturu cizí, ve většině případů tak dochází ke ztrátě vlastní kulturní identity.
- Kontrastní typ - více se hodnotově přiklání k původní kultuře, neakceptuje odlišnosti cizí kultury a klade tak důraz na rozdíly mezi kulturou vlastní a cizí.
- Hraniční typ - přikládá význam oběma kulturám, často se ale neidentifikuje ani s jednou.
- Syntézní typ - nejvhodnější typ reakce na vnímání cizí kultury, kdy dochází ke spojení jak kultury vlastní tak původní.

Tento model vysvětluje důsledky reakcí u jednotlivých osobnostních typů. Úplné přijetí nové kultury může zapříčinit ztrátu původní identity či sebedegradaci. Naopak nadměrné lpění a zdůrazňování kultury vlastní může vyústit až v nacionalismus či rasismus. Pokud člověk nepřijme kulturu vlastní ani hostitelskou, vede to ke zmatení identity. K zachování kultur a do jisté míry také k osobnímu růstu může dojít pouze tehdy, pokud si jedinec zvolí jako akulturační strategii integraci. V tomto pohledu se Bochner shoduje s Berrym a označuje integraci za nejlepší způsob reakce při střetu dvou kultur. (Bochner, 1982, cit. podle Gillnerová, Kebza, Rymeš a kol., 2011, s. 100)

2.3 Adaptační na změnu prostředí

Během dlouhodobého historického vývoje se často setkáváme se společnostmi, které vedly kočovný styl života. Neustále se stěhovaly a cestovaly z místa na místo. Naopak dnešní dobu charakterizuje spíše klidnější a umírněnější styl života a změna lokality není tak žádanou. Především z tohoto důvodu ztrácí člověk vlastní adaptační pružnost, nutnou k rychlému přizpůsobení se a zabydlení v jiné krajině. Díky dostupnosti a rozmanitosti dopravních prostředků v dnešní době, je nám poměrně snadno umožněno okamžitě se ocitnout na odlehlých místech země. Důležitým atributem pro pobyt v cizí zemi je rychlá

adaptace na změnu prostředí, která nám zajistí snadnější proniknutí do dané kultury a zanechá v nás hlubší vzpomínky a zkušenost. (Šípek, 2001, s. 133)

Adaptace je schopnost, vyrovnávat se s požadavky a nároky určitého prostředí, které jsou na nás, jakožto na živé organismy kladeny a zároveň se jedná o schopnost organismu udržovat homeostázu (vnitřní prostředí). Tento proces je běžnou součástí lidského života, ale také velmi podstatnou podmínkou přežití. Přírozenou součástí adaptace je vyhledávání nových způsobů chování a využívání již dříve osvědčených adaptačních mechanismů. Lidský adaptační proces má několik funkcí a to především: zhodnocení situace, výběr a aplikace způsobu vyrovnávání se souvisejícími nároky, následné vyhodnocení postupu a jeho změny. (Paulík, 2010, s. 11)

Podle Šípka chápeme adaptaci jako změnu obvyklého, očekávaného způsobu chování, prožívání a myšlení a zároveň tak částečné vytváření nové identity (Šípek, 2001, s. 133).

Na problematiku adaptace nahlíží Šípek (2001, s. 134) z hlediska geopsychologie, tedy psychologie cestování. Tvrdí, že adaptace je rychlejší a úspěšnější, pokud se sami aktivně seznamujeme s novým prostředím, programem, stylem života, kulturou, tudíž se přímo vystavujeme nové situaci. Z psychologického hlediska se jedná o tzv. expozici, neboli vystavení se. Expozice je uznávaný postup v psychoterapii při léčbě fobií, kdy se předpokládá, že vystavováním se subjektu, který fobii způsobuje, se strach zmenší či případně vymizí úplně. Na adaptaci se můžeme do jisté míry také připravit ještě před prvotním kontaktem s cizím prostředím.

Z biologického hlediska se setkáváme s níže uvedenou definicí adaptace:

„Adaptace jsou biologicky výhodné fyziologické změny organismů, vedoucí k zachování homeostatické rovnováhy za různých podmínek.“ (Jánský, 1979, s. 9)

Podle Jánského vyžaduje adaptace ke svému uskutečnění dobu několika dnů až týdnů. Adaptace jsou reakcemi, jež způsobuje kontinuální nebo přerušovaný podnět, a jejichž důsledkem dochází k přestavbě fyziologických funkcí. Vedle jednoduchých chemických dějů, zahrnují také komplexní změny chování individuí i celých společenstev. Vzájemná závislost všech funkcí organismu vyvolá mimo hlavní mechanismus adaptace i druhotné změny fyziologických funkcí. (Jánský, 1979, s. 9)

Křivohlavý (2011, s. 55) objasňuje pojmy: adaptivita, adaptovat se a adaptovat si. Psychologie podle něj na adaptivitu nahlíží jako na schopnost regulovat naše chování s ohledem

na měnící se podmínky v průběhu života. Pojem adaptace je latinského původu a můžeme jej volně přeložit jako – schopný zvládnout situaci, před kterou se ocitá. Velmi podstatné je rozlišit:

- **Adaptovat si** chápeme jako nějakou změnu, kterou musíme učinit, abychom si zajistili vyhovující prostředí k životu.
- **Adaptovat se** znamená zvyknout si na podmínky určitého prostředí.

Pojem adaptabilita necharakterizuje pouze schopnost se přizpůsobit novým podmínkám, ale také schopnost zachovat si duševní pohodu, bezpečí, zdraví i při extrémní změně podmínek. Adaptabilita je důležitá pro zpracování a přijímání nových kulturních vzorců.

(Morgensternová, Šulová, 2007, s. 86)

2.3.1 Druhy adaptace

Hlavním projevem adaptace je změna životních limitů, v nichž mohou organismy přežívat. Změna limitů spočívá v posunu nebo ve změně jejich rozsahu, ke kterému dojde působením nějakého faktoru prostředí.

Podle Jánského (1979, s. 12) rozlišujeme 4 základní typy adaptací:

- Individuální
- Vývojová
- Resistenční
- Kapacitní

K individuální adaptaci dochází vlivem vnějších faktorů v průběhu individuálního života a zahrnuje děje typické pro jedince určitého druhu. Zmíněná adaptace je uměle vyvolaná změnou jednoho faktoru v prostředí, nebo se s ní setkáváme v přírodě za podmínek, kdy změna jednoho faktoru je sice určující, ale zároveň spolu s ní dochází i ke změně jiných faktorů (např. aklimatizace). Vývojové adaptace charakterizujeme jako přizpůsobení typická pro druh jako pro celek a jsou podmíněny změněnou genovou skladbou. O adaptaci resistenční hovoříme tehdy, dojde-li ke změně limitů hranic určující přežití individua. Jedná-li se o posun hranic určující přežití druhu (schopnost rozmnožování a vývoje zárodků), máme na mysli adaptaci kapacitní. (Jánský 1979, s. 12)

2.3.2 Způsoby adaptace

Adaptovat se na změnu podmínek prostředí můžeme dvěma způsoby:

- Úspěšná adaptace
- Neúspěšná adaptace

V rámci úspěšné adaptace můžeme rozlišit asimilaci a akomodaci. Asimilaci označujeme jako aktivní adaptaci, při níž dochází k přizpůsobování prostředí danému jedinci. Jedinec zasahuje do prostředí, provádí změny, které vyhovují jeho zájmům. Akomodace je pasivním procesem, kdy jedinec mění aspekty vlastního systému na úkor vlastního názoru, tak aby vyhovovaly nárokům okolí. (Paulík 2010, s. 12)

Neúspěšnou nebo nedostatečnou adaptaci nazýváme maladaptací (maladjustací). U jedince, který se nedokázal přizpůsobit podmínkám, tudíž u něj proběhla maladaptace, dochází k častému nedorozumění a konfliktům v komunikaci s ostatními lidmi, ke změnám v prožívání, k nízkému sebehodnocení, případně nesamostatnosti či nespokojenosti. Neúspěšná adaptace může pramenit z psychických problémů, onemocnění, nebo sociálně nežádoucích negativních jevů. Zmíněný jedinec má problém se zvládnutím nároků života a s překonáním překážek. Jeho neschopností netrpí pouze on sám, ale i jeho okolí. (Paulík 2010, s. 12)

Maladaptace je podle Farkové definována jako „selhání adaptačních mechanismů“. Dochází k ní, pokud je nějaká ze složek podílejících se na adaptaci narušena. Pro maladaptaci jsou vymezeny tyto situace: prostředí působí nepříznivými vlivy, vyskytuje se nesoulad mezi potřebami jedince a podmínkami prostředí, není umožněno uspokojení vývojových potřeb. (Farková, 2009, s. 16)

2.3.3 Odolnost jako základna adaptačních procesů

Odolnost můžeme chápat jako základnu adaptačních procesů, případně jako uplatňování obranných mechanismů. Odolnost je proces, ovlivňující kognitivní, afektivní i konativně-behaviorální reakce na zátěž a umožňuje pružné přizpůsobení se nepříznivým vlivům prostředí. Pokud je jedinec odolný minimálně, zvyšuje se tak okruh faktorů, které mohou člověka ohrozit. Těmto vlivům říkáme stresory. Rozlišujeme dva typy odolnosti: kognitivní (konstituční) a habituální. Kognitivní odolnost je vrozenou dispozicí síly, vytrvalosti, snášenlivosti organismu. Zatímco habituální odolnost získává člověk v průběhu života, osvojením vhodných způsobů reagování na zátěžové situace. (Paulík, 2010, s. 9)

Jiné objasnění pojmu psychická odolnost:

Udržení si schopnosti organizovat si vlastní život navzdory působení nepříznivých okolností či stresujících situací. Psychická odolnost je schopnost jedince úspěšně se zadaptovat i v závažných a stresujících podmínkách. Zajistí jedinci zmobilizování a využívání vnitřních zdrojů, díky nimž dokáže i v obtížných podmínkách překonat nepříznivou situaci či se lépe přizpůsobit. (Wilding, 2010, s. 116)

3 ADOLESCENTI V INTERKULTURNÍ SPOLEČNOSTI

Mladý člověk, jako člen dnešní multikulturní společnosti, se běžně setkává s interkulturními situacemi, se kterými se často, na základě svojí neznalosti, neumí vypořádat. Proto pokládám za vhodné, aby si adolescent již v průběhu školní docházky osvojil multikulturní kompetence a to nejlépe prostřednictvím multikulturní výchovy. Multikulturní výchova by měla být součástí osnov výuky jak na základní tak i na střední škole. Na základě osvojení si znalostí multikulturní problematiky a pochopení odlišností, můžeme předejít konfliktům, agresi, či netoleranci vůči jiným etnikům a národům.

3.1 Charakteristika adolescentů

Pojem adolescence původně pochází z latinského slova „adolescere“ (dospívat, dorůstat). Časové vymezení tohoto období se s každým autorem výrazně liší. Psychologické disciplíny užívají níže zmíněné rozdělení a to na ranou adolescenci (pubescenci) od 11 do 15 let a adolescenci od 15 do 20, případně až 22 let. Pubescence je charakteristická ukončením tělesného růstu a nabytím reprodukční zralosti, zatímco pozdní adolescence je spojena se změnami v oblasti psychické (dosažením osobní autonomie) a sociální (převzetí sociálních rolí). Srovnáme-li tuto životní vývojovou etapu s předchozí etapou dětství, dochází k výraznému rozvoji sebereflexe a seberegulace. Jedinec by si měl vytvořit zralou formu vlastní identity. (Vágnerová, 1999, s. 158-159)

Fáze dospívání:

- Raná adolescence (pubescence) - 11-15 let, kdy dochází především k tělesnému dospívání, mění se způsob uvažování, jedinec se začíná odpoutávat od rodičů, potřeba jistoty, kterou nacházel v rodině, mění svůj charakter, větší svobodu v rozhodování o sobě samém a postupně zjišťuje, že tak vysokou míru závislosti na rodičích již nepotřebuje.
- Pozdní adolescence je vymezena obdobím od 15 do 20 let a projevuje se především zráním v oblasti psychické a sociální. Adolescenti získávají nové role a s nimi zároveň také sociální identitu na základě sdílení stejných hodnot, zážitků adolescentní kultury. Vztahy s rodiči jsou stabilnější, vznikají první partnerství. Důležitým sociálním mezníkem je plnoletost. Velmi zásadní je rozvoj vlastní identity, který se projevuje změnou přístupu k seberealizaci, snahou o prosazování se a snahou o

sebepoznání prostřednictvím vrstevnické skupiny. Mnozí jedinci se v tomto období po ukončení školy stávají ekonomicky samostatní. Cílem pozdní adolescence je osamostatnění ve všech oblastech života, ujasnění si priorit do budoucna, porozumění sobě samému. (Vágnerová, 1999, s. 159)

Macek (2003, s. 10) se přiklání k níže uvedenému rozdělení adolescence:

- časná adolescence, kterou charakterizuje věk od 10 do 13 let
- střední adolescence, ohraničenou 14 a 16 lety
- pozdní adolescence, vymezenou časovým obdobím do 17 do 20 let

Orel a Facová (a kol., 2009, s. 243) charakterizují adolescenci především jako období konfliktů, rozporů, problémů. Je velmi obtížné období adolescence přesně časově vymezit. Dospívající se snaží o pochopení sebe sama, ale také o začlenění se do společnosti. Postupně se do určité míry osamostatňuje, ale o ekonomické samostatnosti můžeme hovořit pouze u malé skupiny adolescentů. Tato fáze vývoje je charakteristická hledáním vlastní identity, adolescent přemýšlí o profesní orientaci, prožívá první partnerské vztahy. Také mozek člověka zraje a dospívá, a to konkrétně v oblasti nejvyšších řídicích okruhů mozku.

Problematikou adolescence se ve svých publikacích zabývají zejména výše zmínění autoři. Proto i při popisu změn v psychickém a sociálním prožívání budu vycházet z jejich názorů.

3.2 Emoční prožívání adolescentů

Hormonální změny v průběhu adolescence ovlivňují změny v oblasti emočního naladění. Proto jsou adolescenti častěji podráždění, labilnější, mohou reagovat nepřiměřeně na běžný podnět. Přecitlivělé reakce jsou velmi běžné. Prožitky bývají sice intenzivní, ale zato krátkodobé a proměnlivé. Velmi charakteristické bývají výkyvy nálad, projevující se větší impulzivitou a nedostatkem sebeovládání. Proto u adolescentů častěji dochází ke konfliktům, zapříčiněným nízkou frustrační tolerancí a přecitlivělostí. Typické střídání nálad a emocí je spojeno s kolísáním aktivační úrovně. Často nechtějí své city projevovat navenek. U dospívajících se setkáváme s emočním egocentrismem, kdy jedinec věří, že jeho prožitky jsou výjimečné a velmi intenzivní. Roste tendence k neustálému přemýšlení o vlastních

pocitech, ulpívání na problému, neustálému rozebírání situace. V tomto období jedinci prožívají nejistotu, jsou zranitelnější, proto mohou ne zcela adekvátně reagovat na projevy chování jiných lidí, mohou je považovat za urážlivé až nepřátelské. Jsou více vztahovační, hostilní a agresivní. Emoční prožívání je ustáleno až v závěru adolescence. Hormony se postupně stabilizují a organismus přijme pohlavní dospělost. Prožitky již nejsou tak nečekané a silné, nastává období tzv. vystřízlivění, které je charakteristické pro nástup mladé dospělosti. (Macek, 2003, s.47)

Podobný názor zastává i Slaměnik (2011, s. 75), který hovoří o uklidnění emočního prožívání u starších adolescentů. Adolescent již ovládá své emoce, umírňuje přehnané reakce, reguluje je v závislosti na požadavcích společnosti. V mnohých případech dojde k osamostatnění se a omezení závislosti na rodinném prostředí.

3.3 Socializace adolescentů

Socializaci adolescenta výrazně ovlivňují dvě zásadní události. Ukončení povinné školní docházky, volba dalšího vzdělávání a získání občanského průkazu. Výběr budoucí profese je z části závislý na školním prospěchu, ale do určité míry je tato volba svobodná a později bude určovat sociální postavení jedince. Dospívající si tento fakt však neuvědomuje. O období pozdní adolescence hovoříme jako o přechodu do dospělosti. Okolí vnímá adolescenta již jako dospělého a zároveň od něj také očekává chování, odpovídající tomuto sociálnímu statusu. Zletilost přináší způsobilost k právním úkonům, větší svobodu rozhodování, změnu sociálních rolí. Velmi zásadní je orientace na profesní roli, která se stává později zásadní při společenském životě. Adolescent je do velké míry ovlivňován sociálními skupinami, vyskytujícími se v jeho bezprostřední blízkosti. Jako pubescent je to školní prostředí a skupina spolužáků, na konci adolescentního věku s nástupem do zaměstnání se jedná o věkově různorodé spolupracovníky. Jedinec je povinen podřídit se příslušným pravidlům a novým sociálním situacím. (Macek, 2003, s. 36-37)

Slaměnik uvádí, že s kognitivním vývojem jedinec přijímá a zároveň si rozšiřuje různé pohledy na svět. Má snahu získat svoji roli ve společnosti. Orientuje se na základě hodnot, ideálů dané společnosti, posuzuje, jaké stanovisko vůči společnosti zaujme. Vzniká tak dlouhodobý vztah jedince vůči společnosti. Proces socializace adolescenta je provázen pochybnostmi a nejistotami, které adolescent výrazně prožívá. V tomto období dochází

také k ustálení představy o sobě samém a uvědomění si vlastní hodnoty. (Slaměnik, 2011, s. 75)

3.4 Sociální komunikace adolescentů

Podle Vágnerové (1999, s. 217) se změnou myšlení dochází také ke změně sociálního hodnocení. Mladiství hodnotí a posuzují ostatní podle charakterových vlastností, nehodnotí je na základě projevů chování. Rozlišují nejen to jaký člověk je, ale srovnávají jeho chování s tím, co by mělo, či nemělo v dané společnosti být. Období adolescence je charakteristické zvýšeným napětím, kritikou a neporozuměním při komunikaci s dospělým. Odlišnou podobu má komunikace s vrstevníky, je specifická užíváním určitých slovních obrátů, oslovení. Velký důraz mladší adolescenti kladou na originalitu, hrubé výrazy, neverbální vyjadřování. Snahou je, aby řečník zaujal. Naopak starší adolescent má potřebu navazovat plnohodnotnou a rovnocennou komunikaci. Změnou pro adolescenta je vykání ze strany dospělých, což signalizuje změnu sociálního postavení dospívajícího. Specifický styl komunikace užívají i starší adolescenti, i když mnohdy jen ze zvyku.

S věkem se také postupně mění i morální uvažování jedince. Mladší adolescenti již nepovažují názor autority za zásadní a mají tendenci vytvářet si názor vlastní, atak se odpoutat ze závislosti na autoritě. Sami si chtějí zvolit, které hodnoty a normy budou považovat za důležité. Podle Eriksona hovoříme o tzv. autoidentifikaci. Vnitřní přesvědčení jedince o správnosti norem má mnohem větší váhu, než tlak vnějšího prostředí a tak respektují a akceptují pouze ty normy, se kterými se vnitřně ztotožňují. Naopak starší adolescent zcela přijímá normy a způsoby chování dané společností. Chápe jako nutnost respektovat pravidla, pouze se snaží k nim zaujmout své vlastní stanovisko. (Vágnerová, 1999, s. 214)

4 ORGANIZACE ROTARY

Rotary je mezinárodní organizací, jejíž členové jsou vedoucí osobnosti z odborných a podnikatelských sfér, nabízející pomoc a služby humanitárního charakteru nejen svým spoluobčanům, ale také se snaží napomáhat vzájemné důvěře a míru po celém světě a to vše na základech vysokých etických zásad. Společenství Rotary má široké pole působnosti po celém světě a počet členů se pohybuje okolo jednoho miliónu mužů a žen, organizovaných v 30 000 klubech. Za zakladatele prvního klubu ve státě Illinois v Chicagu je považován Paul P. Harris. Klub vznikl dne 23. 2. 1905. Prvotním účelem tohoto občanského sdružení bylo poskytování pomoci a služeb. Rotariáni se setkávají pravidelně každý týden, kdy hovoří o připravených projektech a tématech ať už místního nebo mezinárodního charakteru. Tyto projekty vzdělávacího, humanitárního či kulturního zaměření posléze realizují ve snaze o obohacení života svých spoluobčanů. Působnost mezinárodní neziskové organizace Rotary v České a Slovenské republice je zaštitěna pod společným districtem 2240. Ten shromažďuje veškeré Rotary kluby činné v ČR nebo SR pod společným vedením.

(Rotary district, 2240, ©, 2008)

Služba mládeži

Služba mládeži je velmi rozšířenou a důležitou oblastí v působnosti organizace Rotary. Jejím cílem je zajistit studentům znalosti, vzdělání a zkušenosti na mezinárodní úrovni. Konkrétně se jedná o služby krátkodobých prázdninových kempů, o rodinné výměny nebo také o celoroční výměny studentů středních škol se zahraničními partnerskými kluby a distrikty.

Obeznamení se základní terminologií:

Hostitelská rodina- rodina, u které výměnný student pobývá

Hostující student- výměnný student, který se vybrán na krátkodobou/ dlouhodobou výměnu

- 1) „Rodinná výměna“ tzv. Short Term Exchanges je jedna z druhů krátkodobých výměn. V České republice není tato služba mládeži příliš využívanou, na rozdíl od zámořských zemí a některých zemí Evropy. U nás je rozšířenější druhá z nabízených krátkodobých výměn a to tábory (camps). Tato výměna se uskutečňuje převážně v období letních prázdnin. Komunikace probíhá v anglickém jazyce nebo v jazyce hostitelské rodiny, pokud jeho znalost student ovládá. Po dobu jedno-

ho měsíce výměnný student žije u hostitelské rodiny, která se během návštěvy studenta snaží představit způsob jejich života, kulturu dané země a plánuje pro něj výlety, poznávání památek apod.

2) „Krátkodobá výměna“ (short term - camps) je další formou služby mládeži, kterou organizace nabízí. Jedná se o letní tábory, pořádané především v evropských zemích, výjimečně v USA. Pobyt trvá 14 dnů a jeho zaměření je různorodé. Od sportu, historie, kultury až po poznávání dané země. Věková skupina účastníku se pohybuje v rozmezí 15-19 let. Krátkodobá výměna je tedy primárně zaměřena na středoškolské studenty.

3) „Roční výměna“

(Rotary district, 2240, ©, 2008)

4.1 Roční výměnný pobyt v zahraničí

Mezinárodní výměnou se snaží organizace o podporu vzájemného pochopení, toleranci a poznání osobních a kulturních odlišností jednotlivých ras a národů. Díky tomuto kulturnímu a vzdělávacímu programu dostává tisíce mladých lidí možnost, cestovat do vzdálených zemí, pobývat a studovat v cizím prostředí. Jedním z hlavních smyslů výměny je prohloubení dosavadních znalostí, rozšiřování celkového rozhledu a poznávání jiných kultur. Rotary se tímto způsobem zasazuje o zprostředkování podnětů, impulsů a idejí a zároveň chce tak u mladých lidí docílit zodpovědnosti, schopnosti vlastního úsudku.

Výběr účastníků:

Výběr jednotlivých kandidátů není omezen pouze na rodiny nebo známé rotariánů, ale kluby mají rovněž za úkol seznamovat s programem výměnných pobytů tisk, školy a to především prostřednictvím plakátů či přednášek. Vhodné kandidáty volí výběrová komise složená z členů z řad Rotary. S uchazečem je veden pohovor částečně v českém a anglickém jazyce. Všem uchazečům jsou zajištěny stejné podmínky a jsou jim kladeny stejné otázky. Podstatnou roli při výběru hraje úspěch studenta ve škole, zájmy, chování ale také se hodnotí vztah k rodinnému zázemí, schopnost reprezentovat zemi a především to, zda je do té míry odolný, aby snesl nároky a zátěž, kterou s sebou pobyt přináší.

Cíle programu

Prostřednictvím zmíněného programu je umožněno mladým lidem poznat cizí zemi, jejich obyvatele a docílit tak mezinárodního porozumění a přátelství. Studenti během ročního pobytu v zahraničí studují obory v dané zemi, se kterými se na našich školách obvykle nesetkáme. Postupně se učí sžívat s lidmi jiných kultur, názorů a barvy pleti díky čemuž si mohou značně rozšířit své obzory. Účastníci ročních výměnných pobytů mají ale také roli vyslanců své země, kdy ostatním účastníkům programu a Rotary klubům v hostitelské zemi, zprostředkovávají a poskytují informace o své vlasti.

(Rotary district, 2240, ©, 2008)

Všeobecné zásady

1. Roční výměnný pobyt v zahraničí je určen pro děti členů Rotary klubu, ale také pro nerotariánské studenty, u těchto jedinců je ale podmínkou doporučení klubu Rotary. Doporučení je nutné z hlediska závazku, kterým se rodiče studenta zasazují o řádné plnění pravidel výměny.
2. Věková kategorie studentů, kterým je pobyt určen, je 15 – 18,5 let a to v době příjezdu do země.
3. Účastníci výměny mají ze zákona možnost, za předpokladu, že úspěšně složí rozdílové zkoušky v řádném termínu, neopakovat školní rok, během kterého pobývali v zahraničí. Většina studentů tyto zkoušky po roce v cizině složí úspěšně.
4. Pobyt pro studenta je zajištěn ve 2-3 hostitelských rodinách, přičemž dvě jsou minimum. Není podmínkou, aby hostitelská rodina byla rodinou rotariána, ale v tomto případě za výběr rodiny zodpovídá příslušný Rotary klub. V rodině se předpokládají přiměřené bytové podmínky, rodičovský dohled, nenarušené vztahy apod.
5. Každému účastníkovi je přidělen hostitelským klubem tzv. „Counselor“ (důvěrník, poradce). Jeho úlohou je být studentu k dispozici v zásadních otázkách a pomáhat mu při řešení problémových situacích. Je prostředníkem mezi studentem, Rotary klubem, hostitelskými rodinami a školou. Jedná se o velmi zodpovědnou roli, tudíž je třeba counselory pečlivě vybírat zvláště z toho důvodu, že se nejedná pouze o formální vztah, counselor by měl studenta blíže poznat a pravidelně s ním o pobytu hovořit.

6. Hostitelský klub studentovi v pravidelných měsíčních termínech vyplácí kapesné (ve výši 1 500,- Kč v České republice). Tyto finance mají pokrýt vedlejší drobné výdaje. Stravování ve škole a jízdné hradí studentovi hostitelská rodina či hostitelské kluby. Není možné, aby si studenti, kteří se roční výměny v rámci Rotary International účastní, přivydělávali drobnými činnostmi, popřípadě brigádou. Tyto činnosti pravidla přísně zakazují.
7. O hostující studenty se nezajímají pouze jejich hostitelské rodiny, ale také všichni členové Rotary klubu, proto by na oficiálních rotariánských akcích neměl být vybírán žádný účastnický poplatek od hostitelských rodin.
8. Student je povinen účastnit se školní docházky. V případě potřeby může být jeho rozvrh, na základě dohody se zástupci školy, upraven. Hostitelská rodina stejně jako hostitelský klub na řádnou docházku studenta dohlíží.
9. Účast v programu vyžaduje přizpůsobivost studenta, neboť se jedná o kulturní a vzdělávací program a neočekává se, aby se hostitelská rodina přizpůsobila studentovi.
10. Díky loajlnosti a značné podpoře ze strany především hostitelských rodin, ale i klubů, je tato forma výměny relativně finančně zvládnutelná. Rodičům se tak musejí postarat o výdaje za cestu, let, pojištění a víza.

Objasnění povinností jednotlivých orgánů a osob podílejících se výměně

- **Vysílající distrikt**

Zajišťuje výběr výměnných studentů na základě pravidel stanovených programem výměny mládeže. Kontroluje umístění účastníků se studentů v zahraničních distriktech. Jeho úkolem je také předat studentovi základní informace, týkající se nejen pobytu v zahraničí, ale organizace Rotary vůbec. Neustále během pobytu studenta v zahraničí s ním udržuje kontakt a v případě potřeby mu poskytuje pomoc. Také zajišťuje jednotná saka a vizitky pro každého účastníka, které jsou nutností při setkání a akcích pořádaných Rotary během pobytu studenta v zahraničí, na nichž je účast povinná.

- **Přijímající distrikt**

Jeho povinností je pro výměnného studenta najít a zajistit hostitelský klub. Během výměny pořádá setkání všech výměnných studentů, kteří se v dané zemi pobytu

účastní. Účelem je seznámení všech účastníků navzájem, sdělení organizačních záležitostí, případně dalších informací, nezbytných pro bezproblémový průběh výměny.

- **Vysílající klub**

Zasazuje se o to, že přímo studentovi sdělí charakter činnosti sponzorujícího klubu a zároveň od klubu dostává propagační materiály a předměty, které na setkání, jež pořádá hostitelský distrikt, studenti předávají organizátorům. Důležitou funkcí vysílajícího klubu je jmenování tzv. counselora neboli poradce. Counselor dohlíží na žáka během výměnného pobytu a je mu neustále k dispozici, pokud by se vyskytl jakýkoliv problém.

- **Přijímající klub**

Vybírá pro výměnného studenta 2-3 hostitelské rodiny, ve kterých bude v každé z nich tři měsíce pobývat. Velmi důležitým úkolem je vybrat a zajistit střední školu, kterou bude celý výměnný pobyt navštěvovat. Musí zajistit povolení k pobytu studenta v nové zemi a víza. Přímou vybírá poradce z řad členů Rotary klubu. Má povinnost vyzvednout výměnné studenty na letišti. Zajistí studentům potřebné kontakty, program aktivit, uskutečňujících se během výměny dále pak měsíčné kapesné a především je jeho úkolem zajistit účast výměnného studenta na Rotary setkáních.

- **Hostitelská rodina**

Hostitelská rodina se spojí se studentem ještě před příjezdem studenta. Poskytuje studentovi bez jakýchkoliv poplatků stravu a bydlení. Přebírá veškeré povinnosti vůči výměnnému studentovi. Student se stává plnohodnotným členem rodiny se všemi právy a povinnostmi. Hostitelští rodiče se k němu chovají stejně jako k vlastnímu dítěti.

- **Výměnný student**

Akceptuje veškerá pravidla výměnného programu, svým podpisem souhlas stvrzuje. Také je schopen vystoupit při setkání Rotary s prezentací.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 ÚVOD DO EMPIRICKÉ ČÁSTI

Praktická část práce je orientována na kvantitativní výzkum. Tento typ výzkumu pracuje s velkým množstvím respondentů, zjištěná data mohou být zobecněna. Empirická část se zabývá problematikou adaptace mladistvých na odlišnou kulturu při dlouhodobém pobytu v zahraničí. Na základě dotazníkového šetření, následné analýzy a zpracování dat, identifikuje, které ze zvolených faktorů mohou adaptaci skutečně ovlivnit.

5.1 Výzkumný problém

Výzkumným problémem je schopnost adaptace studentů na odlišnou kulturu v průběhu dlouhodobého pobytu v zahraničí. Na základě výzkumného problému jsem blíže specifikovala cíl výzkumu a jednotlivé dílčí cíle.

5.2 Cíle výzkumu

Hlavním cílem výzkumu je zjistit, zda určené determinanty adaptace mohou skutečně ovlivnit adaptaci studenta na odlišnou kulturu při pobytu v zahraničí.

Dílčí cíle

- 1) Cílem je zjistit, zda existují statisticky významné rozdíly v sebehodnocení adaptace mezi úspěšně adaptovanými a neúspěšně adaptovanými studenty.
- 2) Cílem je zjistit, zda se v jednotlivých determinantech úspěšnosti vyskytují signifikantní rozdíly mezi úspěšně adaptovanými a neúspěšně adaptovanými.
- 3) Cílem je zjistit korelaci mezi jednotlivými determinanty úspěchu.

V rámci dílčích cílů byly formulovány tyto hypotézy:

- 1H0: V sebehodnocení adaptace mezi úspěšně adaptovanými studenty a neúspěšně adaptovanými není statisticky významný rozdíl.
- 1HA: V sebehodnocení adaptace mezi úspěšně adaptovanými studenty a neúspěšně adaptovanými je statisticky významný rozdíl.
- 2H0: U determinanty **osobnost** není mezi úspěšně adaptovanými a neúspěšně adaptovanými rozdíl.

- 2HA: U determinanty **osobnost** je mezi úspěšně adaptovanými a neúspěšnými adaptovanými rozdíl.

5.3 Charakteristika výzkumného souboru

Výzkumným soubor reprezentovali studenti ve věku 15-19 let, účastníci se dlouhodobého pobytu v zahraničí, který uskutečňuje organizace Rotary.

Rotary má zájem o to, aby do zahraničí vycestovali pouze ti studenti, kteří budou schopni se v novém prostředí dobře orientovat a nebudou mít s přizpůsobením se novým podmínkám výrazné problémy. Zájemců je velké množství, ale výběrová komise, složená z členů Rotary, má za úkol vybrat především schopné, odolné a přizpůsobivé jedince. Zjištění, zda byli studenti v adaptaci na nové prostředí úspěšní, či nikoliv poskytne Rotary zpětnou vazbu, zda výběrová komise dokáže efektivně posoudit a vybrat vhodné kandidáty pro dlouhodobý pobyt v zahraničí. Jednotliví účastníci jsou vybíráni na základě písemného testu a pohovoru se členy komise.

Kontakty na jednotlivé studenty poskytla sama organizace Rotary, která byla s realizací výzkumu obeznámena, a s jejím souhlasem bylo umožněno tento výzkum provést. Výzkum poskytne Rotary zpětnou vazbu, ohledně pobytu, který organizace studentům zprostředkovává a odhalí slabé a silné stránky výměny. Návrhy na zlepšení pak mohou pomoci budoucím účastníkům.

Výběr výzkumného vzorku byl záměrný, neboť jsem oslovila pouze zmíněné studenty, kteří se pobytu zúčastnili. Vybírala jsem tak objekty, které jsem považovala za průměrné případy.

5.4 Metoda sběru dat - dotazník

Vlastní data byla sbírána formou dotazníku. Dotazníky byly rozeslány jednotlivým respondentům formou emailu, z toho důvodu, že respondenti jsou studenti, žijící v různých částech republiky, a tak předání dotazníku do vlastních rukou by bylo časově velmi náročné. S vyšší návratností odpovědí jsem se setkala po rozeslání dotazníků prostřednictvím sociální sítě. Právě zmíněná sociální síť mi umožnila rychlejší a lepší komunikaci s respondenty. Téměř všechny účastníky uskutečněných dosavadních výměn jsem kontaktovala i pomocí emailových adres, ale asi dvě třetiny studentů na dotazník reagovaly na

sociální síti. Většina studentů byla velmi ochotna dotazník vyplnit, dokonce mi v případě mého zájmu nabízeli pomoc a další spolupráci.

Výběr otázek v dotazníku byl omezen na škálové, které nejlépe poskytly potřebná data pro další zpracování. Škála se pohybovala v rozmezí od 1 do 5. Dotazník obsahoval 24 otázek. Byl rozčleněn do šesti oddílů, každý čítal čtyři otázky. Jednalo se o oblasti, které mohly na adaptaci studenta ovlivnit.

- **1. oddíl - sebehodnocení úspěšnosti adaptace** studenta při dlouhodobém pobytu v zahraničí
- **2. oddíl - informovanost** o odlišnostech, případně některých zvycích, způsobu života v nové zemi
- **3. oddíl - vztah s rodiči studenta**
- **4. oddíl - znalostní úroveň cizího jazyka**
- **5. oddíl - osobnost studenta**
- **6. oddíl - dřívější zkušenosti studenta s pobytem v zahraničí.**

První oddíl otázek byl zaměřen na sebehodnocení úspěšnosti adaptace studenta při dlouhodobém pobytu v zahraničí. Oddíl druhý zjišťoval, zda se před odjezdem do cizí země informovali sami, případně je informovala organizace Rotary o zásadních odlišnostech, případně některých zvycích, způsobu života v nové zemi. Další blok otázek měl za cíl reflektovat vztah s rodiči studenta, čtvrtá oblast objasnila, na jaké úrovni je jedinec v cizím jazyce. Poslední oddíl byl orientován na dřívější zkušenosti studenta s pobytem v zahraničí.

Oslovila jsem 198 studentů prostřednictvím emailů a sociální sítě a požádala je o vyplnění dotazníku, návratnost dotazníků činí 81.

5.5 Metoda analýzy dat

Základní předpoklad pro analýzu dat byl takový, že část studentů bude schopna se v zahraničí poměrně dobře zadaptovat a část studentů mohla mít s přizpůsobením se novému prostředí problém. Na základě tohoto předpokladu byla vytvořena kritéria pro rozčlenění studentů na úspěšně adaptované a neúspěšně adaptované.

Kritéria pro úspěšnou adaptaci byla následující 4 :

- snadná přizpůsobivost novým podmínkám
- velmi dobrý vztah s hostitelskými rodina během pobytu
- zpětné vysoké hodnocení spokojenosti s ročním pobytem
- schopnost snadno se orientovat v novém, odlišném prostředí

Zvolená kritéria byla zakomponována do prvních čtyř otázek v dotazníku a na základě bodového ohodnocení těchto otázek jednotlivými studenty bylo stanoveno, zda byli v adaptaci úspěšní, či nikoliv. Úspěšná adaptace byla podmíněna vysokým hodnocením jednotlivých otázek v prvním oddílu dotazníku, a to na škále od 1 do 5.

Mimo kritéria pro úspěch adaptace byly určeny ještě tzv. determinanty adaptace. Jedná se o oblasti či faktory, které mohly mít podíl na schopnosti se přizpůsobit odlišnému prostředí při pobytu v zahraničí.

Determinanty úspěchu byly zvoleny tyto:

- informovanost studenta o cizí zemi, tj. zda si student zjistil nějaké informace (zvyky, tradice, politický, náboženský systém) o zemi, kde bude pobývat, případně, zda mu tyto informace poskytla sama organizace
 - rodinné zázemí, tj. vztah s rodiči, potřeba komunikace při pobytu v zahraničí
 - jazyková vybavenost, tj. jazyk, který aktivně využívali studenti ke komunikaci během ročního pobytu
 - osobnost studenta, tj. jeho schopnost zvládnání problémových situací, povahové vlastnosti
 - předchozí zkušenost, tj. dřívější pobyty v zahraničí, kontakty s přáteli případně rodinou v zahraničí
1. Získaná data byla nejdříve zpracována do tabulky, kde bylo přehledně zaznamenáno, jaké volili studenti hodnocení u každé otázky. Otázek bylo celkově 24 a byly rozděleny do šesti oddílů (oblastí). Hodnocení otázek bylo záměrně nastaveno tak, že nejvyšší hodnota na škále, v tomto případě 5, vyjadřuje nejvyšší úspěšnost u každé otázky. Protože každý oddíl je složen ze 4 otázek nejvíce úspěšný jedinec získá v každém oddíle maximálně 20 bodů.
 2. Následně byl proveden součet hodnocení prvních čtyř otázek v prvním oddílu, který je zaměřen na sebehodnocení adaptace, aby studenti mohli být rozděleni do dvou

skupin, a to na úspěšně adaptované studenty a neúspěšně adaptované. Jedinci, kteří v prvním oddíle získali 1-15 bodů byli označeni jako neúspěšně adaptovaní, jedinci s počtem 16-20, úspěšně adaptovaní. Šíři neúspěšně adaptovaných jsem zvolila tak velkou, protože u vybraných jedinců, kteří se pobytu účastní, se předpokládá, že se budou schopni v novém prostředí přizpůsobit. Důvodem je fakt, že se organizace snaží na základě testů a pohovorů vybírat především schopné jedince, kteří nebudou mít s přizpůsobením se cizímu prostředí velké problémy. Proto se u nich předpokládá, že se v novém prostředí budou schopni přizpůsobit. V níže uvedené tabulce byly zaznamenány počty úspěšně a neúspěšně adaptovaných studentů při dlouhodobém pobytu v zahraničí, na základě zpracování odpovědí z dotazníku.

Úspěšnost	Absolutní četnost	Relativní četnost (%)
Úspěšně adaptovaní	67	83
Neúspěšně adaptovaní	14	17

Tabulka 1. Úspěšnost adaptace studentů při dlouhodobém pobytu v zahraničí

- Následně byla vypočítána průměrná hodnota odpovědí u úspěšně a neúspěšně adaptovaných studentů v každém oddílu. Průměrné hodnoty byly počítány u každé skupiny zvlášť. Jednalo se o průměrné hodnoty příslušných čtyř otázek, ze kterých byl daný oddíl složen. Oddíly byly následující: sebehodnocení adaptace, informovanost studenta, rodinné zázemí, jazyková vybavenost, osobnost studenta, předchozí zkušenost s pobytem v zahraničí. Ke zjištění rozdílů mezi skupinami byl použit U-test a ANOVA. Pro zjištění korelace mezi determinanty byl použit Pearsonův koeficient korelace.
- Dále bylo s daty pracováno tím způsobem, že byly porovnávány průměrné hodnoty u úspěšně adaptovaných studentů a neúspěšně adaptovaných studentů v jednotlivých oblastech.

6 REALIZACE VÝZKUMU

6.1 Analýza dat

Získaná data byla zpracována, již na základě předchozího rozdělení, do šesti oblastí. Jednalo se o oblast sebehodnocení úspěšnosti adaptace na odlišné prostředí, informovanost studenta o cizí zemi, rodinné zázemí, jazykovou vybavenost, osobnost studenta a předchozí zkušenost s pobytem v zahraničí. V těchto skupinách pak mohla být data efektivně vyhodnocena. Po rozdělení na úspěšně a neúspěšně adaptované studenty, na základě odpovědí v první oblasti, byly následně porovnávány průměrné hodnoty odpovědí mezi skupinou úspěšně adaptovaných studentů a neúspěšně adaptovaných.

6.1.1 Sebehodnocení adaptace

Tato oblast je v dotazníku charakterizována níže uvedenými otázkami:

1. Jak obtížné pro Tebe bylo přizpůsobit se novým podmínkám?
2. Jak sis během pobytu rozuměl s hostitelskými rodinami?
3. Jak bys ohodnotil celý svůj roční pobyt?
4. Jak ses dokázal zorientovat v novém prostředí?

První oblast otázek byla zaměřena na zhodnocení ročního pobytu v zahraničí. Jejím cílem bylo zjistit, jak byli studenti schopni si zvyknout nové podmínky, zda se dokázali v novém prostředí orientovat. Na základě odpovědí respondentů v prvním oddíle byli studenti rozděleni do dvou skupin.

První skupina - úspěšně adaptovaní studenti - volila u prvních čtyř otázek vysoké hodnocení na škále, nejčastěji se jednalo o hodnoty 4 a 5. Tudíž se výsledná hodnota po součtu otázek v prvním oddílu pohybovala od **16 – 20**.

Druhá skupina – neúspěšně adaptovaní - tito jedinci využili pro hodnocení otázek hodnoty nižší a celkový součet byl tak v rozmezí od **1 do 15**. Nejčastější hodnocení otázek v prvním oddílu neúspěšně adaptovaných byla hodnota 3. Tito respondenti hodnotili nejnižším bodovým hodnocením otázku č. 4. Odpovědi se mohou u této otázky velmi různit, a to především v závislosti na místě ročního pobytu např. východní země se vyznačují naprosto odlišnou kulturou, mentalitou lidí, odlišným politickým systémem, proto může být adaptace v těchto zemích problémovější.

Zda existují statisticky významné rozdíly v sebehodnocení mezi úspěšně a neúspěšně adaptovanými jsme zjistili pomocí U – testu.

Na základě vyhodnocení dat pomocí U - testu můžeme říci, že byl zjištěn statisticky významný rozdíl v sebehodnocení adaptace mezi úspěšnými a neúspěšnými. Můžeme tedy říci, že rozdělení na úspěšné a neúspěšné studenty je relevantní

Proměnná	Mann-Whitneyův U test (Tabulka 1)									
	Sčet poř. N	Sčet poř. U	U	Z	Úroveň p	Z upravené	Úroveň p	N platn. N	N platn. U	2*1str. přesné p
sebehodnocení adaptace	105,000	3216,000	0,00	-5,85808	0,000000	-5,96045	0,00000	14	67	0,00000

Tabulka 2. Zpracování dat U- testem

Z tabulky vyplývá, že hodnota p, která nám říká, na jaké hladině významnosti můžeme odmítnout nulovou hypotézu, je menší než stanovená hladina významnosti 0,05000 (výsledné $p = 0,000000 < 0,05000$). Z tohoto důvodu mohu odmítnout nulovou hypotézu a přijmout alternativní. Riziko, že nulovou hypotézu odmítám chybně, je velmi malé.

1HA: V sebehodnocení adaptace mezi úspěšně adaptovanými studenty a neúspěšně adaptované je statisticky významný rozdíl.

6.1.2 Informovanost

Oddíl informovanost zahrnoval tyto otázky:

5. Zjistil/a jsi si informace o zemi, kde budeš rok pobývat, než jsi odcestoval?
6. Znal/a si některé tradice, životní styl, kulturu nové země?
7. Myslíš si, že by Ti pomohlo lépe a rychleji se přizpůsobit, kdyby si tyto informace měl/a?
8. Poskytla Ti organizace nějaké informace o dané zemi?

Výše uvedený oddíl otázek byl zaměřen na informovanost studenta o zemi, ve které se dlouhodobého studentského pobytu zúčastnil. Zjišťoval, zda si byl student schopen sám vyhledat zásadní informace, týkající se školního, politického systému, náboženského vyznání, základních tradic a svátků, případně zda byly tyto informace studentům poskytnuty ze strany organizace Rotary.

Průměrné hodnocení otázek u úspěšně adaptovaných se pohybovalo kolo hodnoty 3. Průměrné hodnocení otázek u neúspěšně adaptovaných se pohybovalo shodně, také okolo hodnoty 3.

Toto shodné průměrné hodnocení mohu prisuzovat faktu, že organizace se snaží každému studentovi poskytnout, alespoň základní informace k pobytu vždy ve stejném rozsahu a míře a připravit jej tak na zásadní změny a odlišnosti v novém prostředí. Vzhledem k tomu, že nebyl prokázán významný rozdíl v hodnocení informovanosti u úspěšně a neúspěšně adaptovaných studentů, faktor informovanost není faktorem, který by ovlivnil úspěšnou adaptaci.

6.1.3 Rodinné zázemí

Oddíl rodinné zázemí obsahoval tyto otázky:

9. Jak důležitá byla pro Tebe během pobytu komunikace s rodiči?
10. Jak bys označil vztah s rodiči?
11. Podporují tě rodiče při tvých rozhodnutích?
12. Zajímají se rodiče o to, kde a s kým trávíš volný čas?

Oblast nazvaná rodinné zázemí měla za úkol reflektovat vztah s rodiči, potřebu studenta během pobytu často se svými rodiči komunikovat, podporu dítěte a zájem o dítě.

U úspěšně adaptovaných se průměrná hodnota odpovědí v tomto oddíle pohybovala okolo čísla 4. Neúspěšně adaptovaní průměrně hodnotili otázky také číslem 4.

Průměrné hodnocení otázek v bloku rodinné zázemí bylo u obou skupin téměř shodné. Na základě zjištěného výsledku můžeme říci, že bylo prokázáno, že rodinné zázemí není faktorem, který by mohl výrazně ovlivnit úspěšnou adaptaci.

6.1.4 Jazyková vybavenost

Oddíl jazyková vybavenost byl složen z těchto otázek:

13. Svoji znalost anglického jazyka hodnotím jako
14. Svoji schopnost aktivně mluvit v anglickém jazyce hodnotím jako
15. Svoji schopnost porozumět anglicky mluvenému slovu hodnotím jako
16. Komunikace v cizím jazyce mi činí problémy

Oddíl jazyková vybavenost zjišťoval, znalostní úroveň cizího jazyka, který student v dané zemi užíval. Cílem bylo zjistit, zda byl student schopen aktivně mluvit v cizím jazyce, dříve než do zahraničí vycestoval a jaké měl pocity při mluveném projevu v cizím jazyce.

Průměrná hodnota odpovědí na otázky, týkající se jazykové vybavenosti studenta u úspěšně adaptovaných byla 3,9, u neúspěšně adaptovaných se jednalo o hodnotu 3,6.

Úspěšně adaptovaní a neúspěšně adaptovaní studenti vykazovali, u faktoru jazyková vybavenost, na základě průměrného hodnocení otázek, nepatrné rozdíly. Úspěšnou adaptaci, na základě těchto výsledků, může do jisté míry ovlivnit znalost cizího jazyka. Čím rychleji si cizí jazyk jedinec osvojí tím rychleji a lépe se bude v novém prostředí orientovat, protože jazyk je považován za hlavní komunikační prostředek sloužící k dorozumění.

6.1.5 Osobnost

Oddíl osobnost studenta byl složen z následujících otázek:

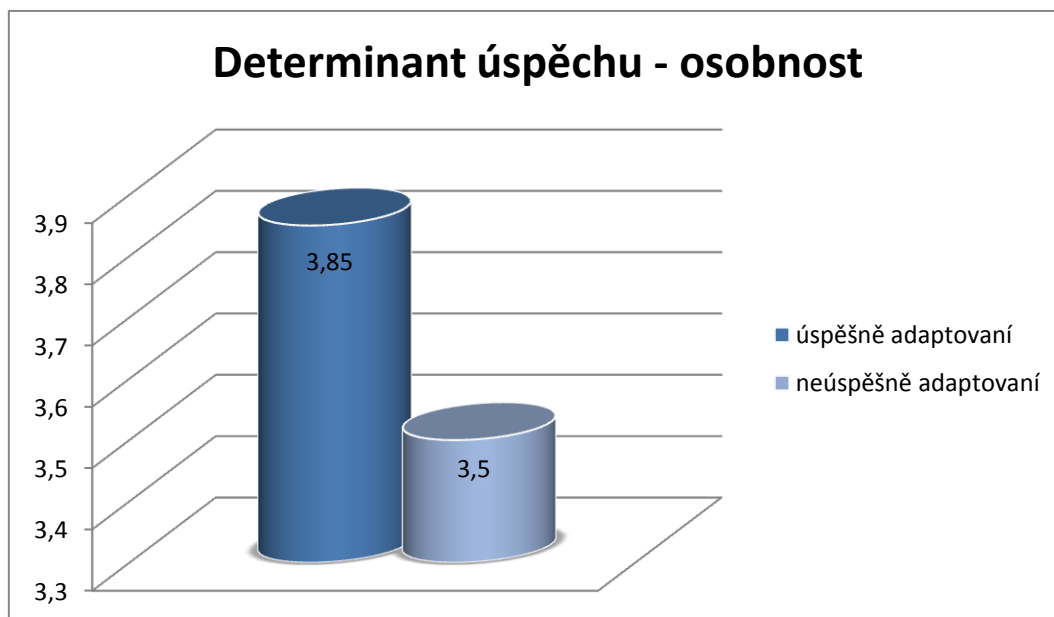
17. V prostředí lidí, které málo znám se cítím
18. Mám problémy v navazování komunikace s lidmi, které neznám
19. Zátěžové, stresové situace zvládám
20. V zátěžových, stresových situacích ses během Tvého pobytu v zahraničí ocital

Cílem oddílu osobnost bylo zjistit, jaké pocity ve studentovi vyvolá cizí prostředí. Zdali je schopen vyrovnat se se stresovými, zátěžovými situacemi, jak často se v těchto situacích během pobytu ocital.

Průměrné hodnocení výše uvedených čtyř otázek úspěšně adaptovanými studenty vyjadřovala hodnota 3,85, průměrné hodnocení neúspěšně adaptovaných studentů bylo 3,5.

Rozdílnost v průměrných hodnotách ve faktoru osobnost přisuzujeme zejména odlišnému pohledu každého jedince na zátěžovou situaci. Někdo je schopen se s takovou situací bez problému vyrovnat, zatímco citlivější jedinci prožívají každou změnu velmi intenzivně.

Osobnost každého jedince utváří jeho charakter, znalosti, dovednosti, inteligence. Hovoříme-li o přizpůsobení se novému prostředí a vyrovnávání se se zátěžovými situacemi považujeme za zásadní tyto schopnosti např.: psychická odolnost, multikulturní kompetence, schopnost překonávat překážky.



Graf 1. Determinanta úspěchu - osobnost

Z grafu je patrný rozdíl v průměrném hodnocení u determinantu osobnost mezi úspěšně adaptovanými a neúspěšně adaptovanými studenty.

6.1.6 Předchozí zkušenost

Oddíl předchozí zkušenost zahrnuje tyto otázky:

21. Jsi zvyklý cestovat do zahraničí?
22. Byl jsi již někdy dříve před ročním pobytem několik týdnů domov?
23. Přišel jsi již někdy před ročním pobytem do kontaktu s příslušníky jiného státu? - nemusí se jednat pouze o pobyt v zahraničí, např. ve škole, ve Tvém volném čase
24. Měl jsi již dříve, než ses zúčastnil výměnného pobytu, kontakty v zahraničí (přátele, rodinu) se kterými si aktivně komunikoval?

Tento oddíl zjišťoval, zda student již dříve cestoval do zahraničí, zda již dříve pobýval dlouhodobě (několik týdnů) mimo domov, zda aktivně udržoval komunikaci s příslušníky jiného státu.

Průměrná hodnota odpovědí v tomto oddíle u úspěšně adaptovaných činila 3,58, u neúspěšně adaptovaných se jednalo o hodnotu 3,45. U faktoru předchozí zkušenost nebyl na základě porovnání průměrných hodnot u skupiny úspěšně adaptovaných a u skupiny

neúspěšně adaptovaných prokázán významný rozdíl. Determinant zkušenost nebyl zásadním při úspěšné adaptaci na nové prostředí.

6.1.7 Zpracování dat pomocí analýzy rozptylu

Existenci statisticky významných rozdílů mezi úspěšně a neúspěšně adaptovanými v jednotlivých determinantech úspěšnosti (informovanost, jazyková vybavenost, osobnost, předchozí zkušenost) zjistíme pomocí analýzy rozptylu.

Proměnná	Analýza rozptylu (Tabulka1) Označ. efekty jsou význ. na hlad. $p < ,05000$							
	SČ efekt	SV efekt	PČ efekt	SČ chyba	SV chyba	PČ chyba	F	p
informovanost	0,06635	1	0,06635	551,6620	79	6,983064	0,009501	0,922596
rodinné zázemí	4,02497	1	4,02497	266,9627	79	3,379275	1,191075	0,278430
jazyková vybavenost	0,01265	1	0,01265	505,1972	79	6,394902	0,001978	0,964639
osobnost	19,27005	1	19,27005	276,1620	79	3,495722	5,512467	0,021384
předchozí zkušenost	0,02212	1	0,02212	683,6322	79	8,653572	0,002557	0,959801

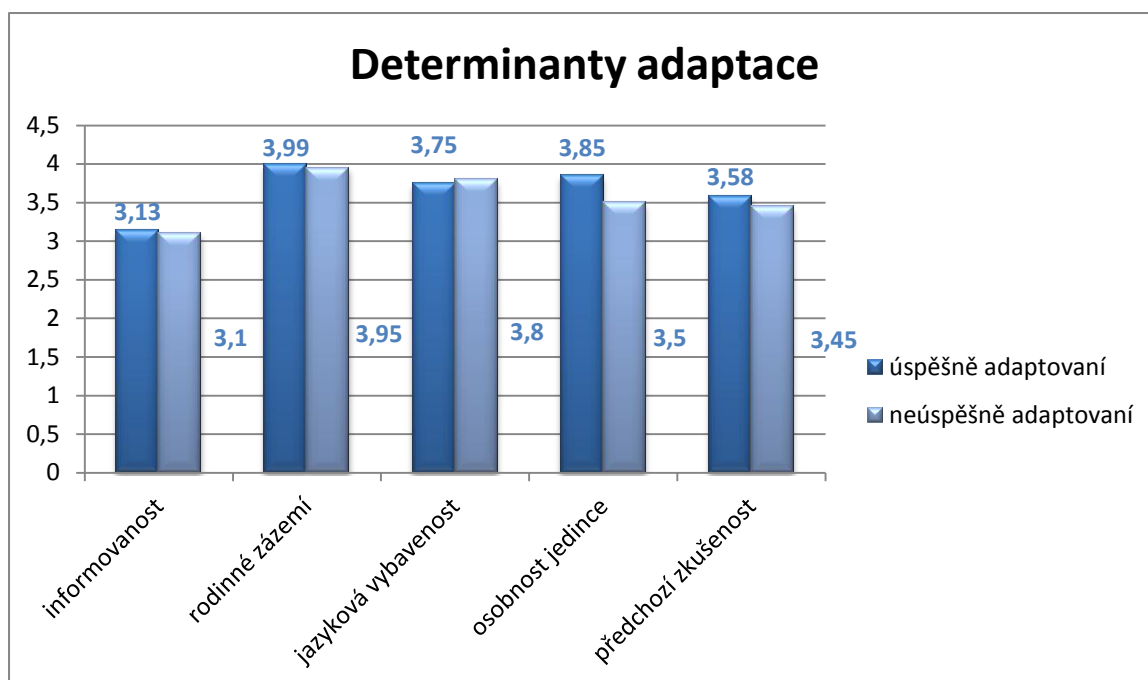
Tabulka 3. Rozdíly v determinantech mezi úspěšně a neúspěšně adaptovanými

Tabulka poukazuje na to, že statisticky významný rozdíl v jednotlivých faktorech mezi úspěšně adaptovanými a neúspěšně adaptovanými byl prokázán pouze ve faktoru osobnost. U ostatních determinantů nebyl statisticky významný rozdíl prokázán. Tato skutečnost vyplývá z porovnání zjištěné hodnoty p a stanovené hladiny významnosti. A pouze u determinantu osobnost jsme zjistili, že výsledná hodnota p je výrazně menší než stanovená hladina významnosti. (výsledné $p = 0,021384 < 0,05000$). Pokud je naměřená hodnota skutečně menší, mohu tedy odmítnout nulovou hypotézu a přijmout alternativní.

2HA: U determinanty osobnost je statisticky významný rozdíl mezi úspěšně adaptovanými a neúspěšnými adaptovanými studenty.

6.1.8 Grafické zobrazení rozdílů v jednotlivých determinantech u úspěšně a neúspěšně adaptovaných studentů

Cílem grafu bylo poukázat na průměrné naměřené hodnoty v determinantech, které mohli ovlivnit adaptaci studenta v zahraničí. Dvojice sloupců v každé oblasti porovnává naměřené hodnoty u úspěšně a neúspěšně adaptovaných. Znatelný rozdíl je vidět u determinantu osobnost.



Graf 2. Determinanty adaptace

6.1.9 Korelace mezi determinanty úspěchu

Proměnná	Korelace (Tabulka1)				
	sebehodnocení adaptace	informovanost	rodinné zázemí	jazyková vybavenost	předchozí zkušenost
sebehodnocení adaptace	1,00	0,01	0,25	0,09	0,10
informovanost	0,01	1,00	-0,10	0,17	0,14
rodinné zázemí	0,25	-0,10	1,00	-0,03	-0,02
jazyková vybavenost	0,09	0,17	-0,03	1,00	0,38
předchozí zkušenost	0,10	0,14	-0,02	0,38	1,00

Tabulka 4. Korelace mezi determinanty úspěchu

Tabulka popisuje, zda existuje mezi jednotlivými determinanty úspěchu vzájemný vztah. Zda spolu jednotlivé kategorie souvisí. Pokud respondent ohodnotil jednu otázku v určité oblasti daným počtem bodů, zda související otázku v jiné oblasti hodnotil podobně.

Čím blíže se získaná hodnota přibližuje hodnotě číslo 1 tím větší je mezi dvěma oblastmi větší souvislost. Shodné hodnoty byly zjištěny u několika faktorů, pro nás jsou však významné ty, u kterých je hladina p menší než zvolená hladina významnosti 0,05000. Druhou podmínkou pro korelaci je, že se hodnota blíží hodnotě 1.

Mírná korelace byla prokázána mezi kategoriemi: **sebehodnocení a rodinné zázemí**

Střední korelaci můžeme pozorovat u kategorií: **jazyková vybavenosti a předchozí zkušenost**

6.2 Vyhodnocení výsledků

Na základě provedeného výzkumu byly zjištěny tyto fakta:

- U sebehodnocení adaptace u úspěšně adaptovaných studentů a neúspěšně adaptovaných byl zjištěn signifikantní rozdíl.
- Z vybraných determinantů úspěchu byl prokázán významný rozdíl u úspěšných a neúspěšných studentů u determinantu OSOBNOST. **Osobnost jedince je jeden z faktorů, který se významně podílí na adaptaci a může její úspěšnost do určité míry ovlivnit.**

- U ostatních determinantů významný rozdíl nebyl prokázán.

Osobnost každého člověka utváří zejména charakterové vlastnosti, jeho znalosti, dovednosti a kompetence. Tyto rysy osobnosti jsou velmi individuální, do značné míry ovlivněny genetickou vybaveností, výchovou a vzděláním. Pro orientaci a schopnost adaptovat se v novém, odlišném kulturním prostředí považují za zásadní multikulturní kompetence, psychickou odolnost a schopnost vyrovnat se se zátěžovými situacemi. Jedinci, kteří si v průběhu života dokázali tyto schopnosti a dovednosti osvojit, mohou mít orientaci a adaptaci na nové prostředí značně ulehčenou.

Vzájemný vztah mezi jednotlivými determinanty byl zjištěn u:

- Předchozí zkušenosti a znalosti jazyka

Vztah mezi předchozí zkušenosti a jazykovou vybaveností člověka je poměrně snadno objasnitelný. Pokud již v minulosti student pobýval delší dobu v zahraničí, byl nucen se tam dorozumět a aktivně tak využívat znalost cizího jazyka, pak mu tato zkušenost pomůže a usnadní dříve se dorozumět při pozdějším pobytu v zahraničí.

- Sebehodnocení úspěšnosti studenta a rodinného zázemí

Rodinné zázemí, výchova, vzájemný vztah rodiče a studenta má vliv na sebevědomí a sebehodnocení studenta. Tak jak své děti hodnotí a vidí jejich rodiče, tak se pak prezentují sami. Pokud jim rodiče věří a podporují je, získávají jejich děti vyšší sebevědomí.

Z rodinného prostředí si člověk odnáší hodnoty, normy, vzory a chování rodičů k dětem se pak reflektuje do vztahu dítěte k vnějšmu okolí. Většina rodičů studentů, kteří se účastnili zmíněného dlouhodobého pobytu v zahraničí, jsou lidé ambiciózní, úspěšní, kteří svého úspěchu však dosáhli vlastní pílí, překonáváním překážek. Na základě tohoto vzorce chování, se kterým se studenti setkávají u svých rodičů, si věří a jsou schopni překážky a obtíže překonat a zvládnout.

6.1 Aplikační rozměr

Výsledky šetření budou předány organizaci Rotary, které se tak dostane zpětné vazby ze strany účastníků pobytu. Vzhledem k tomu, že většina účastníků byla s pobytem velmi spokojena, domnívám se, že organizace pobyt realizuje úspěšně. Z výzkumu vyplynulo, že 67 z oslovených 81 respondentů se v zahraničí adaptovalo úspěšně. Na základě tohoto fak-

tu, můžeme říci, že organizace dokáže efektivně posoudit a vybrat vhodné jedince pro pobyt v zahraničí.

Informace bych doporučila shrnout do brožury či letáku, díky kterému by studenti získali nenahraditelné rady a informace týkající se pobytu. Ocení je především vážní zájemci o roční výměnu, neboť se tak mohou seznámit s obtížnými situacemi, které je v novém prostředí čekají, se zkušenostmi svých kolegů, a především jim bude umožněno lépe se na pobyt do jisté míry připravit.

Mým dalším návrhem by byla přednáška studenta, který se výměny zúčastnil, kde by hovořil o úskalích spojených s pobytem, dále by poukázal na oblasti, ve kterých se potýkal s největšími problémy, případně by doporučil, jak se těmto situacím vyhnout. Podělil by se s nimi tak o cenné rady, které budou zájemci jistě potřebovat. Případně by ještě zmínil způsob života v zemi, kterou navštívil.

ZÁVĚR

Bakalářská práce popisovala problematiku adaptace mladistvých při změně kulturního prostředí. Cílem práce bylo zjistit, zda je dnešní generace mladistvých schopna se adaptovat ve změněných kulturních podmínkách při dlouhodobém pobytu v zahraničí.

Teoretická část měla za cíl objasnit výchozí teoretické pojmy spojené s danou problematikou. První kapitola charakterizovala multikulturní společnost, s ní čím dál častěji spojenou interkulturní komunikaci, založenou na osvojení multikulturních kompetencí. Druhá kapitola charakterizuje jednotlivé procesy, spojené s přechodem jedince z vlastního kulturního prostředí do odlišného. Kapitola třetí věnovala pozornost adolescentům, a to pohledu zejména na psychické změny, ke kterým v této vývojové etapě života dochází.

Praktická část zkoumala prostřednictvím dotazníkového šetření a následné analýzy dat, pomocí statistických metod, zda byli studenti schopni se úspěšně adaptovat na odlišnou kulturu při dlouhodobém pobytu v zahraničí. Dále analyzovala jednotlivé determinanty úspěchu (osobnost, vztah k rodičům, znalost cizího jazyka, předchozí zkušenost se zahraničním pobytem, informovanost a dané zemi), které mohly mít podíl na adaptaci jedince. Zjišťovala, zda u úspěšně a neúspěšně adaptovaných jedinců nacházíme v těchto oblastech statisticky významné rozdíly.

Z výsledku výzkumu vyplývá, že studenti jsou schopni poměrně dobře adaptovat v novém prostředí a v odlišné kultuře. Neboť na základě jejich sebehodnocení a na základě mého zpracování a vyhodnocení jimi poskytnutých dat vyplývá, že většina z nich se dokázala během pobytu přizpůsobit odlišným podmínkám, kultuře a novému prostředí. Dále bylo na základě výzkumu zjištěno, že determinant osobnost je faktorem, který skutečně může adaptaci na odlišnou kulturu ovlivnit. Velké množství respondentů také uvedlo, že se jednalo o velmi cennou životní zkušenost, kterou mohou v budoucnu velmi účelně využít.

Na základě výsledků výzkumného šetření můžeme říci, že stanovený **cíl práce byl splněn.**

Schopnost adaptace považujeme za velmi zásadní osobní charakteristiku jedince v dnešní, rychle měnící se době, kdy jsou lidé nuceni neustále se přizpůsobovat novým podmínkám a na jedince, jako člena této moderní společnosti, jsou kladeny stále větší nároky. Ať již ve sféře soukromého či profesního života. Tuto schopnost mohou efektivně využít jedinci, kteří budou uvažovat o pracovním uplatnění na mezinárodním trhu práce. Což sledujeme

za zásadní již z toho důvodu, že stále více mladých lidí se orientuje při vyhledávání pracovních příležitosti v zahraničí.

Výsledky mého šetření budou předány organizaci Rotary, které se tak dostane zpětné vazby ze strany účastníků pobytu. Vzhledem k tomu, že většina účastníků se dokázala poměrně bez problémů adaptovat a hodnotí svůj roční zahraniční pobyt jako cennou zkušenost, můžeme se domnívat, že program výměny je dobře nastaven a realizován. Také výběrová komise dokáže vhodně posoudit a vybrat z většího množství zájemců vhodné kandidáty, kteří jsou schopni se s novým prostředím a zátěžovými situacemi vyrovnat.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] ALLPORT, Gordon, 2004 cit. podle GILLNEROVÁ, Ilona, Vladimír KEBZA a Milan RYMEŠ et al., 2011. *Psychologické aspekty změn v české společnosti*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2798-1.
- [2] BENNETT, Milton, 2004 cit. podle MORGENSTERNOVÁ, Monika a Lenka ŠULOVÁ et al., 2007. *Interkulturní psychologie*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 972-80-246-1361-1.
- [3] BERRY, John, 2002 cit. podle GILLNEROVÁ, Ilona, Vladimír KEBZA a Milan RYMEŠ et al., 2011. *Psychologické aspekty změn v české společnosti*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2798-1.
- [4] BERRY, John, 2002 cit. podle PRŮCHA, Jan, 2004. *Interkulturní psychologie*. Praha: Portál. ISBN: 80-7178-885-6.
- [5] BOCHNER, Stephen, 1982 cit. podle GILLNEROVÁ, Ilona, Vladimír KEBZA a Milan RYMEŠ et al., 2011. *Psychologické aspekty změn v české společnosti*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2798-1.
- [6] FARKOVÁ, Marie, 2009. *Dospělost a její variabilita*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2480-5.
- [7] FURNHAM, Adrian a Stephen BOCHNER, 1986 cit. podle GILLNEROVÁ, Ilona, Vladimír KEBZA a Milan RYMEŠ et al., 2011. *Psychologické aspekty změn v české společnosti*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2798-1.
- [8] GILLNEROVÁ, Ilona, Vladimír KEBZA a Milan RYMEŠ et al., 2011. *Psychologické aspekty změn v české společnosti*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2798-1.
- [9] HARRIS, MORAN, 1991 cit. podle MORGENSTERNOVÁ, Monika a Lenka ŠULOVÁ et al., 2007. *Interkulturní psychologie*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 972-80-246-1361-1.
- [10] HLADÍK, Jakub, 2006. Multikulturní výchova: (socializace a integrace menšin). Zlín: Univerzita Tomáše Bati. ISBN 80-7318-424-9.
- [11] HLADÍK, Jakub. Konstrukce a modely multikulturních kompetencí. Pedagogická orientace, 2010, roč. 20, č. 4, s. 27-47. ISSN 1211-4669.
- [12] HOFSTEDÉ, Geert, 2006. *Kultury a organizace: software lidské mysli*. Praha: Linde. ISBN 80-86131-70-X

- [13] CHRÁSKA, Miroslav, 2007. *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4.
- [14] IVANOVÁ, Kateřina, Lenka ŠPIRUDOVÁ a Jana KUTNOHORSKÁ, 2005. *Multikulturní ošetřovatelství*. Praha: Grada. ISBN 80-247-1212-1.
- [15] JÁNSKÝ, Ladislav 1979. *Fysiologie adaptací*. Praha: Academia. ISBN 509-21-827.
- [16] KŘIVOHLAVÝ, Jaro, 2011. *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3604-4.
- [17] LEHMANNOVÁ, Zuzana, 1999. *Kulturní dimenze mezinárodních vztahů*. Praha: VŠE. ISBN: 80-7079-850-5
- [18] MACEK, Petr, 2003. *Adolescence*. 2. upravené vydání. Praha: Portál. ISBN 80-7178747-7.
- [19] MAŘÍKOVÁ, Hana, Miloslav PETRUSEK a Alena VODÁKOVÁ et al., 1996. *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum. ISBN 80-7184-311-3.
- [20] MESÁROŠOVÁ, Barbora, 2004 cit. podle VÝROST, Josef a Ivan SLAMĚNÍK, 2008. *Sociální psychologie*. 2. přepracované a rozšířené vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1428-8.
- [21] MORGENSTERNOVÁ, Monika a Lenka ŠULOVÁ et al., 2007. *Interkulturní psychologie*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 972-80-246-1361-1.
- [22] OREL, Miroslav a Věra FACOVÁ et al., 2009. *Člověk jeho mozek a svět*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2617-5.
- [23] PAULÍK, Karel, 2010. *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada. ISBN 978-80-2472959-6.
- [24] PRŮCHA, Jan, 2004. *Interkulturní psychologie*. Praha: Portál. ISBN: 80-7178-885-6.
- [25] PRŮCHA, Jan, 2010. *Interkulturní komunikace*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3069-1.
- [26] ROTARY DISTRICT 2240. Rotary 2240.org [online]. ©2008 [cit. 2011-12-12]. Dostupné z: <http://www.rotary2240.org/district-2240/cs/>
- [27] SARTORI, Giovanni, 2005. *Pluralismus, multikulturalismus a přistěhovalci: esej o multikulturní společnosti*. Praha: Dokořán. ISBN 80-7363-022-2.

- [28] SLAMĚNÍK, Ivan, 2011. *Emoce a interpersonální vztahy*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3311-1.
- [29] SOUKUP, Václav, 2000 cit. podle PRŮCHA, Jan, 2010. *Interkulturní komunikace*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3069-1.
- [30] ŠÍPEK, Jiří, 2001. *Úvod do geopsychologie*. Praha: ISV. ISBN 80-85866-70-6.
- [31] ŠIŠKOVÁ, Tatjana et al., 1998. *Výchova k toleranci a proti rasismu*. Praha: Portál. ISBN 80-7367-182-4.
- [32] ŠPIRUDOVÁ, Lenka et.al, 2006. *Multikulturní ošetřovatelství II*. Praha: Grada. ISBN 80-247-1213-X.
- [33] VÁGNEROVÁ, Marie, 2005. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0956-8.
- [34] VALIŠOVÁ, Alena a Hana KASÍKOVÁ, 2010. *Pedagogika pro učitele*. 2. rozšířené a aktualizované vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3357-9.
- [35] VÝROST, Josef a Ivan SLAMĚNÍK, 2008. *Sociální psychologie*. 2. přepracované a rozšířené vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1428-8.
- [36] WILDING, Christine, 2010. *Emoční inteligence: vliv emocí na osobní a profesní úspěch*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2754-7.

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

apod. a podobně

atd. a tak dále

např. například

popř. popřípadě

tj. to jest

tzv. tak zvaný

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1. Úspěšnost adaptace studentů při dlouhodobém pobytu v zahraničí	44
Tabulka 2. Zpracování dat U- testem.....	46
Tabulka 3. Rozdíly v determinantech mezi úspěšně a neúspěšně adaptovanými.....	50
Tabulka 4. Korelace mezi determinanty úspěchu	52

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1. Determinanta úspěchu - osobnost.....	49
Graf 2. Determinanty adaptace	51

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I Dotazník

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

Schopnost adaptace studentů na odlišnou kulturu při dlouhodobém pobytu v zahraničí

Ahoj,

jsm studentka 3. ročníku Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně. Tento rok píši svoji závěrečnou práci a chtěla bych Tě požádat o pomoc. Tématem mé bakalářské práce je pobyt studentů v zahraničí a jejich aklimatizace. Naše rodina má s výměnnými studenty bohaté zkušenosti, hostila již tři výměnné Rotary studenty a můj bratr se výměny v rámci Rotary sám zúčastnil, pobýval rok na Alijašce.

Věřím, že si najdeš 10 minut na vyplnění krátkého dotazníku, který je součástí mého výzkumu, v praktické části mé práce. Výsledky výzkumu budou poskytnuty organizaci Rotary, která má o výzkum také zájem. Dotazník je anonymní a je zaměřen na zhodnocení ročního studentského výměnného pobytu. Dotazník tvoří pouze škálové otázky, proto Tě poprosím o podtrhnutí nebo zvýraznění příslušného čísla, pro které se rozhodneš. K tomuto účelu slouží např. klávesa **U** nebo **B** na horní liště hned pod výběrem druhu a velikosti písma v dokumentu.

Předem děkuji za spolupráci a za Tvůj čas a přeji Ti hezký den.

1. Přizpůsobit se novým podmínkám pro Tebe bylo (1 - velmi obtížné, 5 - snadné)
1 2 3 4 5
2. Jak sis během pobytu rozuměl/a s hostitelskými rodinami? (1 - vůbec nerozuměl, 1 - velmi rozuměl)
1 2 3 4 5
3. Jak bys ohodnotil/a celý svůj roční pobyt? (1 - velmi nespokojen, 5 - velmi spokojen)
1 2 3 4 5
4. Orientace v novém prostředí - odlišný školní systém, odlišný politický systém, jiná mentalita lidí - pro tebe byla (1 - velmi obtížná, 5 - snadná)
1 2 3 4 5

5. Než jsem odcestoval/a, zjistil/a jsem si informace o zemi, kde budu rok pobývat (1- nezjistil jsem si žádné informace, 5- vyhledal jsem si velké množství informací)
1 2 3 4 5
6. Znal/a si některé tradice, životní styl, kulturu nové země (1 - neznal, 3 - znal jsem jen některé, 5- znal/a jsem téměř vše)
1 2 3 4 5
7. Myslíš si, že by Ti pomohlo lépe a rychleji se přizpůsobit, kdyby si tyto informace měl/a? (1 - vůbec nepomohlo, 5 - velmi pomohlo)
1 2 3 4 5
8. Poskytla Ti organizace nějaké informace o dané zemi? (1 - vůbec neposkytla, 5 - poskytla mi mnoho informací)
1 2 3 4 5
9. Jak důležitá byla pro Tebe během pobytu komunikace s rodiči? (1 - nepotřebná, 5 - velmi důležitá)
1 2 3 4 5
10. Vztah s rodiči bys označil jako (1 - velmi problémový, 3 - občasné problémy, 5 - bezproblémový)
1 2 3 4 5
11. Rodiče Tě při Tvých rozhodnutích podporují (1 – vůbec, 2- spíše nepodporují, 3 - občas podporují, 4- spíše podporují, 5- vždy podporují)
1 2 3 4 5
12. Zajímají se rodiče o to, kde a s kým trávíš volný čas? (1- nezajímají se vůbec, 3 - občas se zajímají, 5 - zajímají se vždy)
1 2 3 4 5
13. Svoji znalost anglického jazyka - případně jazyka, kterým si v dané zemi hovořil - hodnotím jako (1 - velmi špatnou, 3 - dobrou, 5 - výbornou)
1 2 3 4 5

14. Svoji schopnost aktivně mluvit v anglickém jazyce – případně v jazyce, kterým si v dané zemi hovořil - před ročním výměnným pobytem v zahraničí hodnotím jako (1 - velmi špatnou, 3 - dobrou, 5 - výbornou)
- 1 2 3 4 5
15. Svoji schopnost porozumět anglicky mluvenému slovu - případně jazyku, kterým si v cizí zemi hovořil - před ročním výměnným pobytem v zahraničí hodnotím jako (1 - velmi špatnou, 3 - dobrou, 5 - výbornou)
- 1 2 3 4 5
16. Komunikace v cizím jazyce mi činí problémy - nejsem si jistý/á správností, stydím se (1 - absolutně souhlasím, 5 - absolutně nesouhlasím, nemám žádné problémy)
- 1 2 3 4 5
17. V prostředí lidí, které málo znám se cítím (1 - velmi nepříjemně, 3 - nevadí mi, 5 - velmi dobře)
- 1 2 3 4 5
18. Mám problémy v navazování komunikace s lidmi, které neznám (1 - absolutně souhlasím, 5 - absolutně nesouhlasím)
- 1 2 3 4 5
19. Zátěžové, stresové situace zvládám (1 - zvládám velmi obtížně, 5 - velmi dobře, bez problémů)
- 1 2 3 4 5
20. V zátěžových, stresových situacích ses během Tvého pobytu v zahraničí ocital (1 - téměř pořád, 2 - velmi často, 3 - občas, 4 - výjimečně, 5 - téměř nikdy)
- 1 2 3 4 5
21. Jsi zvyklý Ty sám nebo s rodiči cestovat do zahraničí? (1 - vůbec, 3 - občas, 5 - velmi často)
- 1 2 3 4 5
22. Byl jsi již někdy dříve před ročním pobytem několik týdnů mimo domov? (1 - nikdy, 2 - 1-2krát, 3 - 2-3 krát, 4 - 3-4 krát, 5 - vícekrát)
- 1 2 3 4 5

23. Přišel jsi již někdy před ročním pobytem do kontaktu s příslušníky jiného státu v ČR - nejedná se o pobyt v zahraničí - např. ve škole, ve Tvém volném čase (1 - nikdy, 2 - 1-2krát, 3 - 2-3 krát, 4 - 3-4 krát, 5 - vícekrát)

1 2 3 4 5

24. Měl jsi již dříve, než ses zúčastnil výměnného pobytu, nějaké kontakty v zahraničí - přátele, rodinu, se kterými si aktivně komunikoval? (1 - neměl, 2 - jednoho přítele, 3 - několik přátel, 4 - rodinu, 5 - rodinu i přátele)

1 2 3 4 5