

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE**

**Fakulta humanitních studií**



**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**Abstinance jako volba**

Vypracovala: Barbora Nitrová

Vedoucí práce: PhDr. Iva Poláčková Šolcová, Ph.D.

**Praha 2017**

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně. Všechny použité prameny a literatura byly řádně citovány. Práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 28.6.2017

.....

.....

Barbora Nitrová

Nejprve bych ráda poděkovala PhDr. Ivě Poláčkové Šolcové, Ph.D. za odborné vedení mé práce, hbitou komunikaci a lidský přístup.

Děkuji také všem participantům, bez kterých by tato práce nemohla vzniknout.

## **ABSTRAKT**

Tato bakalářská práce se zabývá dobrovolnou abstinencí. V první části se věnuje abstinenci a konzumaci alkoholu v České republice i ve světě. Zabývá se rovněž rolí alkoholu jako facilitátoru sociálního kontaktu a představuje vlivy a důvody abstinence. Z prezentovaných výzkumů vyplývá, že na abstinenci, respektive konzumaci alkoholu má vliv sociální tlak a dále například osobní přesvědčení. V druhé části je představen autorčin kvalitativní výzkum, sestávající z polostrukturovaného rozhovoru a sledování semispontánních rozhovorů v předem připravené situaci, který si kladl otázky, jaké jsou reakce sociálního okolí na abstinenty v České republice a jaké strategie používají abstinenti k odůvodnění své abstinence. Získaná data byla analyzována za pomoci interpretativní fenomenologické analýzy (IPA) a kódováním na bázi zakotvené teorie. Prezentované výsledky potvrzují facilitační funkci alkoholu v komunikaci a ukazují několik druhů reakcí sociálního okolí a strategií abstinentů.

**Klíčová slova:** abstinence, alkohol, stereotypy, motivy abstinence

## **ABSTRACT**

The topic of this bachelor thesis is voluntary abstinence. In its first part facts about abstinence and alcohol consumption both in Czech Republic and in the world are presented. It introduces a facilitation role of alcohol, influences and motives for abstinence. The theories presented in this thesis show that abstinence (or alcohol consumption) is influenced by social settings, social pressure and personal conviction of an abstainer. The second part consists of authors qualitative research including semi-structured interview and observation of semi-spontaneous interviews. The research was focused on reaction of social surroundings on voluntary abstainers in Czech Republic and on their strategies and responses. The obtained data were analysed using interpretative phenomenological analysis (IPA) and coding based on grounded theory. The results presented in this bachelor thesis confirm the facilitation role of alcohol and show several types of reaction of social surrounding.

Key words: abstinence, alcohol, stereotypes, abstinence motives

## Obsah

ABSTRAKT.....	3
ABSTRACT.....	4
ÚVOD .....	7
TEORETICKÁ ČÁST.....	8
1.    Abstinence.....	8
2.    Alkohol a mladiství.....	9
3.    Srovnání konzumace alkoholu v ČR a ve světě.....	11
4.    Alkohol jako facilitátor sociálního kontaktu.....	12
4.1.    Abstinenti a strategie odpovědí.....	13
4.2.    Respektování rozhodnutí abstinentů.....	16
4.3.    Důvody abstinence.....	17
5.    Vlivy na rozhodnutí abstinovat.....	18
EMPIRICKÁ ČÁST.....	20
1.    Metodologie.....	20
1.1.    Cíl výzkumu.....	20
1.2.    Metoda.....	20
1.3.    Výběr vzorku.....	21
1.4.    Sběr dat.....	21
1.5.    Analytické postupy.....	23
1.6.    Popis vzorku – Část sociální okolí.....	24
1.7.    Popis vzorku – Část Abstinenti.....	27
2.    Výsledky.....	30
2.1.    Alkohol jako facilitátor sociálního kontaktu.....	30
2.2.    Důvody abstinence a její hodnocení.....	32

2.3.	Vlivy a hodnocení konzumace alkoholu.....	35
2.4.	Reakce okolí.....	40
2.5.	Pozorované změny od doby abstinence.....	46
	DISKUSE.....	49
	LIMITY ŠETŘENÍ.....	52
	ZÁVĚR.....	53
	REFERENCE.....	55
	PŘÍLOHY.....	59

## Úvod

Pro tuto práci jsem si vybrala téma dobrovolné abstinence v prostředí českých vysokoškolských studentů, absolventů a mladých dospělých. Jelikož se s jevem dobrovolné abstinence neseťkáváme v české společnosti a zejména u mladých lidí často, rozhodla jsem se touto oblastí více zabývat. Tento předpoklad je založen na statistikách užívání alkoholu v České republice, zahraničních výzkumech, které sledovaly roli alkoholu ve společnosti a reakce s nimiž se abstinenti nejčastěji ve společnosti setkávají. Z těchto výzkumů vyplývá, že abstinence, pokud nespočívá převážně v nějakém zdravotní důvodu, není brána jako legitimní volba a společnost si žádá další vysvětlování, což vede k tomu, že si abstinenti tvoří mnoho strategií pro její zdůvodňování.

Mě konkrétně bude zajímat abstinentova interakce se sociálním okolím, jaké reakce se objevují na abstinentovo nepití, s jakými reakcemi se respondenti setkali a jaké strategie odpovědí používají k vysvětlování svého jednání. Nedílnou součástí jsou také motivy abstinence a vlivy na ni.

Výzkum probíhal ve dvou rovinách. V jedné jsou sledovány reakce skupiny na abstinenta v nějakém restauračním zařízení a v druhé stěžejní části se věnuji rozhovorům s abstinenty. Práce je také vhodně doplněna o statistiky a mnou zjištěné údaje jsou dány do kontrastu s dostupnými daty jak z ČR, tak ze zahraničí.

Ve výběru tématu mě potom utvrzuje i výrok Dr. Csémyho a MUDr. Sovinové, že *„Česká společnost je tradičně velmi tolerantní nejen vůči pravidelnému pití alkoholických nápojů, ale také vůči excesivnímu pití. Tolerantní normy dospělých utvářejí postoje dětí a mladých lidí k alkoholu. Ti potom velmi brzy přijímají pití jako normální (rozuměj společensky schvalovanou) součást sociálních kontaktů a téměř neodmyslitelnou součást oslav a zábav. Výsledky šetření ukázaly, že dospělí v Čechách vypijí v průměru 14 litrů alkoholu za rok. (Touto spotřebou se řadí na přední místo evropského žebříčku.)*[CITATION Csé03 \I 1029 ].“ Proto vidím jako zajímavé a možná trochu kontroverzní podívat se na opačnou stranu spektra, a to na dobrovolnou abstinenci a reakce sociálního okolí na ni.



# TEORETICKÁ ČÁST

## 1. Abstinence

Alkohol hrál ve společnosti svou roli již v době neolitu, zhruba 4000 let před naším letopočtem a jeho konzumace provází lidstvo po tisíciletí. Ve všech společnostech se vyskytuje užívání alkoholu (Pittman & White, 1991). Alkohol je používán jako mocný a univerzální symbolický nástroj, který konstruuje a ovlivňuje sociální světy. Mezikulturní studie poukázala na čtyři symbolické kategorie spjaté s užíváním alkoholu [ CITATION Dou87 \l 1029 ]. Ten je užíván jako:

- a) Znamka, která určuje charakter sociálních situací a událostí.
- b) Indikátor sociálního statusu.
- c) Ukazatel náklonosti.
- d) Ukazatel genderových odlišností.

Výše zmíněné kategorie dokládají význam alkoholu v naší společnosti, rozhodla jsem se proto v této bakalářské práci podívat jednak na ty, kdo jej nekonzumují – na dobrovolné abstinenty, a pak také na to, jak danou skutečnost vnímá jejich sociální okolí.

Existuje několik definic abstinence. Ekvivalentem slova abstinence je zdrženlivost a střídmost. Dle Nešpora a Provazníkové (1999) je abstinence vymezena takto: „Abstinence – zdrženlivost. V oblasti návykových rizik znamená zdržet se požívání alkoholu, drog nebo hazardní hry. Příčiny mohou být zdravotní [...], morální [...] nebo náboženské [CITATION NEŠ99 \t \l 1029 ].“ Tyto definice nezahrnují žádné časové hledisko. Naopak Skála [CITATION Ská88 \n \t \l 1029 ] za abstinující jedince považuje ty, kteří odmítají požití alkoholu v jakémkoliv množství a nepožili ani kapku alkoholu po dobu nejméně tří let. Johnson, Dinsmore & Hof [CITATION Joh11 \n \t \l 1029 ] označují za abstinenta toho, kdo v současné době nepožívá alkohol. Na tom můžeme vidět, že časové hledisko abstinence je značně individuální. Zvolila jsem proto vlastní definici abstinence. Pro účely mé bakalářské práce za abstinenta považuji osobu, která nekonzumuje alkohol alespoň 3 měsíce.

Na Ve studii HBSC (Inchley et al., n.d.) se ukazuje, že poměrně signifikantní část mládeže v České republice pravidelně přichází do styku s alkoholem. Lze se domnívat že

přístup k alkoholu formuje postoje k němu v pozdějším životě, ale zároveň i postoje jejich vrstevníků.

**Dobrovolná abstinence** je taková abstinence, kdy daný jedinec k tomuto jednání dospěl ze své vůle, abstinence mu nebyla doporučena odborníkem v rámci léčby či prevence.

~~V této práci také nebudu ve svém vzorku prezentovat abstinenty, jejichž primárním důvodem zdržování se alkoholu je náboženství.~~

## 2. Vymezení základních pojmů

~~Pojem sociální okolí ve své práci používám v souvislosti s okruhy lidí, ve kterých se jedinec často pohybuje. Ty jsou trojího rázu a vesměs zahrnují výše uvedenou definici sociální skupiny, ale mohou mít i charakter sociální kategorie. Pro přesnost je uvedu. Do prvního okruhu – nejbližšího sociálního okolí spadají přátelé, zájmové spolky a skupiny. Další okruh tvoří nukleární rodina a příbuzní. Do třetí podkategorie spadají například spolupracovníci, neznámí lidé, se kterými se jedinci setkají na různých událostech či oslavách skrze své přátele a známé, popřípadě se ještě může jednat o skupinu, která se ke skupině abstinenta přidá někde v restauračním zařízení a podobně.~~

~~**Stereotyp** je přesvědčení, na jehož základě jsou konkrétní skupině jedinců připisovány určité vlastnosti, které mohou a nemusí být pravdivé (Kassin, 2012). Vyznačují se nediferenciovaným paušálním, často iracionálním a předsudečným hodnocením nějak zvláštních skupin a jejich členů, kteří jsou vnímáni ve své individualitě a okamžitých kontextech (Urban, 2011). Co se týče vymezení pojmu **předsudek** – jedná se o negativní vztah k jiným lidem vyplývající z jejich členství v určité skupině (Kassin, 2012).~~

## 3. Alkohol a mládí

V následující části prezentuji údaje o konzumaci alkoholu mezi dětmi a mládeží na našem území. Následně je dám do souvislosti se sociálními vlivy.

Studie ESPAD z let 1995, 1999, 2003 dokládají, že osoby mladší 18 let v České republice požívají alkohol. Konkrétně byla prokázána konzumace alkoholických nápojů na

reprezentativních vzorcích středoškoláků ve věku 16 let [ CITATION Hib12 \l 1029 ]. Přehled můžeme vidět v následující tabulce (Tab. 1). Uváděné hodnoty jsou v %.

Tab. 1 Konzumace alkoholu středoškoláky. Studie ESPAD.

Alkohol za posledních 30 dnů.

Rok	Chlapci			Dívky			Studenti celkem		
	1995	1999	2003	1995	1999	2003	1995	1999	2003
Pivo 6x*	26,7	37,4	33,6	6,9	12,1	14,4	17,8	24,1	23,1
Víno 6x*	5,8	6,3	7,8	3,7	7,5	9,4	4,8	7	8,7
Destiláty 6x*	13	15,5	9,7	9,7	10,1	11,4	11,5	12,7	12,6

\* znamená „a více“ nebo „a častěji“

Tabulka převzata z Csémy, Ladislav a Hana, Sovinová. 2003. Kouření cigaret a pití alkoholu v České republice. Praha: Státní zdravotní ústav, 2003. str. 44

Mezinárodní studie HBSC (Inchley et al., n.d.), která je již po 30 let uskutečňována pod hlavičkou Světové zdravotnické organizace, podává další informace o zdraví, tělesné a duševní pohodě, sociálním prostředí a chování ve vztahu ke skupinám 11letých, 13letých a 15letých dětí. Zaměřuje se na pochopení života mladých lidí v sociálním kontextu. Pro představu o tom, jaká je situace dětské konzumace alkoholu v České republice se seznámíme s některými údaji, které jsou klíčové pro pochopení formování mládeže a utváření jejího postoje k alkoholu a postojů obecně. Poslední sběr dat se uskutečnil ve školním roce 2013/2014 na vzorku 219 460 školáků. Následující data se však zužují na tzv. Visegrádskou čtyřku: Českou republiku, Maďarsko, Polsko a Slovensko.

Procentuální průměr **dětí, které se opily dva a vícekrát** je dle HBSC u věkové kategorie 11letých dětí 1 % u dívek a 2 % u chlapců. V České republice je u dívek toto číslo rovněž 1 %, a u chlapců na 2 %. V další věkové kategorii – 13 let – jsou již nad průměrem HBSC jak dívky, tak chlapci a to s 5 a 7 % oproti průměrným 4 a 6 %. V poslední věkové kategorii – 15 let je HBSC průměr 20 % u dívek a 24 % u chlapců, ale opakovanou zkušenost s opilostí u nás má 29 % 15letých dívek a 32 % chlapců, což jsou po Maďarsku nejvyšší čísla z Visegrádské čtyřky.

Při dotazování na **konzumaci alkoholu alespoň jednou týdně** se ukázalo, že v České republice tak činí 4 % 11letých dívek a 5 % chlapců oproti průměru HBSC 2 a 4 %. U 13letých jsou pak tato čísla 5 a 8 % a jsou tak o 1 % nad průměrem ve své kategorii. U poslední skupiny dotazovaných – 15letých – se česká mládež opět dostává do vedoucích pozic po Maďarsku. Alkohol minimálně 1 týdně konzumuje v průměru dle HBSC 9 % dívek a 16 % chlapců, v České republice je to však 14 a 20 %.

Z výzkumů vyplývá, že čtvrtina až třetina dětí v České republice se dostává pravidelně do kontaktu s alkoholem a jeho konzumací. Lze se domnívat. Že pravidelný kontakt s alkoholem má vliv nejen na ty osoby, které konzumují alkohol, ale i na ostatní vrstevníky, kteří jsou s takovýmto jednáním konfrontováni. Nehledě na to, že tyto výsledky se týkají dětí, které jsou až 7 let pod zákonnou hranicí konzumace alkoholu a s narůstajícím věkem se množství dětí, které podlehnou, těmto okolním vlivům zvyšuje. Jak jsme mohli vidět na přechozích datech studie WHO, ale můžeme vidět i na studii HBSC, v České republice je konzumace alkoholu velmi rozšířená a poměrně běžná. Ačkoli je zákonná hranice konzumace alkoholu stanovena na 18 let, z těchto studií vyplývá, že bohužel i mezi nezletilými je setkání se s alkoholem velmi častou záležitostí. Proto děti a mládež, které v takovémto prostředí vyrůstají, záhy přijímají takové jednání za zcela běžné.

Co se týče samotné abstinence, v dalším šetření, konkrétně ve studii EHIS (Inchley et al., n.d.) nalézáme kategorii 15-24 let, ta nám sice zcela neodkrývá, jak je to s pitím alkoholu/abstinenčí v kratších životních etapách, než v uvedeném věkovém rozpětí, ale pokud si vezmeme údaje jednoho roku z tabulky výše, dopočítáme, že zbylí respondenti nepili, alespoň v poslední době, alkohol. Podle Evropského výběrového šetření o zdraví v ČR EHIS (2008) se v kategorii abstinentů ve věku 15-24 let nalézá 13,2 % mužů, kteří za poslední rok nepožili alkohol a 16,7 % žen. V kategorii 25-34 let je to potom 5,9 % mužů a 15,1 % žen. Jsou sem ale započítáni i ti, kdo nepijí ze zdravotních či náboženských důvodů [CITATION KAS11 \l 1029 ]. Pro srovnání v roce 2002 to bylo v první kategorii 13,3 % mužů a 19,9 % žen, v druhé kategorii 5,2 % mužů a 12,2 % žen. V další části se podíváme na data navazující věkové skupiny a to 15 let a výše.

#### **4. Srovnání konzumace alkoholu v ČR a ve světě**

Z nejnovější zprávy Světové zdravotnické organizace o spotřebě alkoholu vyplývá, že konzumace alkoholu od roku 1960 kontinuálně stoupá, jen okolo roku 2007 zaznamenává mírný pokles a následně opětovný nárůst. V letech 2008-2010 byla průměrná konzumace alkoholu za rok v České republice na 13 litrech čistého alkoholu na hlavu. Do tohoto vzorku byli započítáváni všichni od 15 let výše. Pro srovnání uvádím například Velkou Británii, která se pohybuje spíše u horních příček tohoto žebříčku: ve stejném období byla konzumace alkoholu ve Velké Británii 11,6 litru čistého alkoholu na osobu. Přitom průměr v evropském regionu je 10,9 litrů na 1 člověka staršího 15 let. Vedoucí Bělorusko se od nás liší „pouze“ 4,5 litry čistého alkoholu za rok per capita. (Celosvětový průměr je potom 6,2 litru per capita.) Když se podíváme mimo Evropu – ve Spojených státech byla průměrná konzumace alkoholu za rok 13,3 litru čistého alkoholu na osobu (WHO, 2014). Což je naprosto srovnatelné s Českou republikou.

Uvádím zde tyto údaje proto, že zmíněné země se pohybují v konzumaci alkoholu ve stejné části spektra jako Česká republika a zároveň byly na jejich populaci provedeny alespoň nějaké studie zabývající se abstinencí, na které budu v dalších kapitolách odkazovat.

#### **5. Alkohol jako facilitátor sociálního kontaktu**

Jak jsem představila výše, alkohol má ve společnosti širokou škálu funkcí. Jednou z nich je funkce facilitace sociálního kontaktu. Od oslavování významných událostí po uzavírání obchodních dohod, pití alkoholu hraje zásadní roli v tom, jak spolu lidé tráví čas (Romo, 2012). Někteří lidé cítí, že alkohol usnadňuje sociální interakci tím, že se uživatelé cítí uvolněnější a družnější. Mnohdy konzumace alkoholu a opíjení se určuje ráz akce. Když je alkohol hlavním prostředkem socializace může být pro mladé lidi, kteří alkohol nepijí těžké zapadnout (Herring, Bayley, & Hurcombe, 2012). Ikegwuonu & Seaman (2010) uvádí, že pro mnohé mladé lidi je navíc těžké si vůbec představit vrstevnickou socializaci bez alkoholu. Berou jej jako „základní nastavení,“ které stmeluje skupinu zejména tím, že lidem pomáhá k větší otevřenosti a boří zábrany. Tyto funkce mladí lidé vidí jako funkce zlepšující a posilující skupinu.

**Vrstevníková socializace** je vliv existujících sociálních vztahů na formování sociálních norem. Může být vnímána prostřednictvím **vrstevníckého tlaku** nebo ji můžeme spatřit ve změnách postojů a chování na základě vnímaných skupinových norem (Simons-Morton & Farhat, 2010).

Ve chvíli, kdy se jedinec nechová dle norem a standardů skupiny je na něj obvykle vyvíjen tlak, aby bylo toto chování změněno. Člověk pak nakonec mnohdy jedná tak, jak původně sám nechtěl. Vrstevnícký tlak má obvykle dvě podoby: buď je přítomen ve formě aktivního povzbuzování k určitému chování nebo je skrytý a projevuje se jako jedincem vnímaná svá odlišnost od norem a jednání skupiny. Druhá možnost je frekventovanější především u adolescentů [ CITATION Sim07 \l 1029 ]. Tato odlišnost může vést k pocitu izolovanosti, kterému se pak dá zabránit, nebo jej minimalizovat, konformním jednáním. Skupina nebo její členové se zároveň snaží, ať už vědomě nebo nevědomě, upozornit jedince na jeho odlišnost tak, aby jej motivovali k normativnímu chování.

Řada autorů Herman-Kinney & Kinney, 2013; Ikegwuonu & Seaman, 2010; Romo, 2012 konstatuje, že od období střední školy konzumace alkoholu mezi mladými lidmi narůstá a je považována ve vrstevnícké zábavě za normální. Tito autoři také poukázali na to, že na vysoké škole je absolutním standardem pít a opíjet se a že abstinence není nahlížena jako legitimní volba. Proto lidé, kteří nepijí, často musí obhajovat své jednání mezi alkohol pijícími vrstevníky (Herring et al., 2012) a vypořádat se s mnohými narážkami a komentáři, které nejčastěji obsahují jeden z následujících pohledů na abstinenty:

Jsou označováni jako nudní, divní nebo zvláštní (Herring et al., 2012; Nairn et al., 2006).

## **5.1. Abstinenti a strategie odpovědí**

Vzhledem k tomu, že nekonzumovat alkohol, být abstinentem není v současné generaci mladých lidí „normou“, může takové jednání být nazíráno jako deviantní (Herman-Kinney, Kinney, n.d.). Tedy odchýlené od normy. Deviace však může být i pozitivní. Za takovou v našem případě můžeme označit abstinenci, ačkoliv abstinenty vnímané reakce na ně od většinové společnosti nejsou vždy hodnoceny pozitivně (Romo, 2012). Herman-Kinney & Kinney (2013) uvádějí, že na střízlivé lidi je v prostředí vrstevníků ve věku 20-30 let nahlíženo

s určitým stigmatem. Autoři předkládají výsledky, kdy reakce sociálního okolí<sup>1</sup> na střízlivé lidi či abstinenty jimi byly vnímány jako nepříjemné. Označovali je například za „lůzry,“ či nudné lidi, co se neumí bavit a stigmatizovali je. Sociální stigma je označení pro specifický rys osobnosti člověka, který může být okolím chápán jako nežádoucí. Na základě tohoto rysu může být jedinec vyloučen ze společnosti, ve které se nachází (Goffman, 2003).

Abstinenti užívají různé strategie, jak se s komentáři a otázkami na svou abstinenci vypořádat. Pro přehlednost jsem je seskupila do následujících kategorií:

- **Strategie úniku, vyhýbání se (Escape-avoidance strategy)**

Tuto strategii můžeme identifikovat zejména v případech, kdy jedinec sociálnímu tlaku podlehně. Někteří se po omezenou dobu zapojí do chování dominantní kultury, ale později tohoto lapsu litují a snaží se jej racionalizovat. To umožní prvotní zapadnutí např. v novém prostředí, ale zároveň vyvolá určitou tenzi kvůli překročení vlastních hodnot. (Nairn et al., 2006; Piacentini & Banister, 2009a).

- **Maskování (Passing as strategy...)**

Další strategií je jakési maskování své abstinence, předstírání, že jedinec pije stejně jako všichni ostatní. Takové jednání má několik variant. Někteří abstinenti si objednávají takové nealkoholické nápoje, které jsou zaměnitelné s těmi alkoholickými, protože v nich obvykle bývá nějaký alkohol – např. v kole, nebo si objednává *virgin drinky*, aby si okolí nevšimlo jeho abstinence. Někdy si dokonce objednají alkoholický nápoj a postaví jej před sebe na stůl, nebo ho drží v ruce, aby se jich okolí neptalo, proč nepijí. Často je však od toho jen kousek k prvnímu zmíněnému případu, kdy se napijí. Respondenti uváděli, že takový nápoj pak „ucucávají“ celý večer, aby nedostali další (Herman-Kinney & Kinney, 2013; Nairn et al., 2006; Romo, 2012).

- **Strategie rezistence - Bourání stereotypu<sup>2</sup> (Resistance strategy)**

---

<sup>1</sup>[Pojem sociální okolí ve své práci používám v souvislosti s okruhy lidí, ve kterých se jedinec často pohybuje. Ty jsou zpravidla trojího rázu. Do prvního okruhu - nejbližšího sociálního okolí spadají přátelé, zájmové spolky a skupiny. Další okruh tvoří nukleární rodina a příbuzní. Do třetího okruhu spadají například spolupracovníci, neznámí lidé, se kterými se jedinci setkají na různých událostech či oslavách skrze své přátele a známé, popřípadě nové lidi, se kterými se náhodně seznámí.](#)

<sup>2</sup> **Stereotyp** je přesvědčení, na jehož základě jsou konkrétní skupině jedinců připisovány určité vlastnosti, které mohou a nemusí být pravdivé (Kassin, 2012). Vyznačují se nediferenciovaným paušálním, často

U některých autorů popsáno ~~tak~~ jako forma strategie rezistence (Piacentini & Banister, 2009b). Jedinci se snaží narušit stereotypní nazírání sociálního okolí na ně jakožto abstinenty. Vymezují se vůči abstinentům, které jejich sociální okolí zná. Například pokud je jedinec zaškatulkován mezi „nudné abstinenty“, „abstinenty křesťany“ na základě zkušenosti s jedním abstinentem, jedinci se vůči příslušnému označení snaží vymezit a narušit stávající pohled na ně. Je to pro ně důležité i z důvodu, že takové zařazení pak má vliv i na ostatní aspekty nazírání jejich osobnosti. Okolí je pak vidí jako „ty abstinenty“ a přehlíží další jejich charakteristiky (Harrington, 1995; Romo, 2012).

- **Prevence**

Někteří abstinenti se snaží předejít situacím, kdy by se jejich abstinence stala překvapivým tématem hovoru a to tím, že již dopředu oznámí, že nepijí nebo nebudou pít. Respondenti uvedli, že takovou strategii ale používají převážně jen s úplně novými lidmi, se kterými se právě seznámili někde na večírku, v klubu a u nichž nechtějí vyvolat pocit nezájmu (Herman-Kinney & Kinney, 2013). Autoři také uvádějí, že abstinenti mají zkušenost s tím, že když odmítnou alkoholický nápoj nebo odmítnou pít společně s ostatními, někteří pijící jedinci si to vykládají jako nezájem o ně samotné, nikoliv o alkohol. Strategií abstinentů je prevence - říct o abstinenci dopředu. Eagly (1978) uvádí, že pro větší efektivitu preventivního oznámení je vhodné přidat několik konverzačních témat s danou osobou, aby pochopila, že nezájem se opravdu týká alkoholu nikoli jedince jako osoby.

- **Kapitulace**

Pakliže se abstinenti nesečkávají s pochopením a situace graduje, mnoho z nich uvedlo, že „se vzdají“ a dále neargumentují. Popřípadě pokud se situace týká stereotypního nahlížení na abstinenty, část z nich se tento stereotyp již nesnaží bourat a smíří se s ním nebo dokonce ze společnosti odcházejí (Herring et al., 2012; Herman-Kinney, Kinney, 2013).

- **Odůvodnění**

Trochu odlišnou kategorií je zdůvodnění. Týká se těch abstinentů, kteří uvedou nějaký důvod své abstinence. Tento důvod není vždy nutně pravdivý. Někteří abstinenti totiž třeba

---

iracionálním a předsudečným hodnocením nějak zvláštních skupin a jejich členů, kteří jsou vnímáni ve své individualitě a okamžitých kontextech (Urban, 2011).



uvádí zdravotní důvody, ačkoli to není pravda. Na různé důvody okolí reaguje rozličně. Vyzvednu teď důvody, které se ukázaly být jako sociálně přijatelná odpověď (Nairn et al., 2006).

Jedná se o kategorii, kam spadá **sport a zdraví**, kdy odpověď na to, proč jedinec nepije, bývá dobře akceptována ve chvíli, pokud jedinec nepije z důvodu nadcházející soutěže, či když je v intenzivním tréninkovém období. Rovněž pokud měj-měl jedinec vybudovanou identitu jako sportovec, okolí jeho rozhodnutí přijímalo bez dalších otázek a zpochybňování (Nairn et al., 2006; Herman-Kinney & Kinney, 2013). Zdravotní důvody rovněž poskytují respektovanou odpověď, ačkoli pro různé lidi to znamená různé věci. Pro některé se jedná o takový zdravotní problém, kdy má jedinec doporučeno lékařem se alkoholu vyhýbat, u jiných je takto vysvětlována například závislost v rodině. „Máme gen pro závislost, a proto jej nebudu podporovat a pít“ (Herring et al., 2012).

**Náboženské a kulturní důvody** jsou další kategorií, která obvykle bývá snadno pochopena jako legitimní důvod k nepití. Ačkoli v mé práci se těmito důvody nebudu hlouběji zabývat. Neuvažuji kulturní důvody ve smyslu právě oficiálního náboženství, právních nařízení dané země. Alkohol však hraje jistou roli jako prostředek rituálu, „kultury“ resp. povahy událostí, jak již nastínil Douglas v úvodní kategorizaci. Bartram et al. (2017) předkládá zjištění, že v mnohých situacích je alkohol rituálem, nejde ani tak o konzumaci samotnou, jako o to, co alkohol v danou chvíli představuje. Proto také mnozí abstinenti v těchto chvílích volí např. nealkoholické verze daných nápojů nebo něco, co na pohled vypadá podobně. Takovéto jednání vede ke strategii maskování a abstinenti se tím mimo jiné vyhýbají pocitu, že do společnosti nepatří.

Ve třetí kategorii abstinenti **poukazovali na negativní dopady konzumace alkoholu** a někdy jej označovali za nevhodné a opovržením hodné. Abstinenti poukazovali zejména na opilost, ale také třeba na vliv na studijní výsledky (Anderson et al., n.d.). Odpověď zavrhuje jednání neabstinentů však mnohdy pochopitelně vyvolávala jejich negativní reakce (Piacentini & Banister, 2009a).

## 5.2. Respektování rozhodnutí abstinentů

Vzhledem k pohledu na konzumaci alkoholu jako na zcela běžnou není zdržení se alkoholem často bráno jako validní volba. Ať už se to projevuje sociálním tlakem, posměšky, stigmatizací nebo nerespektováním abstinentovy volby. Někteří autoři ve svých studiích prokázali početnou kategorii respondentů, která se setkala s tím, že se jim lidé snažili do pítí alkoholu přimíchat. Často v tak nepatrném množství, aby to nebylo ani poznat. Respondenti uvádějí, že to poznali a zároveň, pokud o takovém pokusu věděli z minulosti, dávali nejprve svůj nápoj ochutnat blízkému příteli, kterému věřili, aby jim sdělil, zda je nápoj v pořádku (Herring et al., 2012; Nairn et al., 2006).

## 5.3. Důvody abstinence

Zmínila jsem *používané* důvody abstinence a ty, které jsou společností vesměs chápány. Na tomto místě je sumarizuji a doplním o důvody, které abstinenti primárně nepoužívají k veřejnému vysvětlování svého nepití. Důvody abstinence rozlišuji dvojího původu. První kategorií jsou důvody, jejichž motiv je vnějšího původu. Takové důvody předpokládají externí vliv na abstinenci. Druhou kategorií jsou vnitřně zaměřené důvody, které zahrnují důvody týkající se životního stylu, osobních hodnot a (ne)zájmu o alkohol.

### a) Vnější důvody, omezení:

- **Strach z negativního dopadu na školní povinnosti.**
- **Povinnosti.**

Další skupina lidí vyhýbajících se alkoholu tak činí z důvodu pracovních i soukromých povinností.

### • **Rodinné důvody.**

- Rodina nesouhlasí s alkoholem.
- Alkoholismus v rodině.

### b) Vnitřně zaměřené důvody:

#### *Životní styl*

- **Náboženské důvody.**
- **Zdravotní důvody, doporučení lékařů.**

#### *Osobní hodnoty*

- **Sebekontrola.**

~~(Rinker & Neighbors, 2013)~~ uvádějí, že početná skupina abstinentů uvedla jako důvod své abstinence potřebu mít nad sebou kontrolu (Rinker & Neighbors, 2013). Vědět, co přesně se děje, nemít zastřené myšlení.

- **„Vyrostli z toho.“**

Herring et al. (2012) uvádí, že určitá část abstinentů ke svému rozhodnutí došla postupně, potom co si prošli obdobím, kdy s vrstevníky popíjeli. Sami respondenti se označují za dospělejší, zodpovědnější a říkají, že z toho vyrostli.

Nedostatek zájmu a intolerance

- **Chuť alkoholu.**
- **Nesnášenlivost alkoholu.**

(Anderson et al., n.d.; Herring et al., 2012; Rinker & Neighbors, 2013; Romo, 2012; Russel, L. & Tabytha, 2017)

## 6. Vlivy na rozhodnutí abstinovat

Herring et al. (2012) se ve své studii prováděné na studentech ve věku 16-25 let ve Velké Británii zabývala vlivy na abstinenci. Identifikovala několik kategorií vlivů na ni. Prezentované kategorie se objevují v různé konfiguraci i u dalších autorů např.: Herman-Kinney, Kinney, 2013; Real, Rimal, 2007; Nairn et al., 2006; Velleman, 2009.

Uvádím údaje Velké Británie nejen kvůli pokrytí širokého spektra vlivů na abstinenci, ale také proto, že je jednou z evropských zemí, která vykazuje podobné výsledky konzumace alkoholu a normy s tím spjaté jako Česká republika.

Ačkoli existují zákonné regulace požívání alkoholu, zejména, co se věku týče, ani v jedné zemi nejsou striktně dodržovány. Například u nás prokazatelně klesá věk první intoxikace alkoholem, vůči opilé mládeži je okolí lhostejné a obecně téměř ke každé společenské události neodmyslitelně patří drink. Alkoholem se také slaví úspěchy. „Zapíjí“ se zkoušky na vysokých školách, získání titulu, první práce, povýšení v práci, narození potomka, narozeniny a další události. Všude tam mohou být přítomné děti a mládež, zejména co se oslav v kruzích rodinných týče. A právě zde se formují první názory a postoje k alkoholu. Ve

studii prováděné ve Velké Británii bylo zjištěno, že na pozdější postoj k alkoholu má vliv těchto 6 následujících kategorií:

- a) Vliv sousedů.
- b) Pozitivní model v rodině.
- c) Vidět pít kamarády.
- d) Sport a zdraví.
- e) Zobrazování alkoholu v médiích.
- f) Kultura pití (ve VB).

V kategorii vlivu sousedů dotazovaní několikrát uvedli, že na ně mělo vliv vidět potenciální negativní dopad užití alkoholu u jedinců, kteří měli problém s alkoholem. Většina respondentů pak uvedla důležitost rodiny, která ustanovila hranice pro přiměřené pití (Herring et al., 2012). Děti jsou ovlivňovány hodnotami, které ctí jejich rodiče. Není to samozřejmě vliv jediný, ale je důležitý. Ovlivnit děti k pozdějšímu nepití nebo střídmemu pití mohou jak rodiče, co se alkoholu nevyhýbají, tak rodiče abstinenti. Klíčové jsou ve výchově takové vory jako pravdivé či zdůvodněné (ať už morálně, nábožensky, společensky, ...) přesvědčení o nevhodnosti alkoholu a jiných drog. Respekt vůči tělesnému a duševnímu zdraví, jeho ochrana a podpora, či takové prostředí, které umožňuje dítěti vidět setkání s jinými dospělými, kde alkohol není tím podstatným, není nabízen a vnucován hostům a kde se ukazuje, že se lze bavit i bez něj[CITATION Neš92 \t \l 1029 ].

Vidět své kamarády a vrstevníky opilé taktéž posílilo postoj většiny dotazovaných abstinentů, zejména střetnutí se s opileckým chováním, které se dříve či později stalo otravným. Sport a další aktivity pomohly k odklonění od účasti na kultuře pití, a to zejména v období intenzivních tréninků či před nějakou sportovní událostí. Obecně tito mladí lidé měli potřebu se udržovat stále v kondici a alkohol byl v tomto záměru překážkou. Mnoho respondentů také zmínilo negativní vyobrazování alkoholu v médiích. Obecně kultura alkoholu ve Velké Británii byla účastníky výzkumu vnímána negativně, ale lišili se v interpretaci znaků excesivního pití (Herring et al., 2012).

Miller-Day a Barnett, (2004) toto utváření postojů potvrzují zjištěními, že již před zahájením vysokoškolského studia se mládež setká s řadou zprostředkovaných zpráv nebo přímých zkušeností s alkoholem a jinými drogami, které formují jejich nahlížení na užívání alkoholu a drog. Následně byly zkoumány vlivy rodičů, sociokulturní podmínky a vnímání normativních přesvědčení o užívání alkoholu. Z těch plyne poměrně značný vliv výchovy.

Jednak pozitivní model v rodin, jasně stanovená pravidla ale také vysvětlování účinků alkoholu a drog obecně.

# EMPIRICKÁ ČÁST

## 1. Metodologie

### 1.1. Cíl výzkumu

Cílem v této bakalářské práci je porozumět lépe reakcím sociálního okolí na dobrovolné abstinenty a zároveň získat vhled do zkušenosti abstinentů s reakcemi okolí. Cílem šetření je tedy popsat a pochopit jejich zkušenost. **Zodpovědět je.**

### 1.2. Metoda

Byl zvolen kvalitativní výzkum sestávající z rozhovoru s abstinenty a zúčastněného pozorování reakcí v sociální skupině.

Polostrukturovaný rozhovor byl sestaven na základě hledisek užívaných v CAS (College Alcohol Study) podle Weitzman, Nelson, & Wechsler (2003) a tvořily jej čtyři okruhy. První byl zaměřen na seznámení s abstinentem, participanté byli dotazováni na trávení volného času, záliby, místa, kam chodí a s kým, rovněž na zaměstnání či studium. Druhý okruh se týkal zkušeností s alkoholem. Zda respondent má zkušenost s alkoholem, jaká byla první a jaká první výrazná. Proč k užívání alkoholu docházelo, za jakých okolností a jak ke konzumaci alkoholu přistupovalo respondentovo okolí. Přes otázku, kdy a proč se respondent rozhodl přestat pít alkohol, se rozhovor dostal ke své třetí části, která cílila na období dobrovolné abstinence. Zde byl rozhovor zaměřen nejprve na pociťované změny v životě oproti období konzumace alkoholu a následně na to, zda respondent navštěvuje místa, kde se alkohol podává, zda jsou to ta stejná místa jako v období před abstinencí a zda se nějak změnil sociální okruh osob, se kterými se stýká. Participanté byli dotazováni, jakou mají zkušenost s reakcemi sociálního okolí na dobrovolného abstinenta a také na to, co v dané situaci abstinents odpovídá, jak celou situaci vnímá a prožívá. Následovaly otázky směřující k přesvědčení o alkoholu, jak abstinents nahlíží na lidi, kteří alkohol konzumují, jak hodnotí

abstinenenci, jaká vidí negativa a pozitiva. Poslední okruh otázek směřoval na rodinu. Zajímalo mě, jaký byl a je postoj k alkoholu v rodině respondenta, jaká byla výchova ohledně alkoholu a jiných látek. V neposlední řadě jsem se dotázala, jestli jedinec žije s rodiči, sám nebo s někým jiným.

Zkoumání reakcí v sociální skupině bylo situováno okolo momentu předpokládaného příchodu obsluhy a objednávky nápojů. Figurant – abstinent si objednal nealkoholický nápoj, zatímco všichni ostatní si objednávali alkoholické nápoje. Pokud následovala nějaká reakce, figurant reagoval v pásmu odpovědí, že „prostě nepije“ a že „se mu nechce pít“ a nesnažil se blíže vysvětlovat své jednání. Cílem bylo zjistit, zda se ostatní přítomní ve skupině pozastaví nad volbou nealkoholického nápoje, přijmou ji jako běžnou nebo se například budou snažit abstinenta přesvědčit ke konzumaci alkoholu. Rovněž mě zajímalo, jakou bude mít reakce formu – například zdvořilého dotazu, nátlaku, nadávky, vyčlenění atd.

### **1.3. Výběr vzorku**

Účelový kritériální vzorek v mém výzkumu tvořilo 6 abstinentů a 5 skupin.

Pro část „Abstinenti“ bylo zvoleno kritérium dobrovolné abstinence v rozsahu minimálně 3 měsíce. Dalším kritériem byl věk (věkové rozpětí bylo stanoveno na 18-30 let).

Kritéria pro členy „Sociální okolí,“ kteří participovali na zúčastněném pozorování byla shodná až na kritérium dobrovolné abstinence. Zároveň bylo kritériem, aby figurant-abstinent členy skupiny blíže neznal. Všichni účastníci byli potom české národnosti, navštěvovali, anebo navštěvují vysokou školu.

### **1.4. Sběr dat**

#### **Sběr dat pro rozhovory**

Pro účelový kritériální vzorek jsem hledala participanty naplňující kritérium dobrovolné abstinence, tedy zdržování se alkoholu z vlastní vůle po dobu alespoň 3 měsíce. Vzhledem k tomu, že abstinentů, kteří by odpovídali mým kritériím je v české populaci opravdu málo, což plyne i z údajů dříve prezentované zprávy WHO, bylo jejich získání trochu

náročnější. Začala jsem dvěma abstinenty ze svého okolí, které znám a následně jsem získala ještě další doporučení. Poté jsem na sociální síti ve skupině, která sdružuje řešitele a respondenty prací a výzkumů z oblasti psychologie, uveřejnila nabídku účasti na mém projektu. Takto jsem se sešla s dalšími abstinenty. Jeden z rozhovorů byl proveden písemně.

Abstinenty, kteří mi byli doporučeni jsem kontaktovala SMS zprávou. Všichni věděli, že je budu kontaktovat, neboť jsem dostala kontakt od našich společných známých.

Následně jsme se sešli nejčastěji v kavárně, v jednom případě na Vyšehradě. Před samotným zahájením rozhovoru jsem respondenty seznámila s účely rozhovoru, tématem práce a riziky účasti na výzkumu. Informovala jsem je o tom, že rozhovor bude nahrávaný, případná citace jejich projevu bude anonymizována, respektive jejich výpovědi budou citovány s jiným jménem, aby respondenti nemohli být identifikováni. Ještě jednou jsem ověřila informace, zda splňují kritéria pro můj vzorek a následně jsem jim předložila informovaný souhlas, kde bylo vše ještě jednou vysvětleno. Po jeho získání jsme začali s rozhovorem. Úvodní část se týkala seznámení s abstinentem. Jeho náplní dne, týdne, trávením volného času, zálibami atp. Druhá část se týkala zkušeností s alkoholem, přes otázky ohledně událostí, rozhodnutí, které přispěly k abstinenci se rozhovor překlenující do třetí části – období dobrovolné abstinence. Předposlední část se týkala přesvědčení o alkoholu a poslední část rodiny a zázemí.

### **Sběr dat - skupiny**

Účastníky pro druhou část výzkumu jsem vybírala za pomoci informátora, který ve svém sociálním okruhu zjistil, zda jsou naplněna kritéria pro můj vzorek a následně mě přizval na některou ze svých večerních akcí. Ve dvou případech jsem toto byla schopna zajistit sama, a to na setkání studentů FHS na Pivu hledajícím smysl a na Humřím večírku. Výzkum ve skupině probíhal tak, že jsem vstoupila do určité skupiny, kde jsem buď znala jednu osobu, na jejíž pozvání jsem přišla, nebo v případě FHS událostí neznala, ale v průběhu večera se přirozeně s někým seznámila a výzkum proběhl v této skupině, která mě více než od vidění neznala. Vždy jsem na stůl položila telefon se zapnutým nahráváním, ten měl ale vypnutý displej, a tak nic nebylo poznat. Zároveň jsem mnohdy nebyla jediná, kdo měl na stole položený telefon. Nahrávání jsem zapnula před očekávaným objednávkou drinku, kdy obsluha přišla ke stolu. V jednom případě, kdy jsem se účastnila večírku v bytě jsem nahrávání



zapnula ihned po mém příchodu, žádná obsluha sice nemohla přijít, ale pořadatelka sešlosti tuto roli zastupovala svou péčí o zúčastněné a neustálým dotazováním a doléváním.

Sběr dat probíhal od února do dubna 2017.

## 1.5. Analytické postupy

Data svého výzkumu jsem analyzovala za využití interpretativní fenomenologické analýzy (IPA). Cílem této analýzy je formulování témat, která zachycují esenci fenoménu, jenž je předmětem výzkumu (Willig, ~~in~~ 2001, podle Řiháček, Čermák, Hytych, 2013). Snaží se detailně popsat jedincovu žitou zkušenost. Proto IPA studie obvykle pracují s nižším počtem respondentů a snaží se detailněji chápat jejich žití a jejich pojetí daného problému (Řiháček et al., 2013). Proč jsem zvolila tuto metodu je patrné i v mých výzkumných otázkách, které byly zaměřeny na zkušenosti jednotlivých respondentů a byly kladeny poměrně otevřeně.

Analyzovala jsem nejprve každý polostrukturovaný rozhovor zvlášť. Všechny nahrávky jsem doslovně přepsala obvykle do 1 dne od jejich pořízení. Ve všech případech jsem si nahrávky poslechla již cestou z rozhovoru nebo výzkumné situace a psala jsem si poznámky z terénu, které by se mi mohly později ještě hodit a které vysvětlovaly například některé komentáře na nahrávce, které by nemusely být bez kontextu situace pochopeny. V takto připravených prepisech jsem pojmenovávala jednotlivá témata, to se neobešlo bez několikerého čtení daného textu a občasného souběžného poslechu nahrávky. Zvýrazňovala jsem konkrétní pasáže a psala si k celému prepisu poznámky. Takto jsem postupovala s každým textem, pak jsem vytvořila tabulku se všemi kategoriemi a všemi respondenty a zaznamenala v ní, která témata se u koho objevují. Následně jsem všechna témata porovnávala a označila ta, která se vyskytla napříč všemi rozhovory a doplnila je o ta, která byla specifická jen pro některé účastníky. Tím byl zachován individuální přístup typický pro IPA.

Součástí IPA analýzy je uzávorkování představ a reflexe výzkumníkovy zkušenosti s tématem výzkumu. Uzávorkování myšlenek a nápadů týkajících se předchozího analyzovaného transkriptu u mě bylo podpořeno například i tím, že jsem jednak jednotlivé rozhovory analyzovala s časovým odstupem a také jsem střídala analýzu skupinové části s analýzou rozhovoru s abstinenty. Z trojího rozlišení poznámek v IPA analýze jsem si vypůjčila zejména deskriptivně a konceptuálně zaměřené komentáře hodnoceného prepisu.

V druhé části dat získané v předem připravené situaci jsem analyzovala semispontánní rozhovory mezi participanty. Nahrané rozhovory jsem doslovně přepsala a údaje konceptualizovala. Pojmenovala jsem určité kategorie či situace reprezentující daný jev [CITATION Cor99 \l 1029 ]. Následně po několikerém pročtení transkriptů a jejich poznámkování a vzájemném porovnání jsem zvolila ústřední koncept, respektive model. Podle Glasera (1978) může mít ústřední koncept podobu tzv. základního sociálního procesu (basic social process) – vše prostupujícího konceptu s velkou explanační silou, přesahujícího hranice konkrétního zkoumaného problému.

## **1.6. Popis vzorku – Část sociální okolí**

Druhou částí výzkumu byla zčásti připravená situace, která se odehrávala obvykle v restauračním zařízení či baru a ve které jsem se zaměřovala na reakce sociálního okolí na osobu vystupující jako abstinent. Ke každé výzkumné situaci přikládám krátký popis.

### **Večírek v bytě - Adam, Tereza, Kuba, Sára, Barbora**

Tato výzkumná situace se odlišovala absencí „objednávací“ situace, neboť jsme nebyli v žádném podniku, ale ve studentském bytě. Tato sešlost se pořádala jako setkání studentů FHS a VŠCHT, neboť osazenstvo bytu je právě z těchto škol. Když mi Sára, která patří k obyvatelům bytu psala, že z FHS nikdo nepříjde, (tedy nikdo, kdo by mě znal), vznikla příhodná situace pro můj výzkum, protože mě tedy okolí neznalo.

Nábytek byl rozestavěn do kruhu, v jehož středu byly konferenční stolky s alkoholem a jídlem. Vedle na zemi byla položená bezinková šťáva. Každý se obsluhoval sám, ačkoli hostitelka pozorně dolévala, popřípadě pánská část taktéž dohlížela, zda mají všichni a všechny dámy zejména, co pít. Při mém příchodu jsem si nalila šťávu a sedla do jednoho z volných křesel. Hostitelka mě představila kamarádům, poměrně hladce jsem zapadla a bavili jsme se. Prvních asi 20-30 minut po mém příchodu nikdo neregistroval můj výběr nápoje, zejména to bylo způsobeno také tím, že chyběla „objednávací situace,“ kdy si všichni objednávají u obsluhy u stolu, a tedy nahlas přede všemi říkají svou volbu nápoje, která poskytuje prostor pro případně komentáře ostatních.

Po cca 30 minutách mé přítomnosti na večírku v běžném hovoru typickém pro tento druh akce se mě vedle sedící člověk zeptal, respektive podotkl, že nepiju. Proběhl nějaké rádobý vtipné komentáře mého pití a rozhovor se zase stočil jinam. Obecně tato skupina neměla tak silné reakce jako jiné, ale přesto, že primárním účelem nebylo se opít, nešli jsme nikam do klubu, na programu večera byly společenské hry, někoho ze skupiny zaskočilo, že nepiju.

Tuto výzkumnou situaci jsem vybrala, protože sešlost byla plánovaná na domácí prostředí a nebyla prezentovaná jako klasický večírek, kde se podává alkohol. Zajímalo mě proto, zda i v takovémto prostředí bude nakonec stereotypní předpoklad konzumace alkoholu.

### **Pivo hledající smysl (PHS)**

Této tradiční FHS akce jsem se nikdy nezúčastnila, ačkoli na ostatních studentských sešlostech jsem již párkrát byla. Rozhodla jsme se proto na PHS zavítat a přimíchat se do skupiny, kde mě neznají. Vzhledem k tomu, že znám mnoho studentů ze seminářů, ale například se pouze zdravíme a nic moc o sobě nevíme, vyhledala jsem někoho takového na této akci, protože nemohl znát mé postavení k alkoholu. Vzhledem k poměrně rušnému prostředí, a ne úplně vhodnému uspořádání stolů, výzkumná skupinka čítala 3 osoby, ovšem třetí osoba se v situaci narážející na mou volbu občerstvení nijak nevyjádřila, rozhovor se potom stočil jinam. Respektive potom, co jsem na základě pití vody byla označena za „sračku“ nastalo ticho a po chvíli jsem otevřela jiné téma. Účastníky této situace byl jeden magisterský student a jeden student druhého ročníku, který ale nastupoval se mnou, první ročník opakoval.

Výzkumnou situaci PHS jsem zvolila na základě vysoké pravděpodobnosti podávání a konzumace alkoholu na místě. I název tomu napovídá.

### **Literární kavárna**

Skupina na výzkumu v Literární kavárně čítala 4 osoby. Nejprve jsem já a 2 mí spolužáci z fakulty šli posedět do Literární kavárny. Od začátku ostatní věděli, že později se

k nám přidá ještě jedna osoba - Deny. Kateřina ho neznala a Petr věděl, že Deny chodil na FHS zimní semestr 2014 a že se potkali jednou možná dvakrát na přednášce, ale více se neznají. Denymu bylo studium po prvním semestru ukončeno, a tak se tyto počínající sociální vazby rozpadly. Deny je očekáván a přichází cca 30 minut po nás, kdy ho Petr vtipně vítá a znovu se po 2,5 letech seznamují. Stejně tak s Kateřinou. My máme objednáno asi 10 minut. Atmosféra je veselá a uvolněná do doby, kdy Petr nezačne zjišťovat, že Deny nepije. Zpočátku mu to úplně nevěří a myslí si, že je to vtip.

K výzkumu v Literární kavárně mě vedlo, že 1) má v názvu „kavárna“ a tak nutně nemusí evokovat konzumaci alkoholu 2) zároveň jsem věděla, že se zde alkohol běžně konzumuje, především víno.

### **Bowling bar**

Skupina přátel mé kamarádky Lucie se sešla v žižkovském bowling baru, aby si zahráli bowling či kulečnick. Informovala jsem ji již před časem o svém výzkumném záměru, a tak věděla, že když se naskytne vhodná situace, má mi dát vědět. Toto byla poměrně spontánní akce, na kterou jsem proto dorazila později než ostatní, kteří ale něčí příchod očekávali, neboť ze situace vyplynulo, že nemají dostatek akčních lidí, kteří opravdu chtějí hrát bowling nebo kulečnick. Lucie, stejně jako všichni ostatní mí informátoři, věděla, že nemá pokládat žádné návodné otázky nebo jinak upozorňovat na můj výběr pití (vody).

Tato situace byla zvolena opět z důvodu vysoké pravděpodobnosti podávání alkoholu na místě a zároveň nebylo opět explicitně řečeno, že setkání je pořádáno za účelem konzumace alkoholu, ale za účelem hry kulečnicku/ bowlingu.

### **Humří večírek**

Humří večírek spadá k událostem, které jsou pořádány studenty FHS. Přišla jsem hned ze začátku akce a vmísila jsem se do jednoho hovoru. Což byla opravdu náhoda, ale poskytla mi možnost zaznamenat další skupinu. Následně jsem si přisedla ke stolu k dalším třem lidem, kde seděla i slečna Anna s níž jsem se zapletla do hovoru. Když jsem přicházela 2 studenti, se kterými tam byla, zrovna odcházeli kouřit. Objednávací situace proto proběhla za

jejich absence. Když se však vrátili, nikdo se nad volbou drinku nepozastavoval. Ani s postupem večera. S touto skupinou jsem strávila asi 75 minut a následně jsme se s Annou odpojily a Humří večírek opustily a každá se vydala svým směrem.

Humří večírek se nesl v podobném duchu jako u Pivo hledající smysl, a proto jsem jej zařadila do výzkumu.

## **1.7. Popis vzorku – Část Abstinenti**

### **Část – Abstinenti**

Do části Abstinentů patří participant, se kterými jsem vedla polostrukturované rozhovory a odpovídají kritériím abstinenta v mé práci.

#### **Zdeněk, 30**

Je mu čerstvě 30 let, pracuje v reklamní agentuře, vysokou školu má rozdělanou. Nikdy se alkoholu nenapil. Před osmnáctými narozeninami z toho důvodu, že se to nemá a následně z přesvědčení, že je zbytečné pít alkohol, když intenzivně sportuje. A okolo 22 let si začal říkat, že už je škoda začínat. Hraje fotbal, poslouchá punk. V současné době žije s přítelkyní, která alkohol v přiměřené míře konzumuje a jemu to nevadí. Je celoživotním abstinentem a neměl ani rumovou pralinku.

#### **Petra, 29**

Petra je první rok učitelkou na druhém stupni základní školy, je jí 29 let. Pochází z Moravy, ale pro své současné povolání zůstává v Praze. I přes své kořeny se alkoholu vyhýbá mimo jiné proto, že nechce podporovat obezitu.

#### **Marcel, 25**

Studoval humanitní vědy, ale studium mu bylo ukončeno, tak nyní studuje IT dálkově ve Zlíně. Pracuje v reklamní agentuře. V předchozím životě s přáteli pil a účastnil se i hojných pitek, s věkem však začal více naslouchat svému tělu a své návyky upravil až do podoby abstinence.

### **Denisa, 29**

Odešla z gymnázia na hotelovou školu. Několik let měla pauzu a pracovala na slavné ostravské Stodolní ulici. Tuto práci opustila, vystudovala obor nutriční terapeut, kterému se nyní věnuje společně s tím, že je osobní a skupinovou trenérkou ve fitness centru. Sportu zasvěcuje i svůj volný čas. Její rozhodnutí abstinovat je z velké části založeno na zkušenosti s hosty na Stodolní, pak jí také nebyly příjemné kocoviny. Abstinuje již cca 8 let. Alkohol si dá výjimečně, zhruba 1x do roka na nějaké významné události, a to jen skleničku vína.

### **Lenka, 30.**

Ač Lenka studovala v Hradci Králové, většinu času už tehdy trávila v Praze, kvůli příteli. Když dokončila školu do Prahy přešla nadobro. Žije tu už asi 8 let. Je projektovou manažerkou aktivit týkajících se mládeže. Abstinuje asi rok a její rozhodnutí přišlo poměrně náhle jeden den v květnu 2016.

### **Ludmila, 29**

Ludmila je instruktorka na školách v přírodě, adaptačních pobytech, přes zimu je instruktorka na lyžích. Jak sama říká, zábava s alkoholem je snad součástí této práce, neboť všude je plno mladých lidí, kteří si pobyty chtějí užít. Jelikož ale Ludmilu zajímalo, co s tělem udělá, když nebude pít alkohol, začala ho postupně omezovat až do úplné abstinence. Má lehkou formu lupénky a zjistila, když alkohol vysadí, lupénka se jí zlepší, ale to nebylo jejím primárním motivem abstinovat.

### **Reflexe výzkumníkovy zkušenosti**

Před a při sbírání dat k mému výzkumu jsem přemýšlela nad tím, jak vnímám roli alkoholu ve společnosti a jak nahlížím na abstinenty. Ačkoliv při zúčastněném pozorování i v polostrukturovaném rozhovoru nelze úplně předejít vlivu výzkumníka na zkoumanou

situaci, snažila jsem se do výzkumu nevnášet vlastní perspektivy a oprostit se od nich. Zároveň několik měsíců před zahájením výzkumu jsem sama abstinovala, abych více pronikla do této problematiky.

## 2. Výsledky

### 2.1. Alkohol jako facilitátor sociálního kontaktu

Participantů kromě jednoho mají zkušenost s alkoholem. Většinou ne jednu, ale prošli si obdobím, často v pubertě a na vysoké škole, kdy alkohol konzumovali společně se svými kamarády. Stejně tak na různých rodinných oslavách.

Denisa, Petra, Marcel a Ludmila vyzdvihují **facilitační funkci** alkoholu v sociálním kontaktu. Petra říká:

*„Přijde mi to [když lidé okolo konzumují alkohol] v pohodě. Nemám z toho žádný rušivý pocit. Naopak, někdy jsou někteří lidé i zábavní, jenom když se trošku na tom alkoholu odreagují, že se tím jako více uvolní.“*

Denisa rovněž vyzdvihuje facilitační funkci alkoholu v sociální interakci a hodnotí tento aspekt pozitivně:

*„Tak možná zábava někdy na tom byla fajn s alkoholem. Lepší, uvolněnější, a tak to je asi tak jediné takové nějaké pozitivum. Nebo tak nějak bych to viděla.“*

Marcel si je této funkce také vědom a vítá ji, ale jeho pocity jsou ambivalentní:

*„... představuju si určitou formu nějakého jedu na prvním místě, která mi vadí v těle a kterou jako silně pociťuju negativně, ale zároveň vím, že mi pomáhá se uvolňovat. A pomáhá mi jako v tom sociálním kontaktu především.“*

Z doby, kdy Marcel ještě pil vyzdvihuje následující zážitek:

*„A u týhle akce, v těch 17, to bylo poprvé, kdy jsem se opil a bylo to naprosto fenomenální. [...] všechno jsme míchali, žejo [...] a asi jako po půl hodině jsem se začal tak nějak divně točit a jako jsem si říkal: [...] je to takový jako příjemný a uvolněný. Jo a je mi hrozně dobře. A začal jsem se strašně rozpovídávat a bylo mi líp a líp a říkal jsem si: „Aha, tak jsem konečně opilej, tak to musím podpořit!“ [...] To byla, eeeh, jako první akce, která se díky tomu začala opakovat pravidelně. Takže jsem k tomu jakoby přičichnul a začalo mě to strašně bavit.“*



Ludmila vidí alkohol podobně jako ostatní participantí a přidává hledisko podpůrného prostředku při večerní únavě.

*„Přineslo, ano člověk pije se svými vrstevníky, takže s nimi udržuje nějakou vlnu - rozumí si s nimi protože pije stejně jako oni, je veselý nemá zábrany seznamovat se s novými lidmi, alkohol do určité míry nakopává, takže má člověk energii protancovat celou noc, [...negativum abstinence je únava na společenských akcích, prostě to člověk nepřepije a jde spát,...] s alkoholem se váží další situace, ve kterých člověk pozná více své přátele, kdo ti pomůže dostat se domů a jiné.“*

Oproti tomu Marcel ke stmelující funkci alkoholu ještě uvádí, že má ve svém okolí okruh lidí, se kterými se může stýkat pouze za účelem konzumace alkoholu, jinak si vlastně ani moc nerozumí. Slovy Ludmily – „nejsou na stejné vlně.“ Což v současné době vyústilo v to, že se nevidají, protože nepije. O tomto aspektu pojednávám dále v kapitole pozorovaných změn. Zdeněk, který nikdy alkohol ani neochutnal, vždy chodil s kamarády tam, kam oni šli pít, podnikal s nimi večírky, i když nepil. Přesto zmiňuje, že mu pivo na některých setkáních chybělo. Vzhledem k tomu, že ani neví, jak chutná, mnohem zřetelněji zde můžeme vidět spojující, socializační moc drinku.

*„No tak to víš, že všichni jakoby: ‚Pojd' s náma, si dej.‘ a tak jako. Ale to mně nikdy tohle nechybělo. Jediný co, kdy jsem si říkal, že je škoda, že nepiju, je to pivo třeba po zápase. Víš, takovýto jedno pivo v hospodě s klukama, tak to je jako jediný, kdy jsem si řekl, že mi to chybělo. A pak samozřejmě v těch 16, 17 jako s holkama: ‚Pojd', napijem se.‘ Ale...“*

Alkohol usnadňuje sblížení, komunikaci, je stmelujícím prvkem. Proto se není čemu divit, že v některých situacích je tato funkce abstinenty postrádána, a to dokonce více než jindy. Jedná se o situace, kde alkohol představuje symbol rituálu. Jsou to například oslavy, svatby atp. Jednu takovou situace popsal například Zdeněk:

*„No ne víš, takový to: Narodilo se dítě, pojd' půjdem ho zapít. Tak to jsou pak takové věci, že si říkáš, nebo i pracovně, když se něco zapíjí, nějaký úspěch, tak jakoby je to někdy nepříjemný, že si člověk říká: „No tak si s nima půjdu tůknout vodou. Je to takový...“*

Na uvedených výpovědích vidíme, že **abstinenti mají pozitivní pocity spojené s alkoholem. Petru a Denisu baví společnost, ve které jsou lidé mírně opilí. Ve výpovědích se objevuje společné téma alkoholu jako facilitátoru blízkosti a kontaktu s ostatními. Avšak z výpovědí je patrné, že sociální kontakt nutně nestojí na alkoholu. Přinejmenším abstinenti nevidí absenci alkoholu jako omezující faktor, postupem času si i přátelé abstinentů na jejich nepití zvyknou a neberou to jako nic mimořádného. Výjimkou jsou případy, kdy alkohol má primárně rituální funkci. Např. svatby, oslavy atd. Samotní abstinenti pociťují, že takové situace jsou jiné. V situaci, kterou popisuje Zdeněk je pití požadavkem a rituálem. Zdeněk nemá úplně příjemné pocity, protože je neparticipací na tomto rituálu vylučován z přítomné společnosti, necítí se, jakože tam plnohodnotně v daný okamžik patří.**

**Alkohol vystupuje v roli facilitačního nástroje ještě v dalším případě, kdy participantka Ludmila popisuje, že alkohol usnadňuje vydržet déle do noci vzhůru, tlumí únavu a díky tomu prodlužuje zábavu. Ona sama postrádá tuto vlastnost alkoholu a mrzí ji, že je o ni jako abstinentka nyní ochuzena a odchází ze zábavy dříve než, kdyby pila.**

## **2.2. Důvody abstinence a její hodnocení**

Určitou část rozhovoru s abstinenty jsme vedli přímo o konkrétních důvodech abstinence. Ty byly pojmenovány, ať už explicitně, nebo se ukázaly na dalších odpovědích.

Převládajícím modelem v důvodech abstinence byl „**vlastní pocit**.“ Ať už Marcel, Lenka nebo Denisa hodnotili zábavu s alkoholem pozitivně, někteří přímo dokonce vyzdvihovali jeho chuť, Marcel s Lenkou společně ještě s Ludmilou a Petrou uvádějí jako důvod abstinence „vlastní pocit.“ Přišli na to, že pít alkohol pro ně nemá žádná pozitiva, zároveň si chtěli abstinenci zkusit a pozorovat své tělo, co se bude dít, když nebudou pít alkohol. Začali ze sebe mít lepší pocit a tělu více naslouchat, a proto vytrvali.

Lenka také zmiňuje, že ač abstinence začala pro vlastní pocit, ukázalo se, že přináší další benefit v podobě lepšího využití **času**, resp. jeho neztrácení při léčbě z kocovin atp.

*„Že ten alkohol je časozrout. Nemám takovej ten pocit, že by mi to ubíralo něco, co chci použít na ten čas, kterej chci použít a něco jinýho. Aaa. Tak si myslím, že mi to*

*pomáhá i víc relaxovat. Že to je pro mě jako pořád výzva v tom celým vytížení, fakt jako vypnout.“*

Časové hledisko zmiňuje i Ludmila. S ohledem na její práci může sportovat převážně jen o víkendu a když tento čas využije k nějakému večírku s alkoholem, následující kocovina ji brzdí v jejích oblíbených aktivitách. V kombinaci se sportem jsou to její dva hlavní důvody abstinence a kvůli sportovním výkonům rovněž s abstinencí začínala. Na otázku, kdy začala abstinovat, reaguje:

*„Je to tak 2-3 roky zpět, někdy v srpnu, hodně jsem v té době cvičila a běhala a alkohol toto úsilí velmi marní, člověku je pak špatně a nemůže jít běhat, ani cvičit což s mou prací, kdy jde cvičit především o víkendu, dělá čáru v časovém plánu, dalším důvodem je lupénka, po alkoholu se mírně zhoršuje. Dalším důvodem je, že přítel nesmí.“*

Lenka je s přítelem ale cca rok a půl, samotná abstinence začala před tím, než se poznali. Ráda bych poznamenala, že ačkoli je zmiňován čas, čas na zábavu, do jisté míry tato kategorie souvisí s povinnostmi, kvůli kterým „není čas ztrácet čas“ kocovinou. Lenka dává tyto dva důvody do souvislosti:

*„Myslím si, že kdybych pila teďka, tak jsem na tom hodně špatně. Teď hodně pracuju a musela bych některý aktivity úplně opustit, si myslím. Protože bych na to prostě neměla kapacitu, ale tím, že nepiju a některý tydle věci řešit nemusím...“*

Absence kocovin vystupuje jako další velké pozitivum abstinence, se kterým se pojí i pozitivum, jež zmiňuje Ludmila a Lenka, a tím je čas, který získají na jiné činnosti a nemusí ho trávit s kocovinou. Lenka k tomu říká:

*„Právě, nemusím řešit ten čas. Nemusím řešit to, že už bych si neměla dávat další skleničku, nemusím řešit, že mi je blbě z nějaké kocoviny. Myslím, že se cítím i jako zdravější celkově. Že je to takovej detox. Vlastně mi přijde, že jsem prostě tyhle věci všechny přestala řešit. Že to mám v sobě vyřešený a mám kapacitu na jiný věci, který jsou pro mě důležitější. A hlavně si myslím, že ten největší dopad je ten čas. Že to fakt ... ta energie.“*

Ludmila pozitivně hodnotí také kontrolu nad svým tělem a to, že může cvičit, kdy se jí zlíbí, a ne až vystřízliví.

Petra s Ludmilou přidávají jako důvod abstinence k vlastnímu pocitu ještě **drobné zdravotní výhody**. Petru někdy pálí žába, a tak to vyhýbáním se alkoholu může eliminovat a Ludmila má lehkou formu lupénky, která jemně reaguje na alkohol. Ale ani u jedné to není primární důvod abstinence. Spíš to vyzdvihují jako přidané pozitivum. Petra se rovněž zmiňuje o své váze, nemá potřebu nějak hubnout, ale svou váhu nechce více podporovat:

*„Další věc, že jsem obézní, takže v rámci výběru věcí, které tomu škodí, jsem se rozhodla, že se spíš vzdám alkoholu než čokolády. Potom, že na mně je to hned vidět, když se napiju. Souvisí to i s obezitou. Hned zčervenám, začnu se potit, hned to vycítím.“*

Zdeněk je specifickou kategorií důvodů k abstinenci. Vysvětluje ji takto:

*„Do 18 jsem to fakt nepil z toho přesvědčení, že se to nemá, že když to ochutnám, tak až pozdějc. Pak vlastně jsem hrál ten fotbal, tak sem si říkal, že je zbytečný do sebe to..., nějak lámat alkohol, zvlášť jako... bylo pohodlný, že jsem mohl jezdit autem. Ale to taky jako není ten důvod, ale je to jedna z výhod. No a pak zase, když už mi bylo 21, 22, ono to furt plynulo docela rychle, tak pak už jsem si říkal, že je škoda jako začínat. Že jako je to... Když to nepotřebuju do 22, tak už asi...“*

Denisa měla při střední i po střední škole práci v ostravské Stodolní ulici, kde se intenzivně potkávala s opilými klienty. Sama v té době alkohol konzumovala, ale když změnila prostředí a ze Stodolní odešla, přestala pít ze dvou důvodů. Jeden z nich je právě **zkušenost s opilými lidmi** a druhý je ten, že ji po alkoholu **rovněž bývalo špatně**. Tento důvod zmiňuje také Lenka a Petra, ale není to primární důvod jejich abstinence.

V důvodech abstinence nacházíme kategorii, kterou participanté shodně označují jako „vlastní pocit.“ Pod tímto pojmem se zejména u Lenky a Ludmily skrývá obava o vlastní seberealizaci, která je konzumací alkoholu ohrožena. Taková obava se nutně pojí s nedostatkem času. Pociťovaný nedostatek času je však spojen spíše s povinnostmi nebo dalšími aktivitami (Anderson et al., n.d.), o které se participanté vlivem konzumace alkoholu nechtějí nechat připravit. Mísí se zde motiv další zábavy, na kterou by nezbyl čas a obava z nesplněných, nestihnutých povinností, která vede zpět až k seberealizaci. Hojně se participanté zmiňují o důvodech spojených se zdravím. Petra s Ludmilou abstinencí dosahují zlepšení zdravotního stavu, který je v jednom případě ovlivněn obezitou (Romo, 2012) a

v druhém lupénkou. Kategorie zdravotních benefitů je však známá i dalším participantům, kteří se cítí lépe, nemají kocoviny, (které se opět pojí s obavou o svůj čas), mohou příjemně relaxovat, rovněž se absence kocovin pojí se sportovními výkony, které nejsou alkoholem neblaze ovlivněny (Herring et al., 2012) a sport (spolu se zmiňovanou relaxací) přispívá k lepší psychohygieně. Zdeněk jako jeden z dřívějších důvodů uvedl *přesvědčení, že pít alkohol se nemá*. Porušení tohoto pravidla by vedlo k tenzi a špatnému pocitu, a tak se Zdeněk konzumaci alkoholu vyhýbal, aby si udržel „vlastní dobrý pocit.“ Rovněž vidíme, že mnohdy abstinenti nepotřebují konkrétní důvod, aby přestali pít (např. negativní zkušenost.) Vztahují se k „vlastnímu pocitu,“ který je pro ně dostatečným důvodem abstinence. To je v souladu s výsledky L.K. Romo (2012), kde participanté jako důvod uvádějí, že se cítí lépe, než kdyby na konzumaci alkoholu participovali.

### 2.3. Vlivy a hodnocení konzumace alkoholu

#### Zkušenosti s alkoholem

Participanté (vyjma Zdeňka) uváděli, že mají zkušenost s konzumací alkoholu. První byla obvykle v dětství, nějaké „ochutnání,“ ke kterému došlo, ať už z vlastní zvědavosti, nebo protože některý ze členů rodiny dal dítěti alkohol ochutnat. Pokud si participanté vzpomínají, bylo to ve věku zhruba do 1. třídy. Na první opilost si však pamatují výrazněji a přišla mezi 16. až 24. rokem života. Co se prožitků první opilosti týče, Denisa tuto zkušenost komentuje následovně:

*„Bylo to dost blbý. Bylo mi špatně a do teď nemůžu vidět slivovici.“*

Ačkoli se tento zážitek stal zhruba před 14 lety, stále si jej pamatuje. U Petry ta doba není tak dlouhá, ale samotnou opilost hodnotí podobně:

*„No, 5 hodin si nepamatuju. Pak mi bylo blbě. Trapně. Protože ostatní si to pamatovali a našli mě omdletou ve zvratkách na záchodě a zamknutou. Takže málem skoro mrtvou. A celý den jsem se třásla jak ratlák, bylo mi hodně špatně a klepala jsem se prakticky ještě celý týden a následující 2 měsíce, kdykoli jsem viděla jenom pivo, tak*

*jsem se taky klepala. ... mám trošku od toho kolapsu komplex, abych to zase nepřehnala, protože není to příjemné, nevědět o sobě x hodin, co člověk dělal.“*

Lenka i Marcel shodně uvádějí, že na první opilost plynule navázalo období, kdy s kamarády chodili častěji pít.

Zde se ukazuje stereotypní představa toho, že abstinenti nepijí, protože měli silný negativní zážitek s alkoholem, jako lichá. U nikoho z abstinentů, kteří alkohol někdy ochutnali se tento model neprojevil. Přes negativní zážitek současní abstinenti pokračovali v konzumaci alkoholu v daném období, kdy ještě neabstinovali. Neprojevil se ani u Zdeňka, protože alkohol nepil nikdy v životě a důvodem jeho abstinence jsou jiné motivy. To je v souladu s Piacentini a Banister (2009), kteří rovněž poukazují na stereotypní představy o abstinencech.

### **Negativní hodnocení konzumace alkoholu**

Participantů se běžně vyskytují i v prostředí, kde se alkohol podává a jejich sociální okolí jej konzumuje. Účastníci studie hodnotí mírné pití svého okolí jako normální a nemají s ním žádný problém, ani s lehkou opilostí. Problém však nastává, pokud jedinec mění charakter pod vlivem alkoholu, je otravný anebo agresivní.

Petra negativně hodnotí vliv alkoholu na některé jeho konzumenty a to, když jsou ve společnosti agresivní nebo dotěrní.

*„Jo, mi potom vadí, a to jsou určité typy, jak potom začnou být třeba agresivní někteří, a takový vlezlý, ale to naštěstí jako nemám.“*

Stejně tak i ostatní respondenti **negativně hodnotí agresivitu** v opilosti, někteří nahlíží negativně i na mírnější opilost. Ludmila:

*„Lidi, co pijí mi nevadí, pokud udrží určitou hranici, jsou schopni mluvit, chodit, přemýšlet, orientovat se a kontrolovat své jednání, a trošku se změnilo - daleko víc mi vadí, když se někdo zpije do němoty a padá, kde se dá, dělá potíže ostatním nebo je agresivní, případně nebezpečný sám sobě i jiným.“*

Problematiky sebekontroly a ovládání se si je vědoma i Petra, která stav, kdy kontroly schopna nebyla, zažila i na sobě a rovněž jej nehodnotí kladně:

*„Mám trošku od toho kolapsu komplex, abych to zase nepřehnala, protože není to příjemné, nevědět o sobě x hodin, co člověk dělal.“*

Ač se Zdeněk do stavu podobného Petřinému nikdy za pomoci alkoholu nedostal, hovoří o stejných motivech:

*„[...] můžu kdykoli řídit. Vždycky o sobě vim, mám nad sebou kontrolu.“*

Petra se obává o své bezpečí, které potenciálně může být ohroženo opilými lidmi, kteří mají sklon k agresi v opilosti. Petra i Ludmila hovoří o motivu překročení hranic. Petra se obává narušení jejích osobních hranic, kdy opilí lidé mohou narušit její osobní, ať už fyzický nebo mentální prostor. Motiv bezpečí se objevuje i u Ludmily, která se obává nejen o bezpečí své, ale také bezpečí pijana. Abstinence je přináší schopnost se postarat o sebe, ale případně i o druhé. Zdeněk také poukazuje na toto hledisko a vidí jako pozitivum své abstinence to, že má jasný úsudek, kontrolu nad sebou, stabilitu a tudíž bezpečnost (Rinker & Neighbors, 2013).

### **Abstinenti a události, kde se podává alkohol**

Participantů se shodují, že abstinence nemá žádná velká negativa. Často vyzdvihují pouze fakt, že neustále musí **odpovídat na otázky, proč nepijí**, že se někdy setkají s otravnou společností, která si po celý večer neodpustí několik poznámek.

*„No, než si to člověk někdy domluví s těma lidma, proč zrovna nepiješ, proč nechceš pít. Někteří, co tě jako neznají, když se někdo to, tak jsou víc jako, více do tebe ryjou, proč vlastně ne a podobně. A že to je někdy taková ohraná písnička, že jako co půl hodiny se bavíš o stejné věci. A je to takové dost otravné.“*

Ludmila negativně **hodnotí únavu na společenských akcích**, že to „nepřepije.“ A chodí dřív spát. Ani káva ji nepomáhá vydržet dlouho do noci. Zdeněk se s ní shoduje v tom, že také končí oslavy dřív, neboť už je unavený oproti přátelům posilněným alkoholem:

*„Hele to, jediný rozdíl mezi nima je, že voni dokázali do 7 do rána třeba. Já jsem měl 3-4 konec, protože mě to už přestane bavit, protože oni už jsou pak tak, jakože už si s nima ani nemůžeš povídat, takže druhá, třetí a pro mě to byla konečná. Takže, abych s nima táhnul do 7 do rána, to už, to ne.“*

Participantů zažívají nepříjemné pocity vyvolané poznámkami společnosti, ve které se nachází a ve které oni nepijí na rozdíl od ostatních. Tyto poznámky si často vynucují vysvětlení abstinence, čímž je zároveň poukazováno na to, že abstinent je odlišný od přítomné skupiny (Romo, 2012). Vysvětlením, nebo domluvením se, jak říká Petra, se dají nepříjemné pocity plynoucí z těchto dotazů eliminovat, přesto je to pro participanty „otravné“. Za těmito otázkami na důvody abstinence se často skrývá, ať už vědomá nebo nevědomá, snaha upozornit jedince na jeho odlišnost a motivovat ho k chování, které je v souladu s danou skupinou. Oblastí, kterou abstinenti ve společnosti, kde se konzumuje alkohol pociťují negativně, resp. cítí, že jim oproti konzumentům alkoholu něco schází, je únava v pozdějších hodinách, které se například Ludmila snaží zabránit kávou, aby mohla být déle ve společnosti, ale přesto únava vede k dřívějšímu opuštění akce a může vést k jisté izolovanosti od ostatních.

### **Formující vlivy v dospívání v rodině a mimo ni**

Všichni participanti uvedli, že jejich rodina alkohol konzumuje. Rozdíl je patrný v míře či četnosti konzumace. Někteří participanti si vybavují, jak byla nastavena pravidla ohledně alkoholu a jiných látek v jejich výchově. U Zdeňka, Marcela a Ludmily nejbližší rodina pila velmi střídavě a v době dospívání platila jasná pravidla ohledně alkoholu, což Marcel i Ludmila zpětně hodnotí jako správné a adekvátní. Zdeňkova o rok a půl starší sestra, ač prošla stejnou výchovou, abstinentka není. Denisa si žádná zvláštní pravidla nevybavuje, ale říká, že ani nechodila domů opilá. Nicméně v době jejího dětství a dospívání, jak sama v úvodu zmiňuje, vídala opilého dědu a také jí byl znám fakt, že vyrábí vlastní pálenku, která se pak distribuovala celému příbuzenstvu. Ludmila vzpomíná, že bez důvodu se u nich doma nikdy nebylo. Buď se jednalo o nějakou oslavu, nebo výjimečně jedno pivo po náročné práci venku.



Vliv na pozdější abstinenci můžeme nalézt i mimo nejužší kruh rodiny, jako v případě

Zdeňka:

*„ Ale, ale to (negativní model v dospívání) není ten důvod. I když je teda pravda, že jakoby v mém životě byli 3 lidi - alkoholicí. Byli to 3 chlapi. Jeden byl trenér, jeden kluk byl z práce a pak teda ještě jeden člověk z fotbalu a ten tam byl jenom krátce. A, ale nejmíc teda ten člověk z práce. Super chlap, uměl asi 5 světovějch jazyků, ale pak měl nějakej těžkej rozvod, v tom začal pít a teď je v podstatě skoro bezdomovec. Potom. Takže, těžký no.“*

V období střední školy se vůči alkoholu nikterak nevynezovali Lenka, Ludmila, Denisa a Marcel. Se svými vrstevníky se účastnili událostí, kde se běžně pilo. Udávají, že k tomu neměli žádný zvláštní důvod, ale že to „všichni dělali.“ Lenka konzumaci alkoholu v období střední školy výstižně shrnuje touto větou:

*„Já bych řekla - sociální skupina a sociální jako ... lidi okolo mě. To bylo takový to „všichni to dělaj, tak proč né já?“*

I Zdeněk, který nikdy s vrstevníky nepil si je vědom silného sociálního tlaku na jeho rozhodnutí také v době okolo střední školy. Vždy byl neoblomný, ale ani to nebylo pro jeho okolí dostatečně hlasité „ne.“ Ve výsledku se mu snažili do pití přidávat alespoň trochu alkoholu, ale on to vždy poznal.

*„ [...] když jsem fakt jakoby nepil a byli jsme s klukama z fotbalu, který kolikrát zkoušeli mi třeba do, když jsem měl někde limonádu, kolu, tak že mi do ní dali trošku alkoholu, ale to je jako když ... když nepiješ, tak to poznáš jako. Dycky, oni říkaj: „Tyvole, dyť jsme tam dali 2 kapky.“ A já stejně říkám: Tyvole, prostě to cejtím.“ Takže...“*

**Někteří participanti byli do jisté míry ovlivněni rodinou, ať už negativním modelem jako v případě Denisy, nebo se setkali s pozitivním modelem jako například Zdeněk, Marcel a Ludmila. V souladu s Herring et. al. (2012) se zde projevuje jeden z vlivů na pozdější abstinenci, a tím je model v rodině. Na druhou stranu část abstinentů vyrůstala v prostředí běžné české konzumace alkoholu, a přesto také došli ke své abstinenci.**

**Mimo rodinu se prokazuje se silný vliv vrstevnického sociálního okolí na konzumaci alkoholu, stejně jako nahlížení na alkohol jako na nutnost, bez jejíhož respektování není abstinent pokládán za plnohodnotného člena skupiny. Sociální tlak v popisovaném období**

života se projevuje jako jedincem vnímaná svá odlišnost od norem a jednání skupiny, což je v souladu s tvrzeními Simonse & Mortona (1977). Zdeněk pamatuje na 3 výstražné situace, kdy se setkal se 3 alkoholiky v jeho životě. Takový vliv má nejbližší kategorii vlivu sousedů dle Herring et al. (2012).

## 2.4. Reakce okolí

Většina participantů se shoduje, že když si na nějaké události, kde ostatní pijí alkohol, nedají alkoholický nápoj, v hojné míře se setkávají s dotazem - proč tomu tak je. Potřebě zdůvodnit abstinenci jsem se již věnovali, nyní se podíváme, co se skrývá za otázkou „Proč nepiješ?“ Je vhodné rozlišit, že co se týče bližšího okruhu přátel, lidí, které znají delší dobu, participantů uvádějí, že ti se už neptají a respektují jejich rozhodnutí. Dobře to ilustruje výpověď Zdeňka:

*„Hele, teď už je to období, že prostě nepiju a lidi to chápou, jako blbý to bylo, blbý to bylo, právě dřív. Samý proč a tak. Ale v podstatě jako ty lidi, co jsem vídal, jsme se znali od 6 let, takže prostě, když jsem jim v 18 řek, že ne a voni už to věděli, tak spíš, když jsme se viděli po dlouhý době, tak se zeptali: ‚Tak co, ještě furt nepiješ?‘ jako řek jsem: ‚Furt ne.‘ A v pohodě.“*

Marcel, který z mého vzorku abstinguje nejkratší dobu říká, že se zatím nedostal do situace, kdy by nepil a byl by tam přítomný i někdo, koho vůbec nezná anebo jen málo, proto nemohl tuhle oblast dostatečně posoudit, nicméně také říká, že přátelé už jeho abstinenci „berou.“ O své zkušenosti hovoří následovně:

*„To, to si všimnou, samozřejmě. Zeptaj se a úplně jako automaticky to tak nějak jako berou. Že jim třeba řeknu, že v současné době jako mi to nějak nechutná, anebo že to nepiju z tohodletoho důvodu, že mi potom není dobře. A oni to taky poberou úplně jako v pohodě.“*

Další otázky ze strany sociálního okolí, které zjišťuje, proč si jedinec nedá alkohol, směřují na **zdraví**. Lenka uvádí:

*„Mají dvě otázky: Jseš těhotná? Jseš nemocná?“ To je jako první, co lidi napadne. To jim úplně nezalívám, [...] ale je to občas poměrně otravný.“*

## Model „A proč?“

Ve všech pozorovaných výzkumných situacích jsem identifikovala *model „A proč?“*, který jsem nastínila a mohu jej popsat následovně: Vzhledem k tomu, že konzumace alkoholu je v České republice pevně zakotveným většinovým jevem, odchýlení od něj vyvolává nechápavé reakce. Můj výzkum se týkal vzorku mladých lidí do 30 let, a tak můžu říct, že mladí lidé jsou si vědomi, že alkohol má svá negativa, může škodit zdraví, popřípadě zhoršovat zdraví už poškozené a tento důvod chápou jako legitimní příčinu abstinence. Ke zdravotním důvodům připojují i těhotenství. I zde si je sociální okolí vědomo případných negativních vlivů na dítě a bere za samozřejmé, že v takovou chvíli nastávající matka nepije. Rovněž se nepozastavují nad tím, že člověk nepije, když bude řídit. Ovšem vyjma těchto dvou kategorií sociální okolí abstinenta není schopno pochopit, *proč* abstinent nepije, neboť jiné odpovědi nepovažují za legitimní.

Vede to k tomu, že abstinenti dávají mnoho odpovědí a vysvětlení, ale ostatní se jich stále ptají na další „A proč nepiješ?“ Do doby, dokud nezazní jeden ze zmíněných „legitimních“ důvodů. Zdá se, že společnost není schopna slyšet jiné důvody, natolik je konzumace alkoholu zakořeněna jako součást kultury, rituálu, natolik je stmelujícím symbolem, pojítkem skupiny, jehož vzdání se vyvolává hlasité reakce.

Uvedu jen několik příkladů a všechny:

*P: Hele, proč vlastně dneska nepiješ?*

*B: Hele, já prostě nepiju.*

*P: Hele, neblbni, něco si dáš ne?*

*B: No, jenom vodu si dám, nebo nějakou džus možná.*

*P: Ale tak jako... seš nemocná nebo?*

*Někdo: Ty dneska nepiješ?*

*B: Už nějakou dobu nepiju.*

J: To je nějaká **dieta**?

B: Hele ne, prostě se mi nechce.

H: A proč?

Jen zmíním, že ač jsem pro svou práci záměrně vynechala jako důvod abstinence náboženství, přeci se mohlo v odpovědích či reakcích objevit, ale nestalo se tak. Jsme země téměř ateistická, a proto mě nepřekvapuje, že v předpokládaných důvodech toho, proč někdo nepije, se neobjevuje domněnka, že daný jedinec tak činí z náboženských důvodů.

Pro společnost je těžko uchopitelné odlišné chování od většinového, a proto se dotazuje po důvodech, které k takovému jednání vedou. Pakli-že se jí nedostane odpovědi, kterou chápe jako legitimní, dotazuje se dále, dokud takový důvod nezíská (či dokud abstinent debatu neukončí.) Abstinenci prožívají nepříjemné pocity, které pramení buď z nevhodných komentářů a vtipů na konto jejich abstinence (Simpson, 2001) nebo z neustálého dotazování. Snaží se tomu proto vyhnout.

### Nepříjemné komentáře

Co se týče dalších reakcí, které nutně nepřicházejí bezprostředně po zjištění, že někdo z mých participantů nepije, Petra a Lenka uvádějí, že se setkávají s **otravnými**, rýpavými **komentáři** a rovněž s tím, že se jim snaží okolí nějaký drink vnutit a nerespektují jejich ne. Příkladem takové reakce, se kterou se setkala Lenka, je odpověď obsluhy ve vinném sklípku:

*„To je jenom stříček, to není víno.“*

Petra uvádí na dotaz o respektování jejího rozhodnutí toto:

*„A respektují to... jak kdy. Někdy jako ze začátku ano, a jak se třeba večer rozjíždí, tak prostě ne. A máme v rodině pár členů, kterým řekneš desetkrát, že si nedáš ani jednu skleničku vína a stejně ji dostaneš před sebe postavenou.“*

Denisa se snaží komentářům a otázkám předejít tím, že se dopravuje autem, a tudíž nemůže pít a okolí bere tento důvod za dostačující.

V prepisech výzkumných situací jsem identifikovala celou podkategorii, do které spadají takové výpovědi a komentáře, které tlačí na náležení ke skupině, ať už aktivním nabádáním ke konzumaci alkoholu, nebo snahou jedince vyloučit, ukázat mu, že je jiný, nepatří mezi „nás.“ Takové komentáře někdy i dehonestovaly abstinenta. Několik ukázek:

- *„Ale my půjdem na panáka, co budeš dělat?“*
- *„Ty seš sračka.“*
- *„Ty jsi vostuda tyvole.“*
- *„Proč bysme si tūkali s někým, kdo nepije?“*
- *„Na Barči [zdraví] bez Barči.“*

Komentáře ukazují snahu sociálního okolí zdůraznit, o co abstinent přichází, když nepije. Že není součástí skupiny, něčím se liší. První komentář zejména vyzdvihuje to, že všichni, kteří pijí („my“), jsou skupina a abstinent do ní svým rozhodnutím nezapadá.

Další výpověď rovněž poukazuje na to, že abstinent nezapadá do „naší“ skupiny pijanů, ale především automaticky předpokládá, že abstinent, je něco horšího a „my, co pijeme,“ nejsme. Reakce předestírá, že abstinent je na rozdíl od neabstinentů v něčem horší.

Přípitek „Na Barči bez Barči“ byl přímým vyloučením osoby abstinenta. Reakce v podobném duchu se vyskytla například i jiný večer – v Literární kavárně, po tom, co si abstinent objednal vodu:

*„Nechceš si sednout někam jinam? Třeba ke koním? Táhle, tam jsou přivázaný.“*

V bowlingbaru zase zazněly výroky:

„Vyhodíme jí od stolu!“

„A ten, kdo nepije, platí 30Kč.“ (Namísto nižší částky, kterou každý přispíval na kulečnick.)

V komentářích je patrná snaha sociálního okolí ukázat abstinentovi, o co přichází, pokud nepije stejně jako oni. Sociální tlak je zde přítomen ve formě dehonestujících nebo exkludujících výroků, které mají abstinenta přimět přehodnotit své rozhodnutí nekonzumovat alkoholické nápoje a následně tedy splynou s ostatními členy skupiny.

## Strategie

V předchozích částech jsem zmínila tři důvody: zdraví (+ těhotenství), řízení, náboženství, které společnost chápe a považuje za dostačující odpověď na otázku „A proč nepiješ?“ Ze zkušeností participantů a zároveň ze situací pozorování reakcí vyplývá, že otázka „a proč“ až tak moc nepátrá po jedincových důvodech k abstinenci, ale právě po těchto třech kategoriích. (Náboženství ve své práci neuvažuji, nespadá do podmínky dobrovolnosti abstinence, proto tuto kategorii dále vynechám.)

Odpověď, kterou okolí chápe je tedy buď, že je člověk **nemocný, řídí** anebo v případě žen, že je **těhotná**. Pakliže abstinentova odpověď nezapadá do jedné z těchto tří kategorií, vyvolává další otázky „a proč,“ ačkoli na několik jich už bylo odpovězeno.

Abstinenti se mnohdy snažili z pití vymluvit a použili takovou odpověď, o které věděli, že bude přijata, ačkoli ne vždy byla úplně pravdivá. Tato strategie se označuje jako **zdůvodnění**. A odůvodňující odpověď nejčastěji zahrnuje **řízení** a nemusí být pravdivá. Zdeněk o své zkušenosti hovoří následovně:

*„Ale samozřejmě, když se o tom nechci bavit, tak řeknu, že jsem autem. Prostě, že nemůžu. Takže to je jakoby výmluva, která, po tom lidi nepátraj.“*

Denisa uvádí, že už řídí vždy, na jakékoli akci, a tak se jí okolí již moc neptá a nemusí se vymlouvat.

*„Já řídím pokaždé. A pak se nemusím z toho vymlouvat, že pít nechci. [Když neřídím, tak] no, vymlouvám se z toho, no.“*

Ačkoliv Denisa nepije již 8 let a jak sama udává, před 8 lety se změnily její sociální kruhy a teď už jsou poměrně ustálené, stále v jejím okolí není prostá odpověď o tom, že nechce pít, respektovanou volbou. Ludmila taktéž řídí, zejména na zábavách, kde jsou i lidé, které moc nezná a sama říká, že tato odpověď je svede z cesty a dál se neptají.

Druhým společností přijímaným důvodem je **zdraví**. Ludmila říká:

*„Dost lidí se ptá ‚Proč?‘, většinou jim řeknu, že lupénka, což je polopravda, ale většině lidí to stačí.“*

Primárním důvodem abstinence u Ludmily byl totiž čas a sport a výhody spojené s lupénkou objevila až později.

Petra, když se setkala se silným tlakem, i přes své přesvědčení a negativní dopad, který na ni alkohol někdy má, podlehla. Jako únosná strategie se ukázalo mít před sebou postavenou jednu skleničku nebo drink a upíjet ji několik hodin.

*„Máme v rodině pár členů, kterým řekneš 10x, že si nedáš ani jednu skleničku vína a stejně ji dostaneš před sebe postavenou. [...] Vypiju ji... Protože pak se na tebe dívá, že to byla drahá věc a že jsi zcela nenormální. Ale trvá to docela pár hodin, než to člověk vypije. A schválně to člověk pocucává, aby aspoň nedostal dolitou další.“*

Zdeněk jako strategii toho, jak se vyhnout otázkám a vrstevnickému tlaku využíval **jablečný džus**, který může být zaměněn za pivo, a tak nikdo ani nepozná, že je Zdeněk abstinent. Pil ho zejména na punkových koncertech místo piva, protože mu v tomhle prostředí nepřišlo úplně vhodné otevřeně předestírat, že nepije:

*„Třeba na těch punkovejch koncertech, když mi bylo těch 15, 16, tak abych to nemusel furt každému vysvětlovat, tak jsem pil jablečnej džus, protože to vypadalo jak zvětralý pivo.“*

Když jsou otázky moc dotěrné, časté či nepříjemné, pro některé abstinenty nemá smysl v takové společnosti dále zůstat a odpovídat na otázky, či se je snažit utnout a **odcházejí**.

U participantů jsou nejčastěji přítomny tři strategie komunikace se sociálním okolím o jejich abstinenci. Zdeněk s Denisou používají strategii zdůvodnění. Musí udat takový důvod, který bude pochopen bez potřeby dalších upřesňujících otázek (Nairn et al., 2006). V našem případě to je buď řízení nebo zdravotní důvody, a to i tehdy, když tento důvod není pravdivý.

Druhou používanou strategií je maskování se (Romo, 2012), kdy se abstinents snaží vypadat, jakože pije alkohol. U Petry je navíc přítomna escape-avoidance strategie, kdy abstinentska dočasně podlehně tlaku dominantní kultury, alkoholu se napije a snaží se jej pít co nejpomaleji, aby se nedostala do situace, kdy sociální okolí bude znovu vyžadovat další zapojení ve formě objednání dalšího alkoholického nápoje (Piacentini & Banister, 2009a).

Poslední identifikovanou strategií je kapitulace (Herman-Kinney & Kinney, 2013), která ústí až v opuštění dané společnosti ve chvíli, kdy nepříjemné komentáře překročí pro abstinentsa únosnou míru.

## 2.5. Pozorované změny od doby abstinence

Cíleně jsem se participantů ptala na to, zda chodí stále do stejných podniků, kam chodili i v době, kdy alkohol konzumovali. Zda se obecně baví stejným způsobem a zda se stýkají se stejným okruhem lidí. Samozřejmě zde hraje roli i věk a doba abstinence, je přirozené, že naše okruhy se do jisté míry mění s časem. Většina participantů uvedla, že se toho mnoho nezměnilo, blízcí lidé zůstali stejní, obecně sociální okolí velkou změnou rovněž neprošlo. Někteří abstinentsi však zmiňují, že se snížila četnost setkání s lidmi, se kterými se scházeli primárně za účelem konzumace alkoholu, nebo kde náplň setkání vždy znamenala nějaký drink. Týká se to těch skupin, kde nebyl žádný další stěžejní důvod k setkání, což je pochopitelné.



Petra uvádí, že chodí na typově stejné akce a místa, vídá se stejnými lidmi, ale že lidé v okolí jsou nyní více otravní a ptají se proč nepije. U Zdeňka se okolí, známí a přátelé, které zná již dlouho, zase ptají, zda stále ještě nepije.

Jediná Denisa uvádí velkou změnu svého sociálního okolí, která souvisela se změnou práce. Dříve pracovala v baru, bylo to v době, kdy ještě alkohol konzumovala, respektive alkohol konzumovala v době, kdy ještě pracovala na Stodolní. Společně se změnou prostředí přestala i pít. Odrazovaly ji zkušenosti s opilými lidmi, kocoviny. Když nebyla vlivům prostředí baru vystavena postupně se dostala k nepítí. Teď do barů chodí, sama říká, že i na větší party, ale už vůbec nemá potřebu pít.

Všichni participanti kromě Zdeňka, který nikdy kocovinu neměl, pak uvádějí, že se změnilo to, že jim nyní není špatně. Tuto změnu vítají.

### ***Pozitiva, která abstinence přinesla***

Absence kocovin je jedním z přidaných pozitiv, které abstinence přinesla. Taková pozitiva se v některých případech přidala k nynějším důvodům abstinence, o těch jsme již pojednali v kapitolách výše. V souladu s prezentovanými výsledky již víme, že participanti uvádějí jako pozitivum lepší pocit ze sebe, cítí se zdravější.

Novým pozitivně vnímaným aspektem, který přidává Denisa je **finanční hledisko**. Je ráda, že za alkohol neutratí plno peněz, jako tomu bylo dřív. Naopak Petra oponuje argumentem, že v současné době jsou nealkoholické nápoje dražší než alkoholické, to stejné tvrdí i Zdeněk s tím rozdílem, že si je vědom, že nealkoholických nápojů při večerní zábavě vypije méně, než průměrně vypijí lidé v jeho společnosti alkoholických nápojů. Finanční hledisko je subjektivní pro každého z abstinentů a záleží na tom, v jakém množství byli zvyklí alkohol konzumovat, od toho se následně odráží, zda je pro ně abstinence „levnější“ či „dražší.“

Zdeněk za výhody rovněž označuje **absenci problémů s dopravou domů**. Může vždy řídit a nemusí řešit noční MHD a taxi.

## Diskuse

Tato práce se zabývala dobrovolnou abstinencí u mladých lidí v České republice. Zaměřovala se na prožitky a zkušenosti dobrovolných abstinentů stejně jako na porozumění reakcím sociálního okolí v souvislosti s dobrovolnou abstinencí. Ta byla definována jako nekonzumace alkoholu po alespoň 3 měsíce, a to z vlastního přesvědčení, nikoliv z důvodů zdravotních či náboženských.

V první části této práce jsme se seznámili s výskytem užívání alkoholu u nezletilých v České republice a komparovali jsme tato data se zahraničními výsledky. Z této komparace vyplývá, že české děti konzumují alkohol v průměru více, častěji a dříve, než je tomu tak v ostatních zemích střední Evropy. Z výzkumu rovněž vyplývá, že čtvrtina až třetina dětí v České republice se dostává pravidelně do kontaktu s alkoholem a jeho konzumací. Prostředí, v jakém dítě vyrůstá jej formuje. Dle Herring et al. (2012) má na pozdější abstinenci pozitivní vliv kladný model v rodině, nebo odstrašující případ např. v sousedství. Můžeme vyvodit na základě těchto tvrzení o vlivu rodiny, ale i vrstevníků, že děti a mládež jsou ovlivněny prostředím, ve kterém vyrůstají a v České republice je takové prostředí charakteristické nadprůměrnou konzumací alkoholu, jak mezi dětmi, tak dospělými. V celosvětovém žebříčku je ČR na předních příčkách konzumace alkoholu per capita, kam se započítávají lidé od 15 let.

Alkohol je univerzálním symbolickým nástrojem, který konstruuje a ovlivňuje sociální světy. Určuje charakter sociálních situací a událostí, indikuje sociální status, naznačuje náklonnost a genderové odlišnosti (Douglas, 1987). Alkohol tedy funguje jako facilitátor sociálního kontaktu. Participanti – abstinenti pozitivně hodnotili stmelující funkci alkoholu. Všichni kromě jednoho participanta měli zkušenost s alkoholem, a dokonce s opilostí. Zábavu na alkoholu hodnotil jako lepší, uvolněnější. To je v souladu s tvrzením Ikegwonu & Seamana (2010), kteří ve své studii předeštěli, že mladí lidé si už jen těžko představí vrstevnickou socializaci bez alkoholu, berou jej jako základní nastavení, které stmeluje skupinou a pomáhá větší otevřenosti, boří zábrany. Tyto funkce mladí lidé vidí jako zlepšující a posilující skupinu. Je proto pochopitelné, že když se ve společnosti objeví abstinents, vyvolá tato skutečnost určité reakce. Nejčastější reakcí je otázka „A proč nepiješ?“, která se

ptá po důvodech abstinence. Ukázalo se ale, že jen některé důvody abstinence jsou společností respektovány a chápány. Jsou to takové důvody, které zahrnují *zdraví* nebo *řízení*. Ve vzorku této práce se nenacházeli abstinenti, kteří by nekonzumovali alkohol z náboženských důvodů, ty jsou ale podle (Herring et al., 2012; Nairn et al., 2006) třetím, společností respektovaným důvodem abstinence. Pakliže na dotaz *proč* nepije, abstinents neodpoví důvodem spadajícím do jedné z těchto 3 kategorií, přichází další dotaz – A proč? Ten je v mnoha případech počínajícím vrstevnickým tlakem (Simons-Morton & Farhat, 2010) a snaží se abstinents přimět ke změně postoje a chování tak, aby bylo v souladu se skupinou. Abstinents si proto vyvinuli strategie, jak tomuto tlaku čelit a jak komunikovat o své abstinenci. Nejčastěji užívanými identifikovanými strategiemi v této práci byly *odůvodnění*, *maskování* a *kapitulace*.

Podobně jako ve studii autorů (Nairn et al., 2006) se pro **strategii odůvodnění** ukázalo jako důležité, aby abstinents uvedli důvod, který sociální okolí pochopí a který nebude evokovat další otázky. Tato práce prezentuje zjištění, že abstinents takové důvody používají i ve chvíli, kdy nejsou pravdivé. Jedná se zejména o důvod – řízení. Druhým případem je, že abstinents se na události, kde se podává alkohol zásadně dopravují jenom autem, aby se vyhnuli pátravým otázkám na jejich volbu nápoje.

Druhou používanou strategií je **strategie maskování se**. Ta označuje takové jednání, kdy se abstinents snaží vypadat a jednat tak, jako by konzumoval alkoholický nápoj. V mé studii to především zahrnovalo konzumaci nápoje, který vypadá jako alkoholický, či manipulaci s alkoholickým nápojem. Když se takové jednání spojí se sociálním tlakem, nemá daleko k porušení abstinence a pití daného drinku. Následně se nejčastěji uplatňuje escape-avoidance strategie, kdy po porušení své abstinence následuje racionalizace, aby se jedinec vyhnul nepříjemným pocitům (Piacentini & Banister, 2009a). Uplatnění této strategie se mezi účastníky vyskytlo pouze u jedné osoby.

Další identifikovanou strategií je **kapitulace**. Herman-Kinney & Kinney (2013) ji popisují jako vzdání se v dané situaci. To se projevuje od zastavení argumentace až po opuštění dané společnosti. Ve chvíli, kdy otázky a sociální tlak překročily únosnou mez, část účastníků uvedla, že opustila danou událost.

Na rozdíl od jiných studií účastníci nevyužili strategii prevence a rezistence. Strategie prevence obnáší seznámení sociálního okolí s jedincovou abstinencí již před danou událostí, kde se alkohol podává. Nevyužití této strategie může být ovlivněno obavou, že otázky a sociální tlak přijdou v moment konfrontace, dříve, popř. prostřednictvím nějakého komunikačního média a nikoli osobně. *Bourání stereotypu* neboli strategie rezistence, jak už název napovídá, se snaží narušit stereotypní nazírání sociálního okolí na abstinenty. Ačkoli se abstinenti se stereotypy a předsudky setkávají, u nikoho nebyla patrná snaha se těmto stereotypům vzpírat. To může být ovlivněno tím, že nejčastější stereotypní představou, proč jedinec nepije, byla domněnka, že má nějaké zdravotní potíže nebo bude řídit, což jsou shodou okolností právě důvody, které jsou společností přijímány jako legitimní důvody k nepití, a proto pro abstinenty může být jednodušší tyto domněnky dále nekomentovat, neboť by s velkou pravděpodobností přišly další otázky, proč nepijí.

Kromě společností přijímaných důvodů k abstinenci se tato práce zabývala i dalšími důvody abstinence bez ohledu na jejich akceptovatelnost pro sociální okolí. Převládajícím modelem v důvodech abstinence byl **vlastní pocit**. Toto označení popisuje dobrý pocit ze sebe. Uvědomění si, že alkohol nemá pro jedince žádná pozitiva v kombinaci s vědomím, že alkohol není prospěšný, vedou k tomu, že jedinci začali abstinovat a souhrn těchto uvědomění je pak označován jako onen vlastní pocit. Tento vlastní dobrý pocit napomáhá k udržení abstinence a zároveň s postupem času ukazuje další benefity abstinence jako jsou **zdravotní zlepšení** nebo nenabírání na váze. To koresponduje se zjištěními, které uvádí Romo (2012) ohledně spokojenosti plynoucí z nekonzumace alkoholu, kde rovněž účastníci uváděli absenci kocoviny jako pozitivní aspekt abstinence, který pomáhá v jejím udržení. Spolu s tím si abstinenti všimli, že mají více času na jiné činnosti, protože nemusí léčit kocovinu. Pozitivně potom hodnotili možnost podávat plný výkon ve sportu i jiných činnostech.

**Časové hledisko** se mnohdy pojilo s obavou o nedokončení nebo nestihnutí veškerých svých povinností. K tomuto závěru došli například i Anderson et al., n.d. a Romo (2012). V později zmíněné studii je dokonce strach z ohrožení školního výkonu, ohrožení studijních výsledků, považován za ve společnosti respektovaný, legitimní důvod abstinence, který nevede k sociálnímu nátlaku směrem ke změně abinentova chování. Zmíněná studie byla prováděná v univerzitním prostředí a je zajímavé, že ačkoli můj vzorek sestával ze studentů vysokých škol či čerstvých absolventů, žádný z nich nepotvrdil pozitivní zkušenost

s uvedením tohoto důvodu. Můžeme se jediné domnívat, že přístup ke vzdělávání v České republice a Texasu, kde byla studie realizována, je jiný.

Vrátíme-li se ještě k vlastnímu pocitu, srovnáme ho s dalšími uvedenými důvody. Můžeme vidět, že vlastní pocit je abstraktní kategorií, kdežto ostatní důvody jsou poměrně konkrétní. Všimněme si, že abstinenti mnohdy nepotřebují konkrétní důvod své abstinence, spíše ho potřebuje sociální okolí kolem nich pro pochopení jejich chování.

Sekundárním důvodem abstinence se ukázala také zkušenost s opilými lidmi (zákazníky v baru), jejichž chování bylo vnímáno jako odpudivé. Herring et al. (2012) mluví o vlivech na abstinenci a jedním z nich je vidět pít své kamarády nebo vidět sousedy konzumující alkohol a jejich životní styl. Zkušenost s opilými zákazníky je někde na pomezí těchto kategorií. Dle stejného autora má vliv na postoj k alkoholu také rodina, a to zejména pozitivní model v rodině - tedy takový jedinec, který pije málo nebo vůbec. Participanti uváděli vliv rodiny jako formující, ale neshodují se tom, zda by se mělo jednat právě o pozitivní model nebo naopak o odstrašující případ. Rovněž si část participantů vliv rodiny neuvědomuje, vyrůstali v prostředí běžné české domácnosti s průměrnou konzumací alkoholu u nás. Naopak jsou si všichni silně vědomi vrstevnického vlivu na konzumaci alkoholu, stejně jako nahlížení na alkohol jako na nutnost, bez jejíhož následování není jedinec plnohodnotným členem skupiny. V této studii se ukázalo, že pokud tato nutnost není naplněna, kromě otázek „A proč?“, které abstinenti vnímají jako otravné, se také objevily dehonestující a urážlivé poznámky na adresu abstinentů. S těmi se abstinenti vyrovnávají za pomoci již prezentovaných strategií.

## **Limity šetření**

K limitům této práce patří, že jeden z rozhovorů s abstinenty a abstinenkami nebyl sebrán standardní formou jako ostatní. Participantka jej vyplnila písemně. Scénář rozhovoru byl zachován, naopak byly otázky možná ještě trochu detailněji vysvětleny, protože taková forma neumožňuje okamžitou interakci výzkumnice a participantky pro případné dovysvětlení otázky. Když jsem si rozhovor detailně pročetla vedla jsem s participantkou krátký telefonický hovor, abych se ujistila o některých odpovědích, popřípadě doptala na

detaily. K takovému sběru dat bylo přistoupeno z toho důvodu, že zmíněná participantka je dlouhodobě pracovně mimo Prahu.

Bylo by rovněž vhodné zabývat se výpověďmi právě sociálního okolí a rozebrat, co si o abstinencech myslí a proč reagovali tak, jak reagovali. Takové zkoumání by bylo zajímavé provést jak kvalitativně - kvůli hlubšímu pochopení motivů participantů, tak rovněž budoucnost tohoto tématu vidím v kvantitativním výzkumu zabývajícím se tím, jak lidé, kteří alkohol konzumují, nahlízejí na dobrovolné abstinenty. Tato práce je interpretací výpovědí abstinentů a reakcí účelně vybrané skupiny, není proto možné zjištěné výsledky zobecňovat ve smyslu kvantitativního výzkumu.

V designu výzkumu by z etického hlediska mohlo být vhodnější participantům z části „Sociální okolí“ dopředu sdělit, že bude probíhat výzkum týkající se např. „spotřeby alkoholu“ a předložit jim informované souhlasy, zároveň by však i tato zmínka mohla částečně zkreslit výpovědi participantů.

## ZÁVĚR

Práce Abstinence jako volba si kladla za cíl porozumět reakcím sociálního okolí na dobrovolné abstinenty, jejich vnímání daných reakcí a strategie odpovědí na ně. Ukázalo se, že abstinenti nahlízejí na lehké pití svého okolí jako na normální a bezproblémové. V provedeném výzkumu vyšlo najevo, že se abstinenti většinu času musí vypořádávat s neustálým vyjednáváním s okolím a vysvětlováním svých důvodů k abstinenci. Ta totiž není v české společnosti zatím brána jako běžná a vyvolává u alkohol konzumujícího sociálního otázky a někdy až urážlivé komentáře. K nejčastěji užívaním strategiím odpovědí týkajících se abstinence patří uvedení legitimního důvodu. Respektive takového, který sociální okolí dokáže chápat. Za takové důvody jsou nejčastěji pokládány důvody zdravotní nebo řízení. Dále abstinenti využívají strategie maskování - pijí takové nápoje, které mohou být zaměněny za alkoholické a tudíž na sebe nepoutají pozornost a abstinenti nemusí vysvětlovat své motivy.

Nejčastějším důvodem k abstinenci v mé práci byl tzv. vlastní pocit, kdy participanti nevedli k abstinenci žádný konkrétní důvod, ale spíš jejich souhrn nebo potřeba více

naslouchat svému tělu. Následné benefity z toho plynoucí se pak přidaly k sekundárním motivům abstinence.

Participantů však přes veškeré výhody abstinence poukazují na drobné negativum, a to neustálé obhajování svého jednání ve společnosti, což potvrzuje můj předpoklad reakcí sociálního okolí na ně.

## Reference

Anderson, K. G., Grunwald, I., Bekman, N., Brown, S. A., Grant, A., & Kristen, : (n.d.). To drink or not to drink: Motives and expectancies for use and nonuse in adolescence. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26735912>

Bartram, A., Elliott, J., Hanson-Easey, S., & Crabb, S. (2017). How have people who have stopped or reduced their alcohol consumption incorporated this into their social rituals? *Psychology & Health*, 32:6, 728 – 744. Dostupné z <http://www.tandfonline.com.ezproxy.is.cuni.cz/doi/pdf/10.1080/08870446.2017.1300260?needAccess=true>

Corbinová, J., & Strauss, A. (1999). *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert.

Csémy, L., & Sovinová, H. (2003). *Kouření cigaret a pití alkoholu v České republice*. Praha: Státní zdravotní ústav.

Douglas, M. (1987). *Constructive Drinking: Perspectives on Drink from Anthropology*. Cambridge: Cambridge University Press.

Eagly, H. A. (1978). Attitudes and opinions. *Annual Review of Psychology*. <https://doi.org/10.5465/AMR.1978.4296093>

Goffman, E. (2003). *Stigma : poznámky k problému zvládnání narušené identity*. Sociologické nakladatelství. Dostupné z: <http://eds.a.ebscohost.com/eds/detail/detail?vid=3&sid=ad95b865-33c7-4bd5-a6db-60014dab8ed4%40sessionmgr4007&hid=4103&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1lZHMtbGl2ZSZy29wZT1zaXRI#AN=kup.000211280&db=cat04374a>

Harrington, N. G. (1995). The Effects of College Students' Alcohol Resistance Strategies. *Health Communication*, 7(4), 371 – 391. Dostupné z: [http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327027hc0704\\_5](http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327027hc0704_5)



Herman-Kinney, N. J., & Kinney, D. A. (n.d.). Sober as Deviant: The Stigma of Sobriety and How Some College Students " Stay Dry " on a " Wet " Campus. *Journal of Contemporary Ethnography*, 42(1), 64–103. Dostupné z: <http://journals.sagepub.com.ezproxy.is.cuni.cz/doi/pdf/10.1177/0891241612458954>

Herring, R., Bayley, M., & Hurcombe, R. (2012). A positive choice: young people who drink little or no alcohol, (August 2012), 1–4. Dostupné z: <http://www.jrf.org.uk/publications/positive-choice-young-people>

Hibell, B. e. (2012). *The 2011 ESPAD Report: substance use among students in 36 European countries*. Stockholm: The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN).

Ikegwuonu, T., & Seaman, P. (2010). Drinking to belong: Understanding young adults' alcohol use within social networks, 1–56. Retrieved from <https://www.jrf.org.uk/sites/default/files/jrf/migrated/files/alcohol-young-adults-full.pdf>

Inchley, J., Currie, D., Young, T., & Al., E. (n.d.). *Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being : Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) Study : international report from the 2013/2014 survey*. (7th ed.). Health policy for children and adolescents.

Johnson, N., Dinsmore, J. A., & Hof, D. D. (2011). The Relationship between College Student's Resilience Level and Type of Alcohol Use. *International Journal of Psychology: A Biopsychosocial Approach*(8).

Kasalová-Daňková, Š., Holub, J., & Jáchová, J. (2011). *Evropské výběrové šetření o zdraví v České republice EHIS 2008*. Praha: Ústav zdravotnických informací a statistiky České republiky.

Miller-Day, M., & Barnett, J. M. (2004). I'm not a druggie. *Health Communication*, 16(2), 207–228. Dostupné z: [http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327027hc0704\\_5](http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327027hc0704_5)

Nakonečný, M. (1998). *Encyklopedie obecné psychologie*. Praha: Academia.

Nairn, K., Higgins, J., Thompson, B., Anderson, M., & Fu, N. (2006). "It"s Just Like the Teenage

Stereotype, You Go Out and Drink and Stuff': Hearing from Young People who Don't Drink. *Journal of Youth Studies*, 9(3), 287–304. Dostupné z: [https://www.researchgate.net/publication/240533021\\_'It's\\_Just\\_Like\\_the\\_Teenage\\_Stereotype\\_You\\_Go\\_Out\\_and\\_Drink\\_and\\_Stuff'\\_Hearing\\_from\\_Young\\_People\\_who\\_Don't\\_Drink](https://www.researchgate.net/publication/240533021_'It's_Just_Like_the_Teenage_Stereotype_You_Go_Out_and_Drink_and_Stuff'_Hearing_from_Young_People_who_Don't_Drink)

Nešpor, K., & Csémy, L. (1992). *Alkohol, drogy a vaše děti*. Praha: Sportpropag.

Nešpor, K., & Provazníková, H. (1999). *Slovník prevence problémů působených návykovými látkami: pro rodiče a pedagogy*. Praha: Fortuna.

Piacentini, M. G., & Banister, E. N. (2009a). Managing anti-consumption in an excessive drinking culture. *Journal of Business Research*, 62(2), 279–288. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2008.01.035>

deconstruction. *International Journal of the Addictions*, 25: 607–628.

Pittman, J.,D., & White, H.,R. (1991). *Society, Culture and Drinking Patterns Reexamined: Alcohol, Culture and Social Control Monograph Series*. New Brunswick: Rutgers Center for Alcohol Studies.

Real, K., & Rimal, R. N. (2007). Friends talk to friends about drinking: exploring the role of peer communication in the theory of normative social behavior. *Health Communication*, 22(2), 169–180. Dostupné z: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10410230701454254>

Rinker, D. V., & Neighbors, C. (2013). Reasons for not drinking and perceived injunctive norms as predictors of alcohol abstinence among college students. *Addictive Behaviors*, 38, 2261–2266. Dostupné z: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0306460313000695>

Romo, L. K. (2012). "Above the influence": how college students communicate about the healthy deviance of alcohol abstinence. *Health Communication*, 27(7), 672–81. Dostupné z: <http://www.sciencedirect.com.ezproxy.is.cuni.cz/science/article/pii/S0306460313000695>

Russel, L., D., & Tabytha, A. (2017). "That's What 'College Experience' is": Exploring Cultural Narratives and Descriptive Norms College Students Construct for Legitimizing Alcohol Use,

31( 8 ) ,                      9 1 7 – 9 2 5 .                      D o s t u p n é                      z :  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0306460313000695>

Řiháček, T., Čermák, I., & Hytych, R. (2013). *Kvalitativní analýza textů : čtyři přístupy*.

Simons-Morton, B. G., & Farhat, T. (2010). Recent findings on peer group influences on adolescent smoking. *The Journal of Primary Prevention*, 31(4), 191–208. Dostupné z: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20614184>

Skála, J. (1988). *...až na dno!?: Fakta o alkoholu a jiných návykových látkách*. 4. vyd. Praha: Avicenum.

Velleman, R. (2009). Influences on how children and young people learn about and behave towards alcohol: a review of the literature for the Joseph Rowntre Foundation (part two). Retrieved from <http://www.jrf.org.uk/>

Weitzman, E. R., Nelson, T. F., & Wechsler, H. (2003). Taking Up Binge Drinking in College: The Influences of Person, Social Group, and Environment. *Journal of Adolescent Health*, 32, 26–35. Dostupné z: <http://archive.sph.harvard.edu/cas/Documents/uptake/uptake1.pdf>

## Přílohy

### Scénář rozhovoru – DOBROVOLNÝ ABSTINENT

#### Seznámení - úvod

- Seznámení se s respondentem
  - co dělá
  - záliby
  - kam chodí za zábavou, s kým

#### Zkušenosti s alkoholem

- Co se Ti vybaví, když se řekne alkohol? Co ještě? Proč právě toto?
- Ochutnal/pil jsi někdy alkohol? Pokud ano kdy poprvé? Jaké to bylo? (Chutná/al Ti alkohol?) Bylo to nějaké období? Epizoda spojená s alkoholem?
- Je něco, co to přineslo nebo naopak „vzalo“? Co ještě? Proč právě toto?
- Vzpomeš si, co tě k užívání alkoholu vedlo? Proč jsi vlastně pil/a?
- Při jakých příležitostech k užívání alkoholu docházelo? Jak často? Jak to vypadalo a jak to končilo?
- Máš nějaké pozitivní/negativní zkušenosti s alkoholem?
- Jak k alkoholu přistupovalo tvoje okolí, v době, kdy jsi pil alkohol? Jak ještě?
- Kdy ses rozhodl přestat pít alkohol? Proč?
  - vybavuješ si konkrétní moment, situaci „a dost“? nebo období, kdy to k tomu šlo? Co se dělo?

#### Období dobrovolné abstinence

- Změnil se nějak tvůj život od doby, kdy jsi přestal pít alkohol?
- Chodíš stále na stejná místa, do stejných podniků, práce? Děláš stále to stejné? Co je jinak? Pokud ne, jak se to změnilo?
- Změnil se nějak tvůj společenský život? Stýkáš se stále s relativně stejnými/ jinými lidmi?

- Pokud ne, v čem se okruh tvých lidí změnil?
- Podává se na místech, která navštěvuješ, alkohol?
  - Jak to na tebe působí? Jak ještě? Jaké to pro tebe vlastně je?
- Reaguje nějak okolí? Když alkohol odmítáš? Nebo to hlásíš dopředu, nebo jak to vlastně vypadá?
- Jak se cítíš na akcích, kde se alkohol podává? Mohl by sis vzpomenout a řekl mi nějaký příběh. Historiku s nealkoholem? Jak to vypadalo, co se dělo, co kdo říkal, kdo u toho byl? Jak jsi reagoval ty a jak tvoje okolí?
- Respektuje vlastně okolí Tvoje rozhodnutí nepít? Jak to poznáš, že to respektují? Jak ještě?
- S jakými reakcemi se typicky setkáváš? Jaká je taková tuctovka (co jsi slyšel už tisícekrát? Nebo máš nějaké kategorie reakcí?

#### Přesvědčení o alkoholu

- Jak nahlížíš na lidi, kteří alkohol požívají? Změnil se nějak tvůj náhled na ně od doby, kdy jsi přestal pít?
- Jak si naopak myslíš, že oni nahlížejí na tebe, co si myslí? Co ještě?
- Co se vlastně očekává od abstinentů ve společnosti? Jaká jsou očekávání od těch, co pijí?
- Jaká jsou konkrétně u tebe vlastně pozitiva a negativa abstinence? Jaká ještě?
- Když se zamyslíš nad budoucností, jak se vidíš za rok z hlediska pití? A za pět let? Proč?
- (Domníváš se, že v současném postoji setrváš? Ano – proč, ne – proč?)
- Jsou situace, kdy přeci jen také alkohol požiješ? (Přípitky, výjimečná událost, ...) V jaké míře? Jak často?

#### Rodina

- bydlí s rodiči; sám/a; s partnerem/kou; ve spolubydlení?
- sourozenci

- jaký je postoj k alkoholu v jeho rodině (při jakých příležitostech, jak často, množství, druh alkoholu)
- Je něco, co bys rád doplnil? Je ještě něco důležitého, co jsi neřekl a mělo by zaznít?
- Co bys vzkázal lidem, co pijí alkohol?
- A co bys vzkázal lidem, kteří alkohol nepijí?

## INFORMOVANÝ SOUHLAS

Já, ....., jsem byl/a seznámen/a s podstatou a účelem výzkumu, který je součástí bakalářské práce na téma „*Abstinence jako volba*“ na Fakultě humanitních studií Univerzity Karlovy. Rizika nepřekročí běžnou návštěvu restauračního zařízení či baru. Účastník získá zkušenosti s výzkumem a také drobné občerstvení.

Řešitelka bakalářské práce prohlašuje, že sesbírané materiály budou použity pouze k účelu bakalářské práce. Osobní údaje, které by mohly účastníka či účastnici výzkumu identifikovat, nebudou nikomu předány a nebudou se vyskytovat v bakalářské práci ani jiných referencích.

Jsem si vědom/a toho, že mohu od účasti na výzkumu kdykoli odstoupit. Moje účast je dobrovolná.

Tímto uděluji souhlas k pořízení audiozáznamu rozhovoru a souhlasím s přímým citováním mého projevu.

V ..... dne ..... Podpis: .....

## Rozhovor Denisa

**B: Takže, mm, se s tebou seznámím. A mě by zajímalo, kromě tvého jména, protože to znám. Co děláš? Jaký máš záliby a kam chodíš za zábavou? A s kým?**

D: Mmm. Jako zaměstnání tě i zajímá?

**B: I zaměstnání mě zajímá. Všechno.**

D: Tááák. Pracuji jako nutriční terapeut a fitness trenér. Z toho a jako, když mám čas teda na nějaké záliby, tak se to všechno týká sportu, hory, fitness, eventuelně čtení.

**B: Super.**

D: A kam chodím za zábavou, chodím, kam já chodím. Kino (smích) eventuelně někam na nějaké větší párty.

B: Super. Ok. Takže hodně sportuješ koukám. No a mě by teda zajímalo k naší "oficiální" části toho rozhovoru o alkoholu - jestli se ti něco vybaví a co se ti vybaví, když se řekne alkohol?

**D: Stodolní.**

B: Stodolní. Vybaví se ti ještě něco?

D: Vybaví se mi plno opilých lidí.

**B: Hm hm. A nějaký zážitky třeba s nima? Nebo jen... opilí lidi?**

D: Jako to nemám spojené s ničím pozitivním.

**B: Dobře. Tak. Taková obligátní otázka - Jestli už jsi někdy alkohol pila?**

D: Ano. Pila.

**B: Pamatuješ si ještě, kdy to bylo poprvý a jaký to bylo?**

D: Eee.. Ježíš, co to je. Nevím, asi mi bylo 16?

**B: Hm.**

D: Jaký to bylo? Bylo to dost blbý. Bylo mi dost špatně a doted' nemůžu ehm vidět slivovici.

**B: Aha. (Smích) Ok. Ok.**

**B: A to bylo nějaký období, kdy jste třeba pili, nebo to byla jen taková jendorázovka a už jsi na to nechtěla šáhnout?**



D: Mmm, tak to byl spíš takový první kontakt s alkoholem. Nějaký větší.

**B: Ok. Ok.**

D: Ale nebylo to nějaký období, že by se nějak holdovalo alkoholu.

**B: Dobře. Tak, pamatuješ si, nebo obecně - je něco, co ti alkohol dal? Nebo vzal? Ať už v pozitivním nebo v negativním smyslu.**

D: Tak možná zábava někdy na tom byla fajn s alkoholem. Lepší, uvolněnější a tak to je asi tak jediné takové nějaké pozitivum. Nebo tak nějak bych to viděla. A co mi vzal? No tak je to spojeno asi trošku s rodinou a s mým dědou, který hodně pil a tam asi nejsou úplně pozitivní vzpomínky.

**B: Hm, hm, dobře. A když se ještě vrátíme k těm prvním zkušenostem ze začátku - ehm, víš u jakých dalších třeba událostí docházelo k pití alkoholu? Kromě tady tý jedny akce? Bylo to ještě někdy jindy?**

D: Jako myslíš jako ze začátku? Nebo v mládí?

**B: Nooo. No. No. No. Tak ty jseš pořád mladá.**

D: (smích) Tak to je jasné. Já jsem věčně mladá.

**B: Ale jo (smích). V tom začátku spíš no.**

D: Vždycky to bylo spojeno s nějakými akcemi na bytě.

**B: Na bytě? Hm. A jak to končilo takový akce na bytě?**

D: Blbě. (smějeme se obě)

**B: Končilo to blbě, že ty jsi skončila blbě nebo ostatní?**

D: Ne, nebylo to vždycky mnou. (směje se)

**B: Dobře. Ok.**

**B: No a tvoje okolí v týchletý době - jak k tomu přistupovalo? Když říkáš, že to bylo vždycky ... /přerušuje mě/**

D: Pozitivně (směje se)

**B: Pozitivně. Já si to taky myslím.**

D: Tak asi velmi otevřeně, když se ty večírky konaly.

**B: Jasně, rozumím. No a ty teda teďko už tolik nepiješ. Byl tam nějaký zlomový bod, nebo pamatuješ si třeba, kdy se to stalo, že jsi přestala tolik pít, nebo vlastně pít a tak?**

D: Tolik pít (směje se), ze mě děláš alkoholika (směje se).

**B: (směju se) No né, tak jako, že...**

D: Kdy jsem přestala pít, asi když jsem přestala pracovat na Stodolní, tak jsem tak nějak s tím alkoholem přestala.

**B: Jo a kdy, kdy to tak bylo?**

D: Dvacet...jedna? Dvacet dva mi mohlo být.

**B: Hm, hm, OK.**

**B: A vedlo tě k tomu něco ještě jakoby konkrétního, nebo to fakt byla jenom ta změna tý práce nebo i nějaký... že sis řekla: „hele, tyjo tady fakt asi už nechci takhle bejt a takhle pít?“**

D: Co mě k tomu vedlo? Asi to, že mi bylo hodně špatně (směje se.)

**B: OK**

D: Né, tak asi ty zkušenosti i s těmi lidmi na té Stodolní.

**B: Hm, jo. To je dobrý. A teďko když si vemeš tu současnost nějakou, kdy nepiješ, tak pozoruješ třeba nějakou změnu od té doby, co se jako změnilo v životě od doby, kdy jsi pila? A teď, když nepiješ?**

D: No, není mi tak špatně (směje se.) (Pak vážně:) Ne, ne, ne, nepozoruju nic jako výrazného.

**B: Hm. A chodíš furt třeba do stejných podniků a...**

D: Ne

**B: Ne?**

D: Ne, už na Stodolní nechodím.

**B: Hm. A práci jsi teda taky změnila, to jsi říkala. A je teda něco třeba stejného jakoby tady z těch míst setkávání, kam jsi chodila před tím a teď?**

D: Asi ne, to už je docela dávno.

**B: Asi ne, takže se to změnilo. Jasně. No a třeba ty lidi, který tam chodili na Stodolní a s kterýmá ses bavila tenkrát, bavíš se s nima pořád? Nebo se změnili lidi, se kerejma se bavíš?**

D: I ti lidi se změnili určitě.

**B: Jo? Takže už máš i jinej okruh lidí. A v čem se změnili? Když si vezmeš třeba nějaký charakteristiky těch lidí, se kterýmá ses bavila.**

D: No tak jako s tím, že se tam už nevykystuju, tak asi to vlastě byli lidi jenom z té práce, se kterými jsem se potkávala jenom v té práci.

**B: Hm, hm. A teďko...**

D: S tím, že teď už tam nechodím, tak se změnil celkově úplně okruh lidí, s kterými jsem byla v kontaktu. To vlastně byli jenom lidi, kteří seee. Návštěvníci.

**B: Jo, jasně. Rozumim.**

B: A teďko, jakej máš okolo sebe okruh lidí? Jaký ty lidi jsou?

D: No supr. (směje se)

**B: No. A třeba pijou, nepijou? Nebo, jak to mají?**

D: Pijou, všichni pijou.

**B: Ehm. A reagujou třeba nějak na to, když ty nepiješ? Když říkáš, že si nedáš, nebo tak?**

D: Noo, já to řeším tak, že většinou řídím, takže tím je to vyřešeno.

**B: Aha, aha. A když neřídíš náhodou? Tak...?**

D: (směje se) Já řídím pokaždé.

**B: Ok.**

D: A pak se nemusím z toho vymlouvat, že pít nechci.

**B: Hm. A takže se teda nějak vymlouváš, kdžytak jo? Neberou to tak, že řekneš: „hele nepiju“ a oni jsou všichni v pohodě a řeknou si: „Jo, tak Denča nepije.“ To ne?**

D: Nooo, no, vymlouvám se z toho, no.

**B: Jo. A máš ještě nějakou jinou výmluvu, než auto?**

D: Ne.

**B: Ne.**

D: Že nechci.

**B: Jojojo. A jak se třeba cejtíš na akcích, kde se jako alkohol podává? Jakože... Je ti to nějak nepříjemný, nebo je ti to jedno?**

D: Ne, je mi to jedno. Je mi to fuk. Jako já nemám ráda jako když se lidi úplně opijou, že to mění charakter toho člověka, to mi třeba jako vadí hodně. Ale jinak je mi to jedno.

**B: Jo. Dobroš. A teď ještě o tom, co ty si třeba myslíš obecně o alkoholu. Jak vidíš lidi, který, eeeh, prostě pijou alkohol?**

D: Nooo, otázka je, v jaké míře?

**B: Aha, aha. Takže když, třeba, v lehké míře, jenom tak k jídlu.**

D: To je v klidu, to, jako, to úplně neřeším.

**B: Hm. A nějaká opilost, když už tam je?**

D: Aaah, tak snažím se na to nějak nereagovat, ale jako nevyhledávám takové lidi, no.

**B: Hm, hm.**

D: No, nejsem na to zvědavá.

**B: Jasně, rozumím. A myslíš si, že oni, jako lidi, jak už tvoji kamarádi, jestli na tebe mají nějaký zvláštní náhled v tom, že nepiješ, anebo i ostatní?**

D: Neee. Já myslím, že ne.

**B: Ne. Hm. Dobroš.**

D: Se dokážu bavit i bez alkoholu, takže si nemyslím, že trhám partu.

**B: Jojojo. Super. Nooo. A. vidíš nějaký pozitiva a negativa tý abstinence? Tak třeba ty pozitiva abstinence, tvój konkrétní abstinence. Ale můžeš i obecně, pozitiva abstinence.**

D: Pozitiva abstinence?

**B: Hm.**

D: (směje se, pak dlouho ticho). Noo, jak říkám, tak mi není samozřejmě ráno blbě, neutratím za ten alkohol plno peněz, což mě docela vždycky štvalo.

**B: Aha.**

D: Protože pak už to je jedno kolik za to utratíš peněz (smějeme se.) Zatím mi to teda vždycky jedno bylo. A pozitiva. Tak je mi dobře žejo. Tak není mi blbě z toho chlastu.

**B: Jasně. A negativa abstinence? Vidíš nějaký?**

D: Negativa? Tam nevidím vůbec žádné.

**B: Vůbec žádný. Super. A když bysme se zamyslely třeba nad budoucností, tvój jo. Tak, jak to vidíš z hlediska abstinence. Myslíš, že třeba za rok to bude stejný jako to je teďko? Nebo si myslíš, že začneš chlastat hrozně moc?**

D: Ne, to si nemyslím. (Smějem se) To si nemyslím, že začnu. Ale nikdy neříkej nikdy.

**B: Přesně. Ok. Ok. A proč si to myslíš, že nebudeš chlastat?**

D: Proč si myslím, že nebudu chlastat? (smějeme se) Hmm, a proč bych měla?

**B: No, já nevím.**

D: Já v tom jako nevidím žádný přínos, takže nevidím důvod, proč bych potom měla šáhnout.

**B: Ok. Ok.**

D: Alkohol je prý metla lidstva.

**B: No to je pravda. Hele a když se nad tím úplně hrozně kriticky zamyslíš, existují nějaký situace, kdy jako si dáš: Třeba přípitek nebo nějaký narozky nebo Silvestr. Něco takovýho?**

D: Eee. Když si dám tak jako maximálně víno.

**B: Hm.**

D: Aaa, tak jako skleničku, dvě, když někam jdem s holkama třeba na narozky si sednout nebo něco. To si třeba dám, ale ne, že bych jako lupla celou flašku.

**B: Jasně (smějeme se.)**

**B: A jak je to tak často, že si takhle dáte třeba s holkama?**

D: Vlastně tak 1x do roka, možná ani ne. Ony už to vědí.

**B: Jo, jasně, rozumím. Super. A jsou ještě nějaký další příležitosti, kde by sis dala? Co tvoje rodina, jak to máte s alkoholem a změnil se třeba nějak ten jejich přístup k alkoholu od dob tvého dospívání?**

D: Neee. Už si nikde nedám. Naši si dají třeba na Vánoce a tak. Dřív děda páčil doma a to se posílalo celému příbuzenstvu okolo, ale už několik let nežije.

**B: A platily u vás třeba nějaká pravidla ohledně alkoholu třeba v tý pubertě?**

D: Asi se to nesmělo, no. Ale nic zvláštního si nepamatuju, tak já jsem domu nechodila nějak opilá.

**B: Dobře. No a je třeba něco, co bys ještě ráda doplnila? Na něco jsem se tě nezeptala a chtěla bys mi to říct. Ohledně alkoholu, abstinence nebo čehokoli?**

D: Mmm. Asi, asi, asi, asi jako ne.

**B: Hm. Super.**

D: Asi jsem ti řekla všechno, nic mě nenapadá, co by to ještě nějak oživilo. (Smích)

**B: Dobře, děkuju. A teďko – úplně poslední dvě otázky, dostáváme se do vzkazové části tohoto rozhovoru, a to je: Co bys vzkázala lidem, co pijí alkohol?**

D: (Směje se) Co bych jim vzkázala? Jako jestli jim to dělá dobře, ať ho pijou dál jako ale...

**B: Hm.**

D: Každý svého štěstí strůjce, žejo.

**B: Dobře. A je něco, co bys vzkázala lidem, kteří alkohol nepijí?**

D: Mmmm. Že dělají dobře.

**B: Že dělají dobře.**

D: Jako není tam asi žádné pozitivum na tady tom dletem. Nic, co by ten alkohol mohl přinést.

**B: Dobře**

## Petra

**B: My se už známe, Péťo, ale tak mi pověz, co děláš ve svém běžném dnu?**

P: Pracuji a učím.

**B: Učíš. Učíš děti?**

P: Během pracovního týdne pracuji jako učitelka na ZŠ. Potom ve svém volném čase, jako začínající učitelka také pracuji, na přípravách na svojí práci. Přes týden nic moc, o víkendu mám sobotu takovou volnější, to buď někde chodím, nebo se dospávám a v neděli už opět pracuji.

**B: A teda když už máš asi málo volného času, máš nějaké záliby, které praktikuješ?**

P: Ráda čtu, když můžu, zahraju si na klavír. Když můžu a je léto, chodím ven hrát tenis nebo jezdit na kole. Do kina, do divadla.

**B: A s kým chodíš třeba do kina a do divadla?**

P: S kamarádkami.

**B: Dobře. A co ... kde bydlíš, s kým bydlíš, pověz mi něco o tvém zázemí.**

P: Tak trvalé bydliště je ve Frýdku Místku, přechodné bydliště tady v Praze kvůli práci. Bydlím ve spolubydlení vlastně. Kde bydlíme 3 prakticky neznámé osoby ze začátku. Co bylo dál v té otázce?

**B: No, no, takhle jsi to zodpověděla krásně.**

**B: Máš nějaký sourozence?**

P: Mám jednu sestru.

**B: A s tou se vídáš, nevídáš?**

P: Eee, teď se nevídám, ale normálně se s ní vídám docela pravidelně.

**B: Hm, hm. Takže máte nějaký poměrně úzký vztah?**

P: Ano.

**B: Ok. A když už se vrhneme na to naše téma, jaký je třeba postoj k alkoholu ve vaší rodině? Co ségra na to, co rodiče. Pijou, nepijou? Jak vlastně užíváte alkohol u vás v rodině?**

P: Pijou. Všichni.

**B: Pijou všichni! Tak vy jste z Moravy, žejo. (smích) Tak to asi není úplně jednoduchý. A ty piješ taky takhle hodně jako oni nebo ne?**

P: Ne.

**B: Nepiješ. Dobře, tak se vrhneme na první část, a to jsou zkušenosti s alkoholem.**

**B: Co se ti vybaví, když se řekne alkohol? Úplně první věc.**

P: (ticho)

P: To bych neměla asi tak dlouho přemýšlet, ne? Hm, tak když se řekne alkohol, většinou: blbě.

**B: Blbě? Hmm, chtěla bys to nějak rozvést?**

P: No, moc mi alkohol nesejí. Trávení a podobně.

**B: Rozumím, takže z toho chápu, že jsi už nějaký alkohol někdy ochutnala, je to tak? Pamatuješ si kdy to bylo poprvý?**

P: Pamatuju. Neřeknu přesně věk, byla jsem nezletilá. Asi jsem chodila na ZŠ a bylo to v létě u bratra od mé babičky. Který nám, sestře a sestřence, do malých štamprlí nalil Malibu. My jsme si toho cucly řekly jsme „fuj“ a utekly jsme na zahradu si hrát.

**B: A proč nalejval, nebo jak to vzniklo? Jen tak?**

P: Jen tak. Tak tam do těch dětí každý zkouší, to je takové sladké pití, tak ať něco zkusíme. To je taky taková recese, že strejček je srandista.

**B: Jasně. Takže ti to úplně nezachutnalo...**

P: No v tom věku, myslím, že nám to úplně nezachutnalo. Babička byla potom trochu cinklá. Jak to po nás třech dojela.

**B: A pamatuješ si třeba, kdy ti alkohol začal chutnat? Aspoň něco? Třeba to Malibu? Jestli se to změnilo?**



P: Spíš až tak možná na výšce něco. Ale celkově, musím říct, že mi alkohol zas nějak vyloženě nechutná. Spíš mám jiné pití, co mi jako chutná. Ale, že bych mohla jako, že mi to samo o sobě chutná, to těžko říct.

**B: A opila ses někdy?**

P: Bohužel ano.

**B: (smích obě) A jaký to bylo? A jaký byl ten stav potom, jestli nějaký byl?**

P: No, 5 hodin si nepamatuju. Pak mi bylo blbě. Trapně. Protože ostatní si to pamatovali a našli mě omdletou ve zvratkách na záchodě a zamknutou. Takže málem skoro mrtvou. A celý den jsem se třásla jak ratlík, bylo mi hodně špatně a klepala jsem se prakticky ještě celý týden a následující 2 měsíce, kdykoli jsem viděla jenom pivo, tak jsem se taky klepala.

**B: Tomu rozumím. A kolik ti bylo? Jaká to byla akce?**

P: Čtyřicátiny od přítele mé sestřenice a bylo mi 25.

**B: 25, hm.**

P: 24,25.

**B: A teď ti je?**

P: 29

**B: Tak, no a ty ses rozhodla, teda asi trochu, jsme tady proto, přestat pít alkohol, nebo né v takové míře. Co tě k tomu vedlo?**

P: No. Zjištění, že už to tolik jako nezvládám. Další zjištění, že jak všichni jako mají rádi pít jednu skleničku za druhou, tak že mi vážně jako stačí, když už tedy něco piju, ta jedna sklenička. Další věc, že jsem obézní, takže v rámci výběru věcí, které tomu škodí, jsem se rozhodla, že se spíš vzdám alkoholu, než čokolády. Potom, že na mně je to hned vidět, když se napiju. Souvisí to i s obezitou. Hned zčervenám, začnu se potit, hend to vycítím.

**B: A myslíš si, že to pozoruje i okolí? Nebo je to spíš tvůj dojem?**

P: (pauza). Myslím, že to. No. Záleží, kde sedíš. Myslím, že vidět to jde. Nikdo mi nikdy nic neříkal, ale ...

**B: Hm, hm. Jo. A ještě trošku z jiného soudku. Už jsme slyšely tvůj negativní zážitek s alkoholem. Máš nějaký pozitivní zážitek s alkoholem ještě třeba?**

P: (pauza). (Tiše:) Pozitivní?

**B: Můžeš a nemusíš mít.**

P: Nevím, jestli je to zrovna pozitivní. Pro mě jo, i když jsem byla cinklá a zpcená, lehce jako, tak mě balil číšník na sestřině svatbě. On to chudák potom přehnal a nedopadl dobře. A pozitivní spíš, co si pamatuju, spíš ostatní. Že se třeba opili víc a dělali blbiny.

**B: A Ty jsi v tu chvíli, kdy oni byli víc opilí, taky pila? Nebo..?**

P: Jo

**B: Takže ti přišli oni vlastně jako vtipní...?**

P: Oni byli vtipný. Já jsem byla, ale ne tak moc jako oni.

**B: Dobře. Tak ale když porovnáš nějaké tohle období toho, kdy jsi pila, nějak „normálně“ na tý vejšce a období toho, kdy teď piješ míň nebo vůbec – změnil se nějak tvůj společenský život?**

P: (pauza) Ne.

**B: Takže chodíš třeba na stejné akce? Typově.**

P: Chodím na stejný, spíš ve stylu... Víc jsou ostatní lidé vůči mně otravní, proč si nedám a podobně. Ale jinak chodím na stejná místa, jdu si sednout do hospody, jdu si sednout do restaurace a většinou nemám chuť, takže si dám holt něco jiného.

**B: A chodíš pořád se stejnými lidmi na tahle místa?**

P: (Přikyvuje)

**B: Jasně.**

P: Trošku více teď přihrávalo, že hodně kamarádek teď bylo těhotných a podobně, takže nebylo jako...

**B: Hm hm. A když se tě někdo ptá, nebo ti nalévá, proč nechceš, co odpovídáš na otázky: „Proč nepiješ? A my ti nalijem.“?**

P: Prostě jednoduše, že nechci, a zamračím se. Nebo, že nemám chuť. Taky mě pálívá žába, to jsem měla zmínit. Což je taky jeden z důvodů, co řeknu.

**B: A respektují to?**

P: A respektují to... jak kdy. Někdy jako ze začátku ano, a jak se třeba večer rozjíždí, tak prostě ne. A máme v rodině pár členů, kterým řekneš 10x, že si nedáš ani 1 skleničku vína a stejně ji dostaneš před sebe postavenou.

**B: No a co potom děláš?**

P: (nadechuje se) Vypiju ji... Protože pak se na tebe dívá, že to byla drahá věc a že jsi zcela nenormální. Ale trvá to docela pár hodin, než to člověk vypije. A schválně to člověk pocucává, aby aspoň nedostal dolitou další.

**B: Hm, hm. Doma to teda zas tolik nerespektují...?**

P: No doma, v nejbližším příbuzenství ano, ale v tom širším už moc ne. Doma, když se mě otec zeptá, jestli si dám víno, tak už mě nenutí. Přišel na to, že to je škoda skla a podobně.

**B: Dobře. Takže jsme vyrozuměly, že tam, kam chodíš, jak na tyhle akce, tak na akce s kamarády, se alkohol podává. Jak se tam cítíš? Přijde ti to v pohodě? Neruší tě to? Nebo sis víc užila někde, kde se vůbec žádný alkohol nepodává? Je ti to jedno?**

P: Přijde mi to v pohodě. Nemám z toho žádný rušivý pocit. Naopak, někdy jsou někteří lidé i zábavní, jenom když se trošku na tom alkoholu odreagují, že se tím jako více uvolní. A já mám trošku od toho kolapsu komplex, abych to zase nepřehnala, protože není to příjemné, nevědět o sobě x hodin, co člověk dělal.

**B: Hm, hm. Tím jsi mi docela i odpověděla na to, jak nahlížíš na lidi, kteří ten alkohol požívají.**

**B: No a ...**

P: Když je to v dobré míře, tak jako to nevadí ... Eee máme už v partě vytipovaných pár lidí, co jako když začnou, tak to s nimi není moc dobré. S jedním, co potom bývá tulivý to taky není moc dobré.

**(Obě smích)**

**B: Tak to je asi nějaký současný pohled na ty lidi. A třeba v době, kdy jsi pila na té VŠ, měla jsi taky tady ten náhled třeba na opilé lidi, nebo jsi to vůbec nevnímala - a změnil se nějak tvůj názor?**

P: Tak tam je těžký pohled - opilý. Člověk v té době, kdy se šlo někde sednout a dalo se po 2,3 pivách ... tak v té době člověk byl zvyklý na to a nebyl z toho nějak opilý. Byl tak příjemně uvolněnější. Nepřišlo mi to nijak divné, nebo že by mi to vadilo a podobně. Jo, mi potom vadí, a to jsou určité typy, jak potom začnou být třeba agresivní někteří, a takový vlezlý, ale to naštěstí jako nemám.

**B: Jojo, dobře. A všimla sis nějakých pozitivů tý abstinence? Kromě těch, co jsi lehce už zmínila.**

P: No. (Pauza) Finanční pozitivum to nejsou, dneska nealko stojí prakticky více než alko. Což je trošku mínus. Pozitivum - není mi blbě. Druhý den. Nemám žádné žaludeční potíže. Pamatuju si všechno. A jinak další pozitivum asi ne, spíše je to pro ten vlastní pocit, že vím přesně co se dělo.

**B: Hm, dobře. No a nějaký negativum abstinence?**

P: (ticho) No pro mé okolí, když nepiju, tak jsem ale zároveň neřidič. (Smích.)

**B: Aha, aha.**

P: (smích) Takže to je velké negativum samo o sobě.

**B: A jinak pro tebe?**

P: No, než si to člověk někdy domluví s těma lidma, proč zrovna nepiješ, proč nechceš pít. Někteří, co tě jako neznají, když se někdo to, tak jsou víc jako, více do tebe ryjou, proč vlastně ne a podobně. A že to je někdy taková ohraná písnička, že jako co půl hodiny se bavíš o stejné věci. A je to takové dost otravné.

**B: Máš na to nějakou strategii, jak to utnout? Nebo to nefunguje?**

P: Většinou to bývá nějaký jeden jedinec nový v tom. Tak ho holt přestávám poslouchat, ať si myslí, co chce a ať se o mě nestará.

**B: A teda vytrváš v tom svém postoji, neotevřeš si flašku...**

P: (Přikyvuje)

**B: No a domníváš se, že tady v tom svém postoji setrváš, nebo brzy zase začneš hrozně moc pít?**

P: S ohledem na povolání (smích) se divím, že nepiju už od října. Ale, nevím. Po té zdravotní stránce bych spíš chtěla vytrvat, už přeci jenom člověk není nejmladší, už ten alkohol prostě nevstřebává tak, jak když mu bylo 20, než když mu je skoro 30, už na to prostě reaguje jinak, takže když jsou prostě sem tam nějaké větší oslavy, tak neříkám jako ne, ale že bych měla potřebu, jen co přijdu z práce, otevřít si pivo, jen co přijdu do restaurace objednat si ke všemu víno, pivo. To si myslím, že v životě mít nebudu.

**B: Ahm. Takže teda z toho tedy vyrozumívám, že jsou situace, kdy alkohol piješ - nějaké ty velké oslavy, ještě nějaký jiný situace, kdy si dáš? A jak často to je? Kolikrát do roka třeba?**

P: Ne jako vážně, vyloženě nějaký ty oslavy a potom případně, ale to je výjimečně, když člověk jde někde s holkama si sednout a je to vážně výjimečně a od situace. Těžko říct, spíš je to méně než častěji. Tak říkám, je to o tom, že kamarádky jsou teď matky, chodí se častěji do kaváren a podobně. Takže...

**B: Takže... tady ta změna prostředí tomu vlastně nahrává?**

**B: A je něco, co bys doplnila tady k tomu? Co bylo řečeno, něco důležitýho, co jsi neřekla a měla jsi říct, chtěla si říct. Na něco jsem se nezeptala?**

P: Nevím, že je to každého volba :).

**B: Tak jo! Já moc děkuji.**

## Zdeněk

**B: A my, protože se vůbec neznáme, tak mě bude zajímat úplně všechno. Třeba například - co děláš ve svém volném čase, jaké máš záliby?**

Z: Hele, já jsem od malička hrál fotbal. Tady na Dukle.

**B: Hm.**

Z: Ale asi ve 22 mě chytly plotýnky, takže jsem se vším skončil. Ale vlastně tam ty doktoři; se to furt nějak lámalo, že půlka z nich byla proto, ať necvičím, ať to nechám bejt prostě, než se to spraví a takže jsem v podstatě fakt ze dne na den se vším skončil, docela jsem přibral a pak jsem se zas dostal k jiným doktorům, který říkali, že to bylo to nejhorší, co sem mohl udělat, že je potřeba začít cvičit. Takže, eehm, snažím se s nějakým ... nějaký fotbal teďko zase, nějaký cvičení na ty záda aaa jinak jako toho volného času moc není. Dělán teda ještě, mám rád starý auta, takže jezdím s veteránem z druhý světový války na různý akce jako rekonstrukce bitev a tak.

**B: Hm, to je super. A takže chodíš třeba někam jako kromě toho, že asi hraješ teda fotbal a jezdíš...**

Z: Jako bary?

**B: No, kamkoli. Kino ...**

Z: Hele já od 6-7 let poslouchám punkovou hudbu, ale jakoby , když řeknu punk, tak hodně lidí si vybaví Blink a tak, ale já vopravdu myslím jako, jako ten český a zvlášť předrevoluční punk, jako ty kapely, který ještě hrajou. Takže to. A vlastně ségra hrála na bicí v punkový kapele, takže jako punk, koncerty, ale tím, že jsem hrál fotbal, tak s klukama jsem musel absolvovat i ty různý diskotéky, ty český, pražský, vyhlášený kolem Dlouhý. Dřív to byl Miš Maš, kterej byl tady vlastně kousíček a Face2Face kdysi, jako tak. Takže jako...

**B: Do Misch Masche se ještě furt chodí myslím ne?**

Z: Já ani nevím.

**B: Cizinci hodně choděj, to vím.**

Z: Hele, vono dlouho to bylo zavřený, pak to otevřeli, ale nebyl to Miš Maš, ale Misch Masch, to fungovalo, pak to zavřeli a pak byli nějaký, ... zkoušeli to otevřít, ale teď jetsli to funguje, nefunguje ani nevím.

**B: Jo jasně. Já taky todle úplně nevím, ale myslela jsem si, že jo. No a ... S kým se stýkáš? Třeba, tak jako obecně, furt se stejnema lidma, se kterejma podnikáš jak ten fotbal, tak ty auta, nebo...**

Z: Ne, ne. Sou různý. Jako, jako naopak spousta lidí, co ten fotbal, tak to spíš mají tu zábavu a ty, co dělaj ten fotbal normálně pracujou a moc času nemaj, tak je to komplikovanější. Jako zvlášť teď, jakože, kdybychom se potkali před 5 rokama, tak by ten rozhovor byl asi jinej, ale teď prostě už toho času tolik není, no.

**B: Jo, jo, jo.**

Z: Takže, takže - jak to jde. Ale jsou to jiný lidi. Jiný lidi ve fotbale, jiní lidi jako...

**B: Hm, hm.**

Z: Nevyhejbám se ani jedním.

**B: Dobře. No a ty jsi někdy pil? Jako ochutnal jsi někdy alkohol?**

Z: Ne.

**B: Vůbec nikdy si nepil?**

Z: Ne.

**B: A z jakýho důvodu?**

Z: No tak do 18 let, protože se to nemá.

**B: A zas... ani ti nikdy nenalili doma pivo, jakože...**

Z: Ne. Nebo jako takhle, nalili, ale já jsem si to nevezal.

**B: Fakt sis to nedal. Hm.**

Z: Fakt jsem si to nedal. Jako já jsem neměl alkohol, když to přeženu třeba ani v bonboniěře.

**B: Fákt?**

Z: Já jsem neměl třeba ani Margot, protože to smrdí po rumu.

**B: Takže ti to jako smrdí nebo...?**

Z: Smrdí mi to, ale jako, asi takhle. Smrdí mi víc věcí (směje se) a ochutnal jsem je. Ale do 18 jsem to fakt nepil z toho přesvědčení, že se to nemá, že když to ochutnám, tak až pozdějc. Pak vlastně jsem hrál ten fotbal, tak sem si říkal, že je zbytečný do sebe to, nějak lámat alkohol, zvlášť jako... bylo pohodlný, že jsem mohl jezdit autem. Ale to taky jako není ten důvod, ale je to jedna z výhod. No a pak zase, když už mi bylo 21, 22, ono furt plynulo docela rychle, tak pak už jsem si říkal, že je škoda jako začínat. Že jako je to... Když to nepotřebuju do 22, tak už asi...

**B: Jasně, rozumím. A jak na to třeba reagovalo v tý jako pubertě těžký, tvoje okolí?**

Z: No tak to víš, že všichni jakoby: "Pojď s náma, si dej" a tak jako. Ale to mně nikdy todle nechybělo. Jediný co, kdy jsem si říkal, že je škoda, že nepiju je to pivo třeba po zápase. Víš, takovýto jedno pivo v hospodě s klukama, tak to je jako jediný, kdy jsem si řek, že mi to chybělo. A pak samozřejmě v těch 16, 17 jako s holkama: "Pojď, napijem se." Ale...

**B: Jo. No a když jste chodili nebo když kluci chodili na to pivo, tak ty jsi tam šel taky a byl jsi tam a dal sis vodu nebo...**

Z: Jasně, jasně.

**B: jojojo. Chodil jsi tam.**

Z: Hele to, jediný rozdíl mezi nima je, že voni dokázali do 7 do rána třeba. Já jsem měl 3-4 konec, protože mě to už přestane bavit, protože oni už jsou pak tak, jakože už si s nima ani nemůžeš povídat, takže druhá, třetí a pro mě to byla konečná. Takže, abych s nima táhnul do 7 do rána, to už, to ne.

**B: To chápu, jasně, jasně.**

Z: Takhle, neříkám, že se to nestalo, protože pro ně zas byla výhoda, že jsem je bezpečně dovezl domu.

**B: (směju se) Takže jsi prostě řídil, od těch...**

Z: No od, i dřív, ale budem říkat od 18.

**B: Jo, dobře. (Směju se.) No a měl jsi, nebo možná i do teď máš, nějaký třeba strategie odpovědí na to jako, proč nepiješ? Nebo prostě řekneš... Co říkáš?**



Z: Hele, eh, teď už je to období, že prostě nepiju a lidi to chápou, jako blbý to bylo, blbý to bylo, právě dřív. Samý proč a tak. Ale v podstatě jako ty lidi, co jsem vídal, jsme se znali d 6 let, takže prostě, když jsem jim v 18 řek, že ne a voni už to věděli, tak spíš, když jsme se viděli po dlouhý době, tak se zeptali: "Tak co, ještě furt nepiješ?" jako řek jsem: "Furt ne" a v pohodě.

**B: A s tady těma lidma se furt ještě stýkáš, jsou to furt ty stejný fotbalisti třeba, nebo...?**

Z: Hele jako těch lidí je hrozně moc, samozřejmě spousta lidí, se kterýma jsem byl v dorostu, tak ty jsem přestal vídat, ale, ale všude jsou ty lidi, s kterýma jsem si sed, takže těch pár lidí takhle vídám.

**B: Hm, hm.**

Z: Ať jsou to kluci ze základky, ze střední, z vejšky, anebo to, anebo z fotbalu takhle.

**B: Jasně, super. No tak se ještě zeptám, jak se cejtíš na těch akcích, kde se prostě podává alkohol a ty tam jsi a nepiješ?**

Z: Hele úplně v pohodě. S tím nemám problém.

**B: Hm. A máš třeba problém s lidma, který se opijou, nebo..?**

Z: Ne. Teda takhle. Když nejsou agresivní, tak ne.

**B: Takže když sou jako veselý, dělaj blbosti, všechno v pohodě. Jasně, jasně. Asi respektujou teda to tvoje rozhodnutí, nikdo ti to už úplně necpe...?**

Z: Takhle, dřív to bylo. Třeba na těch punkovejch koncertech, když mi bylo těch 15, 16, tak abych to nemusel furt každému vysvětlovat, tak jsem pil jablečnej džus, protože to vypadalo jak zvětralý pivo.

**B: (usmívám se) A jako i jsi dokonce říkal, že to je pivo?**

Z: Ne to jsem...

**B: Neříkal. Ale**

Z: Neříkal.

**B: Nikdo se neptal.**

Z: No nikdo. Jasně. Každý to viděl, takže to neřešil jako. Kdybych mu řekl: „Hele piju jablečnej džus, tyjo tak...“

**B: Jo (směju se).**

Z: Na Visací Zámek a...

**B: Jo, jo, jo. No... (pro sebe: Na to jsem se ptala už.) Máš... Všimnul sis nějakých vlastně jako očekávání, co jsou třeba kladeny na abstinenty? Setkal ses s něčím takovým?**

Z: Ani ne. Nebo nevím, jak to myslíš?

**B: Nebo... jakože, třeba lidi, co pijou, jestli mají nějaký předpoklad typu: Jo tak ty jseš asi nemocej, a proto nepiješ. Nebo ...?**

Z: Hele ne, ale je fakt, že když se mě někdo zeptá: „Piju?“ odpověď je „Nepiju,“ tak v pohodě. Když se dostanou k tomu, „Tys to nikdy nevochtunal,“ tak tam se divěj, ale když skončím u toho „nepiju,“ tak se zeptaj „a proč?“ a většinou si možná teda myslej, že to je ze zdravotních důvodů, anebo si myslej, že někdo v rodině je alkoholik.

**B: Aha, aha.**

Z: Myslím, že i Eva si myslela, že já jsem vyléčený alkoholik, a že proto nepiju.

**B: Fakt?**

Z: Ale, ale to není ten důvod. I když je teda pravda, že jakoby v mém životě byli 3 lidi - alkoholici. Byli to 3 chlapi. Jeden byl trenér, jeden kluk byl z práce a pak teda ještě jeden člověk z fotbalu a ten tam byl jenom krátce. A, ale nejvíc teda ten člověk z práce. Super chlap, uměl asi 5 světověch jazyků, ale pak měl nějaký těžkej rozvod, v tom začal pít a teď je v podstatě skoro bezdomovec. Potom. Takže, těžký no.

**B: Hm, hm, hm. Takovej, jasně, případ, kterej si zapamatuješ. To tady jako... tak volně přejdeme do té další části... je to tu. Vlastně třeba co tvoje rodina? Pijou a?**

Z: Hele, eh, pijou. Ale... Jako... Tak příležitostně. Víš jakože, když je husa, tak si dá pivo táta, jo. Možná sem tam, že zajdou s kamarádem na pivo, ale jako nikdy to nebylo, že by byli nějak opilí a doma hádky jako v opilosti. To ne. Jakože já jsem v podstatě tátu, jestli jsem ho viděl poprvý jako, eh, že něco slavil a viděl jsem ho, že byl připitej, tak to mi bylo třeba už přes 20.

A to samý máma. Takže jako před náma, asi jako před děckama nepili, ale... Jo ale zase to je, že jsem si to z toho vzal já, protože třeba sestra, ona je vlastně o 18 měsíců starší, ale tak ta vochtutnala jakoby to...

**B: Jasně, rozumím.**

Z: Jako alkohol. Nebo ochutnala. Prostě normálně pije. Není alkoholička,

**B: No jasně.**

Z: Nepřehání to.

**B: Prostě dá si.**

Z: Ale víno si dá. Asi i pivo jako.

**B: Hele a vy jste jako rodina pražský nebo jste...?**

Z: Jojo. Z Prahy.

**B: Jste pražský. Dobře.**

Z: Tady, za rohem.

**B: Úplně pražský.**

Z: Právě proto i ten fotbal, jak jsem říkal, tak ono vlastně... v podstatě se vídáme, protože to jsou lidi tady z Dejvic, takže furt je to v tom jednom okolí, takže... Já v podstatě, dycky když jsem bydlel někde v Praze, tak to bylo dycky v Dejvicích. Protože se mi tady líbí, takže to je to...

**B: Takže jsi tady vyrůstal úplně prostě...**

Z: No jasně, jasně.

**B: Jasně. Tak jo. Noo. A ... Takže rodiče a třeba když se něco slaví, tak tě taky nenutěj pít?**

Z: Né, tak vůbec. Vědi to prostě.

**B: No né, protože já třeba, když dělám ty rozhovory s Moravákama, který žijou v Praze, tak voni přijedou na Moravu a nikdo jim to tam jako nechce prostě, všichni jim cpou ten alkohol.**

Z: Počkej, ty jsi, ty jsi měla Moraváka, kterej je na tom podobně, že to ani nevochtutnal?

**B: Né, že to ani neochutnal, ale že prostě už léta nepije a ty návraty domů jsou opravdu jako těžký, protože tam vždycky obrovská oslava a stejně jim to nalejvaj, takže jsou takový jako nešťastný, že ta rodina je vůbec nechápe, takže...**

Z: Hale, to, to, když se mně to objeví, když jsem fakt jakoby nepil a byli jsme s klukama z fotbalu, který kolikrát zkoušeli mi třeba do, když jsem měl někde limonádu, kolu, tak že mi do ní dali trošku alkoholu, ale to je jako když ... když nepiješ, tak to poznáš jako. Dycky, oni říká B: "Tyvole, dyť jsme tam dali 2 kapky." A já stejně říkám: Tyvole, prostě to cejtím." Takže...

**B: Takže ti to vlastně i jako smrdí? Nebo ne?**

Z: Hele třeba...

**B: Protože já si třeba nedovedu představit ...**

Z: Hele, když jsme byli třeba v nějaký vesnici, jeli jsme hrát fotbal a kluci tam pili jablečného Jelzina a to vonělo krásně. Ale jako... Prostě já si dám radši vodu. Jako fakt.

**B: Hm, rozumím. A třeba si nedovedu představit, eh, já nevím, když byl ten obrovskej boom se sushi, přišlo do Evropy sushi, tak všichni furt chodili na sushi, všude to jako bylo a všichni o tom mluvili, že bych to neochutnala. Mně by to...**

Z: Já jsem třeba, když jsme u toho, ani to sushi neochutnal.

**B: (Směju se). A ty nepiješ ani kafe jsi říkal?**

Z: Ani kafe, no vlastně jsem ani v životě neměl kafe.

**B: Nikdy? Ale tak... to lidem hodně smrdí.**

Z: Hele já mám spíš problém s tím, že to pití je teplý, já třeba nepiju - ani horkou čokoládu - jsem neměl.

**B: Hm, hm.**

Z: Nebo svařák. Jako jasně, v tom je alkohol, ale tak prostě nic.

**B: Hm, takže piješ vodu a co ještě?**

Z: Vodu no. Vodu a džus sem tam. Ale vodu piju prostě.

**B: Hm, hm. Jasně, rozumím. A ještě mi pověz tvoje nějaký současný zázemí mě bude zajímat. Žiješ sám nebo s někým?**

Z: No teď s Evou, ale vždycky teda, když jsem se někam stěhoval, tak to bylo s někým a tady v Praze.

**B: Jo, jo, jo, takže teďko máte domácnost o dvou lidech?**

Z: Jo.

**B: Jasně. No a Evička pije, vid'?**

Z: No, čoveče, teď jak jsme spolu...

**B: Nooo, ona mi to říkala, že na ní máš dobrej vliv, prej.**

Z: No jako krotí se, ale samozřejmě pila. Ale jako i ty holky, který byly před tím, tak jako, všechny pily, nepřeháněly to, ale pily normálně.

**B: Jasně, jasně. A prostě v pohodě? Nemáš s tím žádný problém...? (kýve) Hm.**

**B: Dokázal bys mi říct, jaká vidíš pozitiva abstinence? A třeba negativa?**

Z: No, hm. Tak určitě, že nemusím řešit MHD a můžu kdykoli řídit. Vždycky o sobě vim, mám nad sebou kontrolu. No a negativa. Kdyby to mělo nějaký velký negativa, tak to nedělám (směje se.)

**B: A je třeba něco, co bys rád doplnil k té abstinenci nebo k těm otázkám, co jsem dávala a třeba si myslíš, že by to mělo zaznít a já jsem se na to nezeptala?**

Z: Čoveče, nenapadá mě. Nenapadá mě.

**B: (směju se) Dobře.**

Z: Jo ale mám to třeba tak i s cigaretama. To jsem taky samozřejmě nikdy nevyzkoušel. Ani nic jinýho, žádná droga, vlastně nic.

**B: Hm, jojo. A teď... vzkazová část! Mám poslední 2 otázky a to: Jestli bys něco vzkázal lidem, kteří alkohol pijí.**

Z: Hele já s tím jakoby vůbec problém nemám. Jako. Ve finále třeba i ... co by se mohlo stát. Zákaz kouření v restauracích, tak v podstatě, já jako nekuřák, vadí mi to. Ale v takovejch těch hospodách, v těch vopravdu hospodách, tak v podstatě s tím taky nemám problém.

**B: Jako jo no. Tam to člověk čeká...**

Z: Přesně, jakože když jdeš do takovýhleho pajzlu, tak čekáš, že tam bude zakouřeno. Třeba jsem rád, že se nebude kouřit na těch koncertech, ale že bych měl problém s alkoholem to, to mě nějak neobtěžuje u nikoho.

**B: Jasně. A je něco, co by jsi vzkázal abstinentům jako jsi ty? Nemyslím teď nějakým, který se léče, ale prostě lidem, kteří nepijou?**

Z: Hele, mně to přijde tak normální, že ani jako nepředpokládám, že by to bylo něco ... nějak...

**B: Hm hm.**

Z: Nebo víš, když se o tom bavím a nepiju, tak všichni, eh, mně to nepřijde nic obdivuhodného, jakože prostě to беру jako normální věc, jakože. Aj i, ve finále je možná škoda, že mě už se nechce začínat, ale je fakt, že furt si říkám - to pivo s těma kamarádama.

**B: Jo.**

Z: Protože já už jsem i tolika lidem slíbil, že až budu poprvý pít, že to bude s nima, že já už teď ani nemůžu reálně, reálně to splnit. To musí bejt leda svatba. Prostě.

**B: Jasně, něco obrovského.**

Z: Kde budou všichni. Prostě.

**B: Hele a vono třeba v Birellu je trochu alkoholu, žejo?**

Z: Neměl jsem ani nealko pivo.

**B: Jasně.**

Z: Ani nevím, jak chutná nealko.

**B: Já taky ne. (Směju se)**

**B: Ale ještě taková bonusová otázka, taková kvízová trošku možná, vybaví se ti, a co se ti vybaví, když se řekne alkohol? Prostě obecně, úplně první asociace.**

Z: Hm, Pivo.

**B: Pivo. Ještě něco?**

Z: (nadechuje se). Asi ne, čoveče. Já...

**B: Pivo. (smích) Hm. Já to tam slyším, že to pivo s kamarádma chybí...**

Z: No. Fakt. Fakt.

**B: Jo, jo, jo.**

Z: No ne víš, takový to: Narodilo se dítě, pojď puďdem ho zapít. Tak to jsou pak takový věci, že si říkáš, nebo i pracovně, když se něco zapíjí, nějaký úspěch, tak jakoby je to někdy nepříjemný, že si člověk říká: „No tak si s nima puďdu ťuknout vodou.“ Je to takový...

**B: A chodíš si ťuknout vodou? Nebo jak to probíhá?**

Z: Většinou ty lidi, který už mě znaj, tak nechaj nalít, jako do tý panákový skleničky, vodu.

**B: Vodu. Jo, jo, jo. Hezký.**

Z: Pro ten pocit. Takže ty lidi, co to vědi, už jsou na to připravený.

**B: Hm a když byly právě třeba nějaký ty pracovní věci a tam tě třeba lidi tolik neznali? Tak, stalo se to někdy?**

Z: No, stalo. Ale samozřejmě, když se o tom nechci bavit, tak řeknu, že jsem autem. Prostě, že nemůžu. Takže to je jakoby výmluva, která, po tom lidi nepátraj.

**B: Jasně, rozumím. Ale prostě ne, nestraníš se těch událostí...?**

Z: Ne, vůbec.

**B: No a vnímáš ... jako tohle je hodně častý, zejména v naší kultuře se prostě zapíjí. Zapíjej se děti, úspěchy, školy... Vnímáš to taky tak, že to je hodně důležitá součást ten alkohol? Nebo, třeba já nevím, jakoby - máš kamarády další, který jsou taky abstinenti?**

Z: Ne.

**B: Ne. Jseš v tom jako sám prostě.**

Z: Nonono. Tak takhle jako, prostě mezi těma fotbalistama byli kluci, který to fakt přeháněli s alkoholem, ale jinak se scházíme normálně s lidma, který prostě jdou a daj si 1,2 piva.. V podstatě to neberu ani, prostě já to ani nějak nevnímám.

**B: Jako. Já tomu, tomu rozumím.**

Z: Jako, že bych to nějak odsuzoval a říkal si: „Kluci, to je strašný, vy furt pijete alkohol.“ To prostě.

**B: Jojo, tomu rozumím. Ale u těch oslav, jako vím, že to je hodně častej vzorec, že to lidi hodně říkají, když přestanou pít, nebo nepijou, že si toho všímaj, že tam se hodně na alkoholu jede....**

**B: No a ještě se tak zeptám úplně na závěr, studoval jsi něco, co jsi studoval a jaký máš zaměstnání?**

Z: Hele dělám v reklamní agentuře.

**B: Hm.**

Z: Aaa studoval jsem... Vlastně po základce obchodní akademii, z obchodní akademie jsem šel studovat dál ekonomii na vejšku, ale tyjo, nebyl jsem úplně studijní typ a nedodělal jsem to, mám to rozdělaný a doufám, že se do toho dokopu, ale v podstatě na tý jedný škole... Byl jsem nejdřív na škole, kterou jsem nedokončil ... s uznanejma předměťma jsem šel na jinou školu, kde jsem platil školný, byla to soukromá škola a přišla o akreditaci před závěrečkama, ale... Mně to přišlo jako takovej podraz, protože jsme o tom dopředu nevěděli při tom přijímacím řízení, který já jsem tam měl, když mi uznávali ty předměty a měl jsem tam vlastně dodělovat jenom rok, to už museli vědět.

**B: No to jo.**

Z: Prostě museli to vědět.

**B: Dyť už jim to muselo končit, ta akreditace.**

Z: Nonono. Přesně tak, přesně tak. Takže já jsem to bral jako strašej podraz, podvod.

**B: No to jo.**

Z: A tak mě to prostě... jsem si řek, že na to se... na to kašlu prostě no a uvidím. Jako chtěl bych to, to.

**B: Hmm.**

Z: Ale zas jestli je to potřeba v dnešní době? Uvidím, nechávám to otevřený.

**B: Tak jestli jsi dělal v reklamce, tak tam většinou ne, co já znám víc lidí, co takhle ...**

Z: No hele je to vo tom, že když bych se někdy rozhod jít na pracovní pohovor, kde bude 10 lidí s titulem a ty bez, tak je to prostě naprd. Ale jinak, ještě jsem se neseťkal s tím, že by mi to k něčemu někdy bylo. Ale je fakt, že já jsem zatím teď ve druhý reklamce, ale v podstatě



vždycky jsem tam šel na doporučení, takže ne přes výběrový řízení, takže zatím jsem s tím problém neměl, ale uvidíme. Teď Eva studuje, tak když dostuduje, tak to budu muset ...

**B: (Směju se.)**

Z: Aby pak neříkala, že to, že chodí s blbečkem.

**B: (Směju se) Jasně.**

**B: Tak jo, já ti moc děkuju.**

## Ludmila, 29

Milá Ludmilo, vítám Tě u našeho „rozhovoru.“ Budu ráda, když odpovíš na každou otázku. Často se za otázkami nachází ještě „mini otázky“ jako: „Co ještě? Proč právě toto?“ Nechám je tam, aby tě navedly popřípadě na širší odpovědi a další asociace. Pokud k nějaké otázce nebudeš mít vůbec co říct, nevadí. Pokud tě naopak napadne něco navíc, klidně to tam připiš. Teď už se na to vrhem :).

### Seznámení - úvod

#### **Co děláš ve svém volném čase? Jaké máš záliby?**

- Volného času není mnoho, pokud je tak se snažím cestovat po republice, sportovat- kolo, běh, domácí cvičení, procházky do přírody, návštěva rodičů a s tím spojená pomoc s čím je potřeba.

#### **Jaká je tvoje práce?**

- Instruktor volnočasových aktivit plus instruktor lyžování.

#### **Co jsi studovala a kdy jsi absolvovala?**

- Mgr. Sociální pedagogika a volný čas leden 2013
- Bc. Sociální patologie a prevence 2010

#### **Když se stane, že jdeš někam za zábavou. Kam obvykle chodíš a s kým?**

- Zábavu mám spjatou s vesnickou zábavou, chodím tam sama, ale je tam mnoho přátel s kterými se tam vídám, jinak za zábavou vidím i sejít se s dalšími kamarády někde v parku na slacklinu nebo podniknout nějaký výlet, zahrát si společenskou hru.

#### **Kolik je ti let?**

- 29

### Zkušenosti s alkoholem (Před současnou abstinencí, pokud nějaké zkušenosti byly.)

#### **Co se Ti vybaví, když se řekne alkohol? Co ještě? Proč právě toto?**

- mnoho lahví v baru, hory a instruktoři na horách, konzumace je tu značná a párty jsou pomalu součástí této práce. Spousta mladých lidí, kteří si to na horách chtějí užít, a pak i oslavy a vesnické zábavy.

### **Ochutnala/pila jsi někdy alkohol?**

- Ano pila jsem alkohol, poprvé kolem 14, alkohol jak který, postupem času jsem přecházela od různých druhů k jiným, nejprve to začínalo na broskvovové, pak se to střídalo s ochutnáváním různých druhů a zjišťováním co je vlastně dobré a co ne, epizoda bych to nenazvala, prostě když byla příležitost

### **o Pokud ano kdy poprvé? Jaké to bylo? (Chutná/al Ti alkohol?) Bylo to nějaké období? Epizoda spojená s alkoholem?**

### **Je něco, co ti to přineslo nebo naopak „vzalo“? Co ještě? Proč právě toto?**

- Přineslo, ano člověk pije se svými vrstevníky, takže s nimi udržuje nějakou vlnu - rozumí si s nimi protože pije stejně jako oni, je veselý nemá zábrany seznamovat se s novými lidmi, alkohol do určité míry nakopává, takže má člověk energii protancovat celou noc, s alkoholem se váží další situace, ve kterých člověk pozná více své přátele, kdo ti pomůže dostat se domů a jiné. A co mi alkohol vzal, na nic teď nemohu přijít nepila jsem takzvaně do němoty jen do nálady, vždy jsem věděla, kdy už to stačí.

### **Vzpomeneš si, co tě k užívání alkoholu vedlo? Proč jsi vlastně pil/a (ses napila)?**

- Řekla bych, že to hodně souvisí s předchozí odpovědí - vrstevníci, nálada, jedna vlna,

### **Při jakých příležitostech k užívání alkoholu docházelo? Jak často? Jak to vypadalo a jak to končilo?**

- Většinou to byly taneční zábavy, disco, oslavy, hasičské soutěže - oslavy vítězství, pila jsem tak jednou týdně, pili všichni okolo, maximálně řidiči ne, většina pila do nálady, ale vždy to někdo nezvládl a zvracel, nebo nemohl chodit a o něj se starali ostatní, kdyby mi to měli všichni vrátit, že jsem je dovedla domů, tak už nikdy nejdu domů sama :-D

### **Máš nějaké pozitivní/negativní zkušenosti s alkoholem?**

- Vysloveně mega pozitivní ani mega negativní nemám. To, že se někdo opije a není schopen nad sebou mít kontrolu mi vadí, stávají se pak zbytečné drobné úrazy, pak mi vadí chování lidí, na které alkohol působí spíše agresivně, je to hodně na vesnických zábavách, kde se některé typy vždy, když se napijou, poperou.

### **Jak k alkoholu přistupovalo tvoje okolí, v době, kdy jsi pila alkohol? Podle čeho tak soudíš?**

- Pili všichni, bylo to součástí víkendových chvil (zábava, disko, oslava,) kdy chtěl člověk vypnout. Přes týden ti lidi nepili a studovali. Na VŠ se občas pilo i během týdne, ale ne nijak pravidelně, přes týden jsem se pití taky moc neúčastnila, protože jsem chodila do dvou prací a potřebovala jsem tam nějak fungovat, stejně tak doma druhý den jsem musela pomáhat.

### **Kdy ses rozhodla přestat pít alkohol? Proč?**

- Je to tak 2-3roky zpět, někdy v srpnu, hodně jsem v té době cvičila a běhala a alkohol toto úsilí velmi marní, člověku je pak špatně a nemůže jít běhat, ani cvičit což s mou prací, kdy jde cvičit především o víkendu, dělá čáru v časovém plánu, dalším důvodem je lupénka, po alkoholu se mírně zhoršuje. Dalším důvodem je, že přítel nesmí. [Lenka je s přítelem ale cca rok a půl, samotná abstinence začala před tím, než se poznali.]

### **Vybavuješ si konkrétní moment, situaci „a dost“? Nebo období, kdy to k tomu šlo? Co se dělo?**

Konkrétní moment to nebyl. Pila jsem v té době tak, jako ostatní okolo a chtěla jsem i pozorovat, co to s tělem udělá, když chvilku pít nebudu, to jsem zkoušela už v době před abstinencí na pár měsíců nepít a tělo pak fungovalo lépe, takže to byl postupný vývoj situace.

### **Období dobrovolné abstinence**

#### **Změnil se nějak tvůj život od doby, kdy jsi přestala pít alkohol? Jak?**

- Mohu cvičit a běhat kdykoliv, nemusím čekat, až mi bude líp.

#### **Chodíš stále na stejná místa, do stejných podniků, práce?**

- ano chodím na stejná místa, i do stejných podniků, práci jsem změnila - ale ne z důvodu pití

#### **Děláš stále to stejné? Co je jinak?**

- Změnila jsem práci, ale bylo to dáno tím, že předtím to byl přivýdělek ke studiu a pak jsem dodělala VŠ.

#### **Změnil se nějak tvůj společenský život? Stýkáš se stále s relativně stejnými/jinými lidmi?**

**Pokud ne, v čem se okruh tvých lidí změnil?**

- Stýkám se s mnohem více lidmi, ale je to dáno prací. Na staré přátele taky nezapomínám a vždy je ráda vidím, ale je mi příjemnější se s nimi sejít třeba na procházce, nebo na kávě, pokud si oni dají pivo nebo víno, nevadí mi to.

**Podává se na místech, která navštěvuješ, alkohol? Jak to na tebe působí? Jaké to pro tebe vlastně je?**

- Ano, podává se tam alkohol, a nevadí mi to. Je to možnost výběru, já si vybírám z nealka a ostatní z alka, každý s vybereme to, co nám chutná.

**Reaguje nějak okolí, když alkohol odmítáš?**

- Okolí ví, že nepiju, netlačí mě do toho. Na zábavách často řídím a tam je abstinence samozřejmá.

**Nebo to hlásíš dopředu, nebo jak to vlastně vypadá?**

○ **A co na to odpovídáš? Proč?**

Objednám si nealko sama a pokud mě chce někdo pozvat, pozve mě na džus nebo jiné nealko, stejná je vždy otázka *co si dáš?* tak jen řeknu nějaký druh nealka, přátele to berou v pohodě a pokud by mě někdo do alka tlačil tak bych jej stejně nevypila.

**Jak se cítíš na akcích, kde se alkohol podává?**

- Nevadí mi to je to jen otázka výběru co chce člověk dát svému tělu

**Mohla by sis vzpomenout a řekla mi nějaký příběh. Historku s ne-alkoholem? Jak to vypadalo, co se dělo, co kdo říkal, kdo u toho byl? Jak jsi reagoval ty a jak tvoje okolí?**

- Příběh dohromady asi nedám v mé práci se děje tolik událostí denně, že zapomínám co bylo před týdnem, natož před větším časovým úsekem.

**Respektuje vlastně okolí Tvoje rozhodnutí nepít? Jak to poznáš, že to respektují/nerespektují? Jak ještě?**

- Okolí to respektuje a je s tím v pohodě, neptají se na víc, a příjmou mou volbu jiného pití.

**S jakými reakcemi na své nepítí se typicky setkáváš? Jaká je taková tuctovka (co jsi slyšela už tisícekrát? Nebo máš nějaké kategorie reakcí, osvědčené strategie?**

- Dost lidí se ptá proč, většinou jim řeknu, že lupénka což je polopravda, ale většině lidí to stačí, někteří jsou i překvapeni, že souvisí s alkoholem - každý tuto nemoc prožívá jinak a reaguje mu na něco jiného, mně z části i na alkohol.

### **Přesvědčení o alkoholu**

**Jak nahlížíš na lidi, kteří alkohol požívají? Změnil se nějak tvůj náhled na ně od doby, kdy jsi přestala pít?**

- Lidi, co pijí mi nevadí, pokud udrží určitou hranici, jsou schopni mluvit, chodit, přemýšlet, orientovat se a kontrolovat své jednání, a trošku se změnilo - daleko víc mi vadí, když se někdo zpije do němoty a padá, kde se dá, dělá potíže ostatním nebo je agresivní, případně nebezpečný sám sobě i jiným.

**Jak si naopak myslíš, že oni nahlízejí na tebe, co si myslí? Co ještě?**

- Co si myslí, to netuším, možná že jsem nudná, když nepiju a možná, že jim občas vadí, že s nimi nevydržím do rána, jak jsem mluvila alkohol lehce nakopává. To samé se dá nahradit kávou, ale těch člověk nevypije tolik, takže jakmile jsem unavená, jdu prostě spát a nesnažím se to lámat nebo zlomit.

**Co se vlastně očekává od abstinentů ve společnosti? Jaká jsou očekávání od těch, co pijí?**

**Jaká jsou konkrétně u tebe vlastně pozitiva abstinence?**

- Není mi špatně, mohu dělat kdykoliv cokoliv, ne čekat až vystřízlivím, mám nad sebou kontrolu, více poslouchám své tělo, kožní projevy jsou lepší, cvičení jde podle kondice a ne podle kocoviny.

**Jaká jsou konkrétně u tebe vlastně negativa abstinence?**

- Asi únava na spol. akcích prostě to člověk nepřepije a jde spát

**Když se zamyslíš nad budoucností, jak se vidíš za rok z hlediska pití? A za pět let? Proč?**

- Momentálně mi tento stav vyhovuje a asi v něm ještě nějakou chvíli přetrvám, a za pět let, kdo ví, co bude, myslím, že si ještě někdy nějakou skleničku vína dám, ale těžko říct kdy.

(Domníváš se, že v současném postoji setrváš? Ano – proč, ne – proč?)

- viz výše

**Jsou situace, kdy přeci jen také alkohol požiješ? (Přípitky, výjimečná událost, ...) V jaké míře? Jak často?**

- Oslavy, pokud jsou nějaké významnější rodinné oslavy. Tzn. jednou za 3 roky jen symbolicky namočíím rty a zbytek přípitku dám někomu, kdo je okolo.

### Zázemí

**S kým a kde žiješ?**

- Často měním místa, kde se vyskytuji. Je to dáno prací, stejně tak i s kým se vyskytuji, jinak domov mám na Moravě s rodiči, přes zimu jsem v Peci pod Sněžkou, zbytek roku podle práce. [Instruktoři u společnosti, kde Ludmila většinu roku pracuje, jezdí na pobyty s dětmi, typicky od pondělí do soboty, nebo neděle. Je tradicí, že v sobotu nebo neděli přejíždí rovnou na další místo pobytu, aby všichni instruktoři nemuseli jet s dětmi do Prahy, když další den mají jiný týdenní pobyt s dětmi.]

**Máš sourozence?**

- Ano jednoho.

**Jaký je postoj k alkoholu v tvé rodině?**

- Pije se spíše výjimečně, narozeniny, svátek - oslavy - pár skleniček vína (max. 4) nebo štamprle - panáky Slivovice - 2-3, občas pivo 1 po náročné práci venku, při společenských akcích je to točené pivo max 4-5.

- (při jakých příležitostech, jak často, množství, druh alkoholu)

**Když jsi byla malá, pili před Tebou rodiče, babičky, dědečkové, tetičky, ...?**

- Ano, při oslavách nebo po práci, bez důvodu jen tak se u nás nikdy nepilo.

**Jaká platila pravidla ohledně alkoholu (a cigaret atd.) u vás doma, když jsi dospívala?**

U nás doma nikdo nekouří ani nikdo z rodiny, alkohol požití na oslavách v pohodě, ale člověk se samozřejmě nechce před rodinou ztřískat, pak že ráno musím být schopná fungovat a to je tak vše.

**Jak tato pravidla hodnotíš ze svého současného pohledu?**

Podle mě byla nastavena ok

**Je něco, co bys ráda doplnila? Je ještě něco důležitého, co jsi neřekla a mělo by zaznít? Na něco jsem se nezeptala?**

- Nic si neuvědomuji .

**Co bys vzkázala lidem, co pijí alkohol?**

- Aby to někdy zkusili pár týdnů bez něj a uvidí, zda-li jim to něco dalo, nějakou změnu, a zvážili to, samozřejmě po nich nechci, aby se jej hned vzdali.

**A co bys vzkázala lidem, kteří alkohol nepijí?**

- Že jsem ráda, že existují je to milé se s nimi shledávat :-)

**Díky moc!**

**Marcel, 25**

**B: Úplně první úvodová otázka je - co se ti vybaví, když se řekne alkohol? Nějaký první asociace.**

M: Hnedka se mi vybaví pot. Pot, ale zároveň uvolněný zábrany.

**B: Hm, super. Ještě něco se ti vybaví?**

M: Tak to už nejsou úplně první asociace.

**B: Nejsou.**

M: Ale představuju si určitou formu nějakého jedu na prvním místě, která mi vadí v těle a kterou jako silně pociťuju negativně, ale zároveň vím, že mi pomáhá se uvolňovat. A pomáhá mi jako v tom sociálním kontaktu především.

**B: Hm. Dobrý.**



**B: Z toho tak trochu plyne, že jsi asi ochutnal někdy alkohol.**

M: Hmm. (směje se)

**B: Pamatuješ si, kdy to bylo poprvý? A jaký to bylo?**

M: Pamatuju si to, no.

**B: Tak pojď.**

M: Nevím, co to bylo za rok, ale bylo mi. Počkej, mmm, kdy jsem poprvé ochutnal alkohol. Oukej, tak to je vlastně něco jinýho. Tak to bylo asi, když mi bylo, nevím, třeba 7?

**B: Hm.**

M: A cucnul jsem si piva od táty. A to si pamatuju jako záblesky, jako obrazy, ale jaký to bylo si nepamatuju, protože vím jenom, že jsem udělal: „blé“ a to bylo všechno. A dítě, který tomu nepřikládalo nějakou větší jako důležitost, prostě nechutnalo mi to, no.

**B: A ty sis cucnul, nebo ti to rodiče jako dali, ať si dáš?**

M: Cucnul, ze zvědavosti.

**B: Sám. Hm.**

M: To mi rodiče nikdy jako takhle nepodávali. To byly docela striktní zákazy těchle věcí u nás v rodině.

**B: Jo, jo, jo. Dobře. No a taková ta nějaká první akce, první opilost?**

M: No! Tak na to jsem si vzpomněl hnedka na poprvé právě. To bylo, když mi bylo 17. Až 17! A byli jsme u kamarádky doma na privátě, kterej sem zorganizoval. A normálně jsme si jako dali vodnici s kamarádama, pouštěli jsme si nějakou hudbu a že si dáme nějaký pivo, tak jsme přinesli pivo, víno. A do té doby jsem pil takhle jako na nějakých akcích právě nějaký pivo nebo víno, ale nikdy jsem nebyl opilej. Dycky jsem prostě zavčas přestal, nebo mi to taky nechutnalo, nebo jsem se na to nesoustředil. A u týdlectý akce, v těch 17, to bylo poprvé, kdy jsem se opil a bylo to naprosto fenomenální. (směje se)

**B: Jako fenomenální?**

M: Jojo. No bylo to super. Pili jsme něco jako, všechno jsme míchali, žejo a mě nejvíc opilo, nebo nejvíc jsem tam začal pít, Malibu s mlíkem.

**B: S mlíkem?**

M: To mi strašně chutnalo. No ono se to pije se smetanou. A asi jako po půl hodině jsem se začal tak nějak divně točit a jako jsem si říkal: „To je podobný jako, když se překouřím cigaretou, ale je to takový jako víc příjemný a uvolněný. Jo a je mi hrozně dobře.“ A začal jsem se strašně rozpovídat a bylo mi líp a líp a říkal jsem si: „Aha, tak jsem konečně opilej, tak to musím podpořit!“ a dal jsem si víc a víc a bylo to divočejší a divočejší. Takhle jsem držel asi 2 hodiny a pak přesně přišla jako nějaká hranice, kde jako byl konec a najednou mi začalo bejt strašně špatně.

**B: A jaký bylo to ráno potom? Pamatuješ si to?**

M: Pamatuju. Bylo úplně normální. Jsem se probudil a byl jsem naprosto čerstvej.

**B: Hm, dobře. A tohle bylo nějaký období, nebo to byla jako jednorázová akce, nebo pak jsi ještě párkrát...?**

M: To byla, eeeh, jako první akce, která se díky tomu začala opakovat pravidelně. Takže jsem k tomu jakoby přičichnul a začalo mě to strašně bavit - to opilectví. Nebo opilectví. Jako prostě tydlecty jako dýchánky alkoholický.

**B: Ok.**

M: Samozřejmě už to nebylo takový, jako když jsem to do sebe kopal poprvé, protože už jsem znal tu hranici, že je tam nějaká jakoby hranice toho, že mi může bejt, začít bejt špatně. Tak jsem se mírnil. Už to nebylo tak divoký.

**B: Jo. Jedna z dalších otázek je - co tě k tomu pití vedlo? A já z toho nějak chápu, že to byl tadyten stav nebo ještě něco jinýho?**

M: Tak původně to nebylo vůbec nic, žejo. Jako než jsem ten stav poznal, tak to bylo jen takový jako socializace a taková ta hloupá jakože: „Joo, puberťáci v našem věku to dělaj, jakože si daj nějaký víno a napijou se.“ Takže to bylo takový jenom jako slepý provádění činnosti, asi? No a následně potom už mě k tomu vedlo to, že jsem poznal ten příjemnej stav.

**B: Hm. Super. No a jak často a třeba už za poslední dobu, třeba za posledních 5 let, jak často piješ alkohol, při jakých příležitostech?**

M: Hmmm.

**B: Nebo jako teď nepiješ, ale v tý době nedávný.**

M: No jenom vlastně jenom příležitostně, jako jednou týdně s kamarády někam zajít a dát si opravdu jako víno na chuť, nebo na něco, aby se taky člověk uvolnil třeba i po práci, psychicky.

**B: Hm.**

M: (směrem k nahrávajícímu telefonu) Je to oukej?

**B: Jasně.**

M: Ale jako jinak už vůbec nevyhledávám nějaký třeba pitky nebo akce a tvrdej alkohol sám od sebe taky nepiju. Vůbec. Úplně jsem se jako tak zúžil na to víno a pivo. Třeba pivo někde jako k obědu na výletě nebo něco takovýho. Doma, když pracuju, tak si naleju třeba 2 deci vína nebo nalíval jsem si. A tak.

**B: Jo. Ok. No a co třeba tvoje okolí? Jak přistupuje k alkoholu? Pijou, nepijou? Maj k němu kladnej vztah, nemaj?**

M: Pijou asi úplně všichni. Všichni, co znám. Přemýšlím, jestli znám naopak nějaký jako ryze abstinenty... To asi ne. Rodina pije jako příležitostně, stejně tak jako jsem pil já do teď. Když se setkaj někde s přáteli nebo něco se slaví, tak si daj. Táta si taky občas dá něco jako k obědu. Nějaký pivo. Jinak kamarádi jsou mladí, užívají života a kalej.

**B: Kalej.**

M: A chlastaj.

**B: A k zážitkům jo. Kdybych se tě zeptala na 1 pozitivní zážitek s alkoholem a na jeden negativní zážitek s alkoholem? Nějako situaci? Něco? Vybaví se ti to? A co se ti vybaví?**

M: (směje se) Spousta věcí.

**B: Tak vyber nějakou jednu pozitivní.**

M: Hmm, nevím! (dlouho ticho, přemýšlí) To nevím asi jestli bylo třeba něco konkrétního, jakože bych po střetu s tím alkoholem jako zažil něco skvělýho, nebo měl nějaký konkrétní zážitek, ale vždycky to byly právě takový ty chvíle s tou partičkou někdy třeba v létě, kdy jsme se opravdu opili a cejtili sme se dobře. Uvolnění. Bez problémů. Šťastní. Běhali jsme po městě. A tak jako tědlectěch chvil bylo víc, no a to tak nějak jako ... vždycky pozitivní.

**B: Hm. A negativní nějaký zážitek?**

M: Negativní jsou opice. Tu jsem měl naposled, nebo já na ně strašně trpím, když to opravdu přeženu, tak potom ty opice jsou, teda v tědlectech mejch letech, dřív jsem to neměl. Tak v tudlectu chvíli jsou fakt jako smrtící. Že když jako přeženu tu hranici a míchám, tak je to opravdu peklo, že druhý den mám třeba i halucinace a nemůžu se z toho dostat třeba až do večera. Nemůžu cokoliv jíst, žaludek mi to okamžitě zvrátí a divný fyzický stavy... Jako takový mravenčení úplně. Je to strašný. To jsem měl naposled asi před půl rokem, no.

**B: Hm. Dobře. A kdy ses teda rozhodl přestat pít alkohol? Proč? Byl tam nějaký aha moment, nebo to přišlo?**

M: Mmm, asi kolem 24, 25 jsem začal abstinovat více a více, nebo jakože jsem začal si uvědomovat, že stárnu a že ty okolní vlivy mají na moje tělo větší a větší vliv, tak jsem začal to pití omezovat. Až mi bylo 25, tak jak říkám, začal jsem pít jenom červený víno ve většině případů, kvůli nějakým těm flavonoidům, žejo. (usmívá se) Jakože prospívají pleti a detoxikace organismu a podobně. Takže když alkohol tak jako nejmenší zlo, ale i přesto jsem cejtíl, že mi potom není úplně dobře. I třeba v těch menších dávkách. Je to různý. Někdy jako mi stačí 1 deci a už jsem oukej, někdy si dám 2deci a někdy si dám vopravdu jenom ločka a není mi druhý den ani dobře potom, tak to jsem začal pozorovat na sobě víc a víc a začal jsem to víc omezovat. No.

**B: Hm. Jasně. A kolik ti je?**

M: 25.

**B: No, dobře. (smějeme se)**

M: No je!

**B: No já vím! Tobě teďko bude 26 v srpnu, vid'?**

M: (žertovně) Ne! Mně už bude navždy 25!

**B: Samozřejmě!**

**B: No a změnil se třeba nějak tvůj život od té doby, co jsi teďko třeba za ten poslední půl rok přestal pít alkohol? V čem se změnil? Jestli se změnil?**

M: Mmm. Asi ne. Asi se nezměnil. Samozřejmě jako po fyzický strážce... Se cejtím úplně stejně (zasměje se) až na to, že zmizely právě tydlety jako, eeh, stavy že bych se ráno třeba probudil a byl jako unavenej a nevyspalej, protože celou noc to tělo metabolizovalo ty alkoholy, tak to jako zmizelo, ale těch nikdy nebylo tak nějak jako hodně. Eeh. Nezměnil se. Takže jako po fyzický strážce nijak výrazně. Ani po tý sociální. Že když jdu třeba někam s kamarády a oni pijou, tak já si dám třeba jenom něco nealkoholickýho a nějak nad tím jako... nevím. Netrápí mě to.

**B: Hm. A ptají se třeba na to jako - proč nepiješ? Nebo všimnou si, že si nedáš s nima?**

M: Jo, to si všimnou, samozřejmě. Zeptaj se a úplně jako automaticky to tak nějak jako berou. Že jim třeba řeknu, že v současny době jako mi to nějak nechutná, anebo že to nepiju z tohodlectoho důvodu, že mi potom není dobře. A oni to taky poberou úplně jako v pohodě.

**B: Hm. A už se víc...**

M: Ani se nevyptávaj, nesnaží se ponoukat.

**B: Jo. A stalo se ti, že ste třeba byli někde s kamarádama a přimotali jste se ještě k někomu, koho neznáte a ti by se tě ptali, že by si všimli, že nepiješ, nebo taková situace se ti nestala?**

M: Eeeh. To se mi asi nestalo. No.

**B: Hm. Jasně. A chodíš na stále stejný místa, kam jsi třeba chodil před tím rokem, ale i před dvěma a teď? Chodíš furt do setjnejch vináren, nebo nechodíš do vináren a tak?**

M: Hm, hm. Nooo. Víceméně asi chodím. Chodím, ale ne z nějakého vlastního přičinění, že bych si řekl: „Jo, půjdeme tam. Tam maj dobrý pivo.“ To už nedělám, to je pravda. Ale jinak jako když se mi někdo ozve a jdeme tam a tam, tak jsou to jako víceméně stejný podniky. Jako třeba naše nějaký vybraný oblíbený, kam jsme se rádi vraceli. A kde je atmosféra jako příjemná, ať s alkoholem nebo bez něj.

**B: A kdo o tom rozhoduje kam se pujde?**

M: To je jedno.

**B: Je to tak pul na pul jo?**

M: No jasně.

**B: Hm. Jasně.**

M: I když asi většinou já.

(smějeme se)

M: Né, protože jsem často nespokojenej s tím, co vyberou ostatní, žejo. A hůř se přizpůsobuju. Věci musej bejt podle mě.

**B: Jo, jo, jo. Chápu.**

M: Takže se nebráním, ale pak remcám.

B: No takže, chápu z toho, že ty místa, který navštěvuješ, tak se tam alkohol normálně podává...

M: Ano.

**B: Jo. No a jak se cítíš ve společnosti, která pije, když ty nepiješ?**

M: (přemýšlí) Záleží, jaká je to společnost. Někdy ten rozdíl jako není znát vůbec a někdy je to razantní. Někdy se cítím úplně fajn, jak jsem říkal. S některými kamarády, když pijou, já nepju, bavíme se, protože to není třeba někdo, kdo by to taky jako přeháněl. Kdo by se vyloženě ožíral. A zas mám i nějaký známý, se kterýma jsem se chodil vyloženě takhle uvolnit, na tu pitku a s nima, když se takhle střetnu a nepiju, tak je to smrtící zjištění.

**B: A jako povídáte si nebo vlastně ani ne?**

M: Povídáme si, ale často z takovejch jako... sem začal odcházet z takovýdlech setkání, protože eeh. Nevím, jestli je to tím, že sem si třeba nevšiml těch lidí, že jsou třeba v určitým jako mentálním levelu někde jinde, než já, protože jsme se setkávali za tím účelem, eeeh, toho uvolnění a toho pití, takže se jakoby naše hladiny vyrovnaly, ale v současný chvíli mi to přijde, že některý tydlecty individua jsou úplně jako mimo, no že si s nima potom jako nemám co říct. Takže jenom ten základní, jako ten povrchní: „Cos dělal, jak se máš, co práce?“ A jinak to potom už dál nikam nevede.

**B: Hm. Hm. Ale furt se s nima jako vídáš?**

M: Nooo.

**B: No protože, mě zajímá, jako...**

M: Rozumím.

**B: ...jestli ten okruh fakt je úplně stejnej, protože třeba to jádro očividně zůstalo stejný, ale jestli i tadyty známí...**

M: Nooo. Není to pravda vlastně. Nestýkám no.

**B: Nestýkáš se s nima tolik? Dobroš. Dobroš. Děláš furt stejnou práci? Za ty poslední 2-3 roky třeba?**

M: Ne. (směje se) Dělán stejnou práci za poslední 2-3 roky? Ne. Dělán stejnou práci za poslední ... (Přemýšlí.)

**B: Půl rok.**

M: No asi 7-8 měsíců

**B: Hm. A třeba s lidma z práce si se vídal a chodil si s nima někdy na takovýdle akce, kde se podával alkohol nebo ne?**

M: Minimálně.

**B: Z kterýkoli práce myslím teďko za poslední dobu.**

M: Jo, to minimálně. Z práce vopravdu jako jenom s nějakým úzkým kruhem. Vopravdu s pár jedincema a to vopravdu jako minimálně.

**B: Hm. Hm. Třeba nějaký... Neslavili jste nějaký úspěchy, povýšení v práci, nic takovýho?**

M: Ano, slavil.

**B: Slavili? A jakoby s těma lidma v práci?**

M: Jo takhle. Já jsem slavil.

**B: Ty jsi slavil.**

M: Já jsem slavil, ale neslavil jsem to v osobním životě. Mimo práci. Že bych šel a šel to zapít, to ne.

**B: A jaks to slavil?**

M: Ehm, nevím. Tichým jásáním doma v koutku (smějeme se). Neslavil jsem to asi nijak jakože. Slavil jsem to jako v řečnickém obratu, ale neslavil jsem to.

**B: Hm, rozumím. A jak třeba, jak se díváš teď na osoby, který pijou alkohol? Změnil se nějak tvůj náhled od doby, co nepiješ?**

M: Hmm. (Přemýšlí) Asi se změnil na ty osoby, jak jsem popsal před tím. Asi vidím, že tam mezi náma je ten rozdíl a že ten alkohol byl často spojovák i těch jakoby... kruhů mimo mě. Nevím, jak to říct. Ale, mmm, že bych na to nějak změnil nějak jako vyloženě pohled... Jsou to prostě pořád furt stejný lidi, který pijou jako za stejným účelem. Jakože za tou socializací a uvolněním se a prostě nějakýho stmelení se a popovídání se, aby prostě jako zapomněli na nějaký třeba běžný strasti a podobně. Ale jinak nemám kolem sebe úplně třeba jako takový lidi, na který bych změnil tak jako nějak výrazně názor, jakože.

**B: A obecně? Jak se díváš na lidi, kteří pijou alkohol? Úplně na jakýkoli lidi.**

M: Tak asi je to jejich věc, no. Nijak na to výrazně jako ten názor vyhraněnej nemám.

**B: A na opilost třeba?**

M: Jakou opilost? Jako vyloženě třeba nějaký opilectví?

**B: No tak třeba jsou lid, který si daj každé večer k večeři skleničku, ale tak vůbec to nevíš, nepoznáš to na nich, a pak jsou prostě lidi, který si sice daj jendou tejdně, ale daj si těch skleniček šest, sedm a už jsou fakt jako opilý, tak jestli tam...**

M: Tak to se mi samozřejmě nelíbí, ale nevím, jaký bych jako k tomu měl zaujmout stanovisko. Je to jejich život. Samozřejmě to nechápu. Já jsem jako vůči svému tělu nějakým způsobem zodpovědněj, protože jsem viděl, co to se mnou dělá. Když se dívám na ně, nebo znám takovýdlecty lidi a opravdu vyjíměčně ... tak jako z toho veřejnýho podvědomí..... Eeee. Povědomí. Tak samozřejmě nechápu, proč to dělaj. Teda jako chápu, proč to dělaj, protože jsou mentálně slabí a snaží se něco přepít. Mají nějaký boly a chtějí zapomenout na běžnou realitu atd. Ale je to smutný no.

**B: Hm, hm. Rozumím. A vidíš třeba u sebe nějaký pozitiva abstinence? Kromě těch zdravotních třeba, který jsi říkal. Nějaký jiný pozitiva abstinence? (Chvíli ticho) Nebo negativa abstinence?**

M: Já jsem asi nikdy nedospěl do takový fáze, že bych jako moch porovnávat. Že bych dospěl do nějaký fáze jako alkoholik, nebo jakože pijan a že by mi to způsobovalo třeba nějaký velký obtíže, abych potom vysazení to mohl srovnat.



**B: No to zároveň nemusí bejt vůči tomu předchozímu stavu, třeba znám abstinenta, kterej v životě, nikdy, neměl ani rumovou pralinku. Ani jako dítě, prostě fakt v životě alkohol jako neměl, tak ten jako nějaký pozitivum popisuje třeba. Takže to vůbec nemusí bejt ve srovnání s tím... Jestli tě něco napadá.**

M: Hm, hm. Asi nijak výrazně se u mě nic nezměnilo. No. Jako má člověk pozitivum, ... mám ze sebe lepší pocit asi, že pro sebe něco dělám, no. No ale to je asi tak jako všechno.

**B: No. A negativum abstinence? Vidíš nějaký?**

M: (dlouho ticho) To asi ne, taky nevidím, protože přestat pít jsem se rozhodl jako svobodně, z vlastní chuti i.

**B: To může být!**

M: No. Takže jakoby nevidím žádný jako negativa toho, asi jako kdybych přestal pít z toho důvodu, že bych to měl jako naordinovaný z nějakých jako zdravotních rizik možnejch, tak by se mi asi potom stýskalo po těch opileckých uvolněných stavech, ale teďka ty stavy zažívám, aniž bych ten alkohol měl., takže žádný negativa asi nevidím.

**B: Hm.**

M: Počkej! Ještě se nad tím zamyslím.

**B: Zamysli se nad tím.**

M: V nějakým trochu širším měřítku. Negativa... Nooo! No!

**B: Hmm?**

M: Sbíral jsem pivní tácky, žejo léta!

**B: Tak to můžeš stále!**

M: No tak to nemůžu, protože já jsem si dycky sbíral ty pivní tácky tak, že jsem na tom měl ten svůj půllitr a ten sem si tím označoval, tím pitím. A ten svůj vlhkej půllitr [podtácek], kterej jsem celou dobu... jsem si pak odnesl a sbíral.

**B: Takže to je tvoje negativum abstinence.**

M: Jo. (Směje se)

**B: V pohodě.**

**B: A když se třeba zamyslíš nad svojí budoucností z hlediska pití. Myslíš, že v tomhleto postoji ještě nějakou dobu setrváš? Co třeba si myslíš?**

M: Nějakou dobu určitě jo, ale na druhou stranu věřím, že to není konečná. Že u mě se tyhle věci hodně jako méně v životě. Že třeba mám teďka nějaký abstinenci období, který jsem prostě započal z toho důvodu, že jsem to tak cejtil. Stejně tak jsem to měl u kouření, léta jsem kouřil, pak jsem cejtil, že kouřit nechci, přestal jsem na dva roky kouřit, pak jsem zase v létě cejtil, že chci kouřit, tak jsem kouřil a pak jsem zase přestal. Takže si myslím, že je to spíš takový naslouchání sám sobě.

**B: Hm. A dokázal bys třeba odhadnout, já vím, že to je těžký, co takhle za rok? Myslíš, že to ještě bude stejný?**

M: No, těžko říct. Protože se řídím tím pocitem. Ale asi, asi to stejný nebude. Asi potom s chutí si zase někde v létě dám. Nějakou skleničku. I více.

**B: Jasně. Rozumím. No a jsou nějaký situace, kdy přece jenom alkohol dáš? Přípitky, nějaká výjimečná událost, narožky, takovýhle srandy? V týdletý tvý abstinenci době?**

M: Tak jelikož ta abstinenci doba není tak dlouhá, tak sem tomu taky nebyl jako vystavenej, ale asi jo, když bude mít někdo nějaký výjimečný narozeniny narozeniny, nebo se bude slavit Silvestr, tak asi jo. Nějakou malou skleničku šampusu jen na přípitek.

**B. Hm, hm. Dobře. A teďko mě ještě zajímá nějaký tvoje zázemí. S kým ty bydlíš, jak teď bydlíš?**

M: (zasměje se) Bydlím s maminkou. Já v současný době bydlím s maminkou.

**B: A jenom dva tam bydlíte?**

M: Ano.

**B: Jo a máš i sourozence?**

M: Mám sourozence, mám bráchu.

**B: Vídáte se?**

M: Vídáme se, málo, ale vídáme se.

**B: Hm a jak to třeba bylo a je ve vaší rodině s alkoholem? Ty jsi zmiňoval, že třeba taťka si dá k obědu a tak... A obecně třeba širší rodina trochu? Babičky, tety, ....**

M: Eeeh. Nooo, takže máma pije úplně stejně jako táta. Velice příležitostně, až na to, že ona si to pivo jako nedá k tomu obědu, ona si dá vyloženě jako víno někdy při nějaký tý příležitosti s kamarádkou, nebo tak. Brácha ten pije. To ani moc nevím, jak pije. Asi nějak omezeně, protože má rodinu, takže je v tomhlectom zodpovědněj. No, babička nepije vůbec, asi k tomu nemá příležitosti nebo slinu. Děda pije jako takovým tím degustátorským stylem, jakože dostane k Vánocům třeba whisky, tak si potom jako 3 roky vychutnává jednu láhev whisky. Takže taky ne nějak jako výrazně. A tetičky? S tetičkou se nevidám, se strejdou taky ne, takže ty absolutně nevím, co oni, ale zas máme příbuzný na Moravě a ty pijou jako hodně. To je jako moje pratetička, ta jako pije hodně a často, ale né že by se jako opíjela, to není jako alkoholička, ale tam je přece jenom ta mentalita jiná, takže to je jako... Tam to drží to sociální prostředí, u kterýho se pije a slaví se tam každá ptákovina alkoholem, ale nějak jako bližší rodina s alkoholem nikdy jako žádněj vztah neměla.

**B: Hm. A když jsi byl malej, nebo když jste byli s bráchou malí, tak to bylo stejný tadyto? Nebo viděl jsi jako dítě třeba, že by vaši pili? Nebo byla tam nějaká výchova, kterou ty si do teď třeba pamatuješ? Ohledně alkoholu, cigaret a takovejhle věcí?**

M: No samozřejmě jako děti jsme věděli, že rodiče pijou. Když jsme jeli na nějakěj výlet, dali jsme si limonádu, táta si dal pivo. Nebo když jsme byli právě někde na Silvestru nebo na Vánoce, ťukání, oslavy a tak. Tak to rodiče pili. A výchova tam byl striktní, jakože zákaz veškerejch tředlectěch věcí. Jakože nesměli jsme chodit do zakouřenýho prostředí, měli jsme striktně zakázaný kouření, když jsme se vraceli jako pubertáci domů, tak oba jsme museli povinně dejchnout na toho druhýho. A máma si čuchala k oblečení, jestli smrdíme kouřem, i přesto, že ona je kuřačka.

**B: Hm Hm.**

M: Tak to bylo zvláštní, ale hezký od ní no.

**B: A jak to, vnímal jsi to nějak, to že třeba jste jeli na výlet a tam taťka si dal pivo, nebo vůbec jsi to nevnímal?**

M: mm, tak jako úplně obyčejně. Nějak tak rutinně. Nic velkýho jsem tomu nepřikládal. Nikdy nebyly žádný situace, že bych si toho měl povšimnou nějak víc.

**B: Super. Tak jo. A teď poslední 3 otázčky - vzkazová část, jo. Co by jsi vzkázal lidem, kteří pijou alkohol?**

M: (směje se)

**B: Ty jim určitě něco vzkážeš, já ti věřím. (smějeme se)**

M: Co bych jim měl vzkázat? Nevím, tak asi jako: všeho s mírou, pijte s rozumem. (směje se)  
Počkej, teď jsem zaraženej.

**B: (Směju se) Ale já to nebudu vysílat.**

M: Ne, já vím, já bych chtěl jim vzkázat něco velice jako noblesního. Ne, nemůžu jim vzkázat nic. Ne, co bych chtěl vzkázat lidem.. Pijte s rozumem, poslouchajte sami sebe, ať nespádnete do něčeho, kde byste nechtěli skončit, no. Nevím, něco v tomhle smyslu.

**B: Super, jojojo. A vzkázal bys něco lidem, kteří nepijou a jsou abstinenti? Podobně jako ty třeba, ale obecně, nepijou prostě?**

M: (směje se) Asi něco podobného možná. Tady že asi nenapadnou žádný věci jako „Nepijte! Nikdy do toho nevkračujte.“ Ne prostě nevím, všeho s mírou.

**B: Super. A je něco, co bys třeba ještě rád doplnil, co by mělo zaznít, já jsem se na to nezeptala, cokoli tě k tomu teďko napadá?**

M: (ticho a přemýšlí) Asi ne...

**B: Super! Tak já ti moc děkuji.**

M: Prosím, já taky děkuju.

## Lenka, 30

**B: Budu chtít vědět, třeba na úvod to tvoje zaměstnání. Úplně ve zkratce. A třeba tvoje nějaký záliby, co děláš?**

L: Hm, hm. Zaměstnání. Prakticky jsem manažerka, mám pod sebou jednak tým lidí, který řídím jak kdyby "personálně" a s ohledem a agendu a tak. Takže klasicky manažerka. A potom mám pod sebou několik projektů, jako projektová koordinátorka, nebo tak něco. Takže zároveň dělám i nějaký obsahový věci, že vlastně realizuju aktivity těch projektů. Zejména teda ten obor je neformální vzdělávání, práce s mládeží a dobrovolnictví. A zároveň je to třeba nějaký finanční vedení těch projektů. Takže je to takový trochu supermanovský, že zároveň vedu lidi, zároveň dělám aktivity a tak. A zároveň finančně řídím vlastně mojí sekci a druhou organizaci aaa potom taky školím. Občas.

**B: Kolik ti to tak zabere týdně času?**

L: Celá ta práce včetně všeho 50-60 hodin. To je takovej úvazek a čtvrt, úvazek a půl. Záleží, jak si to rozvrstvim.

**B: Jojojo. A co tvoje záliby v nějakým volným čase?**

L: Ve volným čase poslední dobou hodně čtu, chodím na fotbal, koukat, fandit. Na Slavii. Aaa pak se potkáváme s kamarádama, občas jezdíme na výlety. Já mám takových jako několik skupin, se kterými se potkávám. Bud to jsou třeba lidi, se kterými jsem někdy školila, nebo přišla do styku v práci, nebo třeba přes klub Terryho Pratchetta, kde máme nějaký pravidelný setkávání, nebo výlety, nebo něco takovýho. No a s těma vlastně chodíme i na ten fotbal někdy.

**B: A tadyty skupiny lidí, to už se znáte třeba nějak dlouho? Třeba 10 let nebo je to nějaká ... současný sociální okruh, se kterým se potkáváš?**

L: Mmm. Několik let bych řekla, že určitě jo. Některý lidi v těch komunitách se se mnou znaj už hodně dlouho, třeba já nevím, od vysoký školy. Vysokou jsem začínala 2006, takže je to přesně těch 10-11 let. No, někteří jsou, jeden člověk je ještě z gymplu určitě. Nebo jako některý takhle ti kamarádi jsou ještě z gymplu a některý jsem tak postupně poznávala. My jsme třeba v té komunitě Terryho Pratchetta začali být aktivnější třeba v roce 2012-2013, tak od té doby se s nima vlastně potkáváme pravidelně a stali se součástí těch našich kruhů. Ještě

jsme zapoměla na jednu zálibu, kterou teďka moc neprovozuju, nějaký jako fantasy-scifi žánrový TV seriály třeba mě bavěj. To už je úplnej relax, když mám jako výmaz, úplnej. Tak to je největší relax pustit si nějaký seriál, ale poslední doba spíš čtu.

**B: Plus teda jezdíš na tadyty akce a výlety... A třeba jsi říkala, že jsi byla teďka v kině, chodíš ještě do nějaký jako... na krátký akce, do kina, do hospody, nebo tak?**

L: Jo. Do kina do divadla poměrně pravidelně. Do hospody občas taky, většinou je to u příležitosti toho Klubu T. Pratchetta. Když má někdo někde, něco slaví, když máme nějaký sraz. Tak to je asi tak jako nejvíc hospody, co dám. Nebo ještě když máme v práci nějakou akci třeba s dobrovolníkama. Nebo s prací jdeme prostě si někam sednout, tak to je taky ještě možnost.

**B: A tak to byla taková ta uvbodobá část, super. Tak teď začneme tu "alkoholickou" část. (smějeme se)**

**B: Co se ti vybaví, když se řekne alkohol?**

L: Pivo.

**B: Ještě něco?**

L: Asi by mě napadaly další nápoje, víno, nějaký procenta...

**B: Jo. Dobře. Super. No a pila jsi někdy alkohol, ochutnala jsi ho, víš, jak to chutná?**

L: Ano, ano, ano.

**B: Pamatuješ si, kdy to bylo třeba poprvý? Úplně poprvý?**

L: Úplně poprvý? Já si asi nevybavím úplně přesně, kolik mi bylo, nebo kdy to bylo, asi někdy v pubertě si myslím jakože... možná dřív, že jsem tak jako upíjela, když jsme chodili třeba s tatínkem právě na fotbal u nás na vesnici. Tak možná jsem někdy jako upila, ale to si teda úplně jako nevybavuju. A spíš asi na nějaké oslavě. Nějaké prostě dědovy, strejdovy, ... Něco takového, nevím.

**B: Vy jste jako rodina pražský nebo jste z nějakýho kraje jinýho?**

L: Olomoucký kraj.

**B: Babičky, dědečkové, rodiče ty...**

L: Víceméně tam no. Jo, jsme všichni tam z té oblasti. Babičky i dědečci přicházeli své době, když byli mladí, od jižní Moravy, Valašsko, Zlínsko, ale už jsme všichni v okolí toho Moravského Berouna dlouho.

**B: No... A pamatuješ si první opilost? Kdy se to stalo? Jestli se to vůbec stalo?**

L: Jo, to se stalo. Určitě. Hmm. Nevím, jestli první si pamatuju.

B: Tak nějakou silnou.

L: Jo, silnou tu si pamatuju. Ale spíš tak jako v 17 si vybavuju.

**B: A můžeš mi o té situaci něco říct? Pamatuješ si tu akci?**

L: Byli jsme někde na dýze, byli jsme normálně tancovat, prostě party nějakýma dalšíma lidma, kamarádama. Bylo to u Šternberku.

**B: A bylas... jakože opilá, že prostě jsi byla v náladě nebo to ráno následující bylo nějaký krušnější či ten večer byl nějaký náročnější?**

L: Myslím, že ten večer byl takový náročnější. To ráno už si potom nevybavuju. Ale je pravda, že já jsem s těma kocovinama v té době neměla ještě takový problémy. Ale určitě si myslím, že mi bylo nějakým způsobem blbě. Nemyslím si, že bych třeba zvracela, to asi ne, ale... spíš jako divočejší ten večer. Jsme tancovali a pili tak jako nezřízeně a tak.

**B: Jasně. A to bylo třeba nějaký období, kdy jsi se jednou opila, nebo jste chodili pravidelně? byla to jako jendorázovka spíš nebo tehdejší...**

L: V té době jsme chodili spíš pravidelně. Nebylo to asi každéj týden, ale poměrně často si myslím. Do té maturity, že jsme tak jako chodili.

**B: Jo, jo, jo. No a... Jinak, co tě k tomu vedlo, že jsi vlastně pila? Protože žejo, okolo maturity tiblylo 18-19, vid', asi? Tak před tím? Co tě vedlo k tomu pít?**

L: Já bych řekla - sociální skupina a sociální jako ... lidi okolo mě. To bylo takový to "všichni to dělaj, tak proč né já?"

**B: Rozumím.**

L: A myslím si, že mě to i jako zajímalo. Prostě jaký to je. Přišlo mi to normální v té době.

**B: Jasný. A chutnalo ti to?**

L: Asi jo. V té době určitě. A to jsme fakt jako třeba mixovali, jeli jsme tvrdý panáky a takhle. V té době.

**B: (humorně) A kocovinky žádný.**

L: Jako asi jo, ale nijak hrozný.

**B: A jak často jsi před tvým obdobím abstinence pila, někam chodila?**

L: Dala jsem si klidně sklenku vína 2-3x do týdne večer po práci, případně v divadle nebo s kamarády v hospodě. Ale to ne tak často, třeba 1x do měsíce.

**B: Rozumím. A kdy ty ses teda vlastně rozhodla, že přestaneš pít? Nebo jak ses k tomu dostala?**

L: Já jsem se rozhodla minulý rok někdy v květnu. To mohla být polovina května tak nějak. Možná bych ti našla i nějaký datum úplně přesný. Protože přesně... Já teda už dlouho jsem nedělala to, že bych právě mixovala alkohol a tak... Že když už, tak jsem si dala třeba víno a to si myslím, že jako docela tak jako skleničku jsme si dala. Jo, že to nebylo takový, že bych se úplně opíjela, ale vlastně okolo té půlky května minulý rok jsme nějak pili trochu víc toho vína a pak mi taky nějak prostě nebylo dobře. A začala jsem přemýšlet... tak jak lidi často říkaj, když se jako opijou a pak je jim blbě, že už nebudou pít, tak já jsem to tak úplně nikdy neměla jako, ale vlastně jsem o tom začala přemýšlet i s tím ohledem, že jsem poměrně hodně vytížená, zároveň ta práce mě baví a zároveň si jako nechci ten svůj volnej čas, kterej mám prostě určenej pro sebe a pro lidi, a kterej si chci užít, nechci trávit tím, že se budu prostě léčit z kocoviny, nebo budu řešit, že jsem opilá, nebo prostě něco. To nechci. Že to není o tom, že by mně to nechutnalo, ale jde o to, že ten čas chci jako využít jinak a tak si myslím, že přišlo to rozhodnutí, a proto je asi tak silný, že prostě nemám vůbec potřebu to měnit.

**B: To je super. A ty sis nastavila třeba nějaký pravidlo, že vůbec nebudeš pít nebo to máš tak, že když jsou narozky, nějaký přípitky, tak to si dáš?**

L: Mmm. Já si dám, když mám chuť, tak si dám třeba jenom Radlera, tak jednou za 3 měsíce. A to ještě ke všemu nealko a ani ne úplně víc. Tak jako 1-2 plechovky, protože to mi připadá víc jako limonádka. Pak už mi to stejně vadí, když je toho víc. Takže to jsme si tak nastavila. Ale ty přípitky a tohle všechno dělám nealkem.

**B: Jo?**



L: Hm. Mám to nastavený tak, že prostě víno šampus, aperitivy, něco takového...

**B: Jojo. A co na to říkaj lidi, když si s někým ťukáš nějakým nealkem třeba?**

L: Mají 2 otázky: Jseš těhotná? Jseš nemocná?

**B: Hm.**

L: To je jako první, co lidi samozřejmě napadne.

**B: Ano.**

L: To jim úplně nezalívám, tam asi to tak je. Ale je to občas poměrně otravný (směje se.)

**B: A co jim na to říkáš?**

L: Já jim na to říkám, že ani jendo, ani druhý, že jsem se rozhodla a prostě nepiju.

**B: A respektujou to, nebo ještě rejou a ...?**

L: Jak kdo. Většina lidí to respektuje, tak asi 60 % to dál neokomentuje, prostě to vezme. Dalšíh 30 % se na to stačí... na to udělá ještě nějaké vtipy. Jakože... Nevím, teďka si nevybavím, ale ještě se k tomu třeba vrací, jakože né hned, ale třeba postupně...

**B: To jsou takový ty rejpavý poznámky?**

L: To jsou takový ty rejpavý poznámky no. Aaa. A 10 % už většinou, když už jsou ty lidi opilý a snažej se mi něco vnutit. „To je jenom stříček, to není víno.“ To mě prudí teda! To už docházím. To už je moment, kdy jako - ne.

**B: A v jakých kruzích se ti to třeba děje? To jsou třeba furt kamarádi, nebo jsou to třeba nový lidi, který neznáš? Nebo je tam rozdíl v reakcích? U těch lidí, který znáš, který znáš míň.**

L: Mmmm.

**B: Jestli sis třeba nějakýho všimla?**

L: Myslím si, že lidi, co jsou mi nejbližší jsou takový nejvíc respektující. Ty jako kamarádi. Větší rozdíl je potom, když jsou opilý. Já se potom nepohybuju v těch kruzích, kde by mě potom do toho všichni nějak nutili. Ale eeeh, potom když už jsou opilejší, tak je rozdíl v těch reakcích. Nebo případně, když mě neznaj. Když je to třeba kamarád, kterýho někdo dovede nebo je

třeba nějakej známej. Ale spíš se, říkám, spíš se setkávám s tím, že to vezmou a spíš je zajímavá proč.

**B: A ty teda říkáš, že ses rozhodla a už to víc nekomentuješ? Nebo to ještě nějak vysvětluješ?**

L: Jenom, když se zeptaj.

**B: Hm. Hm. Super. Nooo. Jo! Změnil se nějak tvůj život - obecně - vod doby, co jsi v tom květnu třeba přestala pít alkohol? A jestli se nějak změnil, jestli si vybavuješ jak?**

L: Já si myslím, že se nezměnil v tom, co bych jako dělala, ale myslím si, že se změnil v tom, že fakt nemám čas. Že ten alkohol je časožrout. Nemám takovej ten pocit, že by mi to ubíralo něco, co chci použít na ten čas, kterej chci použít a něco jinýho. Aaa. Tak si myslím, že mi to pomáhá i víc relaxovat. Že to je pro mě jako pořád výzva v tom celým vytížení, fakt jako vypnout. A učím se právě... z toho alkohol jsem se poměrně dobře naučila, si myslím, tady tohleto. Že fakt mám ten čas na sebe a dělám a to, co chci a můžu, protože nejsem limitovaná nějakým alkoholem. Já si myslím, že by to pro mě bylo, já tím vytížením, nemám úplně záklopku. Víš, že jsme před tím i pila a vlastně jsem si neuvědomovala, kolik jsem toho vypila a ani jsme se nechtěla opít nebo něco, a tak se to stalo, tak teďka to vlastně vůbec neřeším. Že mi to nebere kapacitu, kterou můžu věnovat něčemu jinýmu.

**B: Jo. Super. A to je tedy tvůj nejosobnější aspekt, jak se to změnilo u tebe. A teďko třeba v tom sociálním okolí... Za ten poslední rok, jestli fakt vídáš ty úplně stejny lidi, co jsi vídala před 2 rokama, nebo jestli se trošku ty kruhy ještě nějak vyměnily? Může se stát, že už nechodíš na ty místa, kde se tě furt někdo jako ptá: „A proč, a proč a proč?“ Jestli tam vidíš nějakou změnu?**

L: Přemejšlím. U mě je to ještě trochu složitější v tom, že jsem před 2 rokama pracovala jinde.

**B: Hm. To taky hraje roli.**

L: Jo, jako s těma bývalýma kolegama, se kterýma jsem pracovala před 2 rokama se vlastně nevidám. Oni choděj do hospody nějak pravidelně. A myslím si, že to není tím, že bych s něma nechtěla jít do té hospody, ale mám prioritu někde jinde. Není pro mě prioritní se s nima vidět. Mně to často nevychází z termínovejch důvodů. A jinak si myslím, že ty komunity

se mi dost ustálily. Že se držej. My už jsme byli s těma klubákama poměrně hodně v kontaktu, chodili jsme na ten fotbal, a to se pořád drží jako. Na fotbale si nedám pivo, ale dám si Birell.

**B: A tam si zvykli, nebo se tě nikdy neptali?**

L: Tam už si zvykli. Tam se zeptali jednou. Tak oni si daj pivo a ví, že já si nedám. A hlavně oni se prolínaj zrovna tydle dvě komunity. Takže tam věděj. A v tom klubu T. Pratchetta zase není normální, že by lidi chodili na sraz do hospody a pili. Takže když máme třeba odpolední sraz, tak tam lidi úplně nepijou běžně. Jako jo, ty večerní srazy, tam si třeba daj, ale taky ne úplně všichni... Že to není tak... že...

**B: Že tam nevyčníváš úplně.**

L: Jo, že to není nic divnýho vlastně.

**B: Jo. Super. A když teda jdeš na nějaký místo, kde se alkohol podává, jak to na tebe působí?**

L: Je mi to víceméně jedno, do chvíle, než jsou lidi opilí. (Směje se). Pak už mě to tolik nebaví. Jako opilí, když jsou v náladě, je sranda, tak jo, tak je mi to jedno celkem. A vlastně nemám ani nutkání, že by mě to dráždilo, že bych si dala skleničku. Asi tím, že to moje rozhodnutí bylo takový, jaký bylo. Mně to prostě nevadí. A ve chvíli, kdy lidi začínaj bejt jako hodně opilí a je to otravný, tak se seberu a jdu domů.

**B: Hm hm.**

L: Ale to se stává spíš výjimečně.

**B: Mě budou ještě zajímat nějaký tvoje přesvědčení. Něco už jsem z toho pochopila, ještě se tě na to zeptám.**

L: Hm.

**B: Jak se obecně díváš na lidi, kteří pijou alkohol?**

L: Myslím si, že je to každého volba. Zároveň jako jsem proto, aby lidi nad tím víc jako přemýšleli. Vlastně... věděli, proč pijou ... a... Jako vadí mi, když pijou hodně a pravidelně. To, to mi vadí, protože jednak mně je to nepříjemný a jednak si myslím, že jako pro ty lidi to není zdravý. A když si někdo dá takhle prostě skleničku, pivko, drinčík, tak mně to nevadí. To je asi jako s cigaretama, jo, že když si někdo takhle dá jednou za čas k pivu... fajn, oukej. Je to

součást nějaké kultury, беру to. Ale jako co je moc, to je moc. Takže asi tak. Jakože kdybych asi měla ve svém kruhu někoho, kdo hodně pravidelně jako pije, tak bych se asi snažila s tím něco dělat, aspoň se s ním bavit, proč to dělá a trochu jako pomáhat vlastně zvědomovat to, co je za tím. Jestli je za tím nějaký problém, kterej když se vyřeší, tak už nebude tolik pít, nebo ...

**B: Super. Super. A teďko z druhý strany. Myslíš si, anebo dokonce vnímáš, že lidi, kteří pijou jakoby mají nějaký specifický náhled na tebe? A teď ještě asi bude rozdíl - přesně, lidi, kteří přijdou do toho prostředí a ty je úplně neznáš, protože je to kamarád kamaráda. A pak jsou to lidi, který ... to jádro lidí, se kterýma se víc bavíš. Tak jestli tam si uvědomuješ něco takovýho? Nebo se domníváš, že tam něco takovýho je?**

L: Myslím si, že většina to tak nějak bere, přijímá. Oni se třeba akorát ujistěj, jestli to pořád ještě trvá. Nebo se zeptaj, jestli to mám nějak ohraničený. Rok a pak zase začnu. Ale víceméně si myslím, že to berou, ty lidi, který jsou v těch mých kruzích nejbližších. Myslím si, že už i rodina to pochopili a tak.

**B: Doma ti furt podstrkovali, jo?**

L: Oni doma jsou zvyklý. Slavie vyhraje a daj si prostě panáka a tak. Tak na začátku to pro ně bylo takový "wow". Že - co? Co se děje? Protože je to Morava. Tam je to normální. Je to jiná norma. Ale myslím si, že to pochopili, že to vzali.

**B: Takže už ti to nepodstrkují jo?**

L: Takže už mi to nepodstrkují, přesně tak.

[Teď cca 2 min rozhovor o zaskočeném soustu.]

**B: Noo. Tak se tě lidi ptají, jestli rok a začneš znova zase pít. Jak ty si myslíš, jak ty to vidíš to svoje nepít z dlouhodobého hlediska? Co za rok? Co si myslíš, že bude?**

L: Já upřímně doufám, že za rok budu těhotná. Ale i kdybych neměla nějaký mateřský plány, tak já to nemám terminovaný.

**B: Jo, jo, jo.**

L: Já jsem přestala pít z nějakýho důvodu a ten se nemění. Ve chvíli, kdy se změní, tak je možný, že se něco změní, ale nemám to tak jakože bych si řekla, že si dám challenge a dám si rok a nic. Není to tak. Prostě je to přesvědčení.

**B: Supr.**

**B: Mmm! Taková důležitá otázka! Jaký vidíš u tebe konkrétně pozitiva abstinence? Jestli nějaký vidíš teda.**

L: Pozitiva? No strašně moc!

**B: No. Povídej!**

L: Právě, nemusím řešit ten čas. Nemusím řešit to, že už bych si neměla dávat další skleničku, nemusím řešit, že mi je blbě z nějaké kocoviny. Myslím, že se cítím i jako zdravější celkově. Že je to takovej detox. Vlastně mi přijde, že jsem prostě tyhle věci všechny přestala řešit. Že to mám v sobě vyřešený a mám kapacitu na jiný věci, který jsou pro mě důležitější. A hlavně si myslím, že ten největší dopad je ten čas. Že to fakt ... ta energie.

**B: Jakože ... kterou pak máš následkem...?**

L: Hm, hm.

**B: Jasně.**

L: Protože nemám potřebu někde pařit do rána, a tudíž se prostě v klidu vyspím a dělám potom, co chci. Myslím si, že kdybych pila teďka, tak jsem na tom hodně špatně. Teď hodně pracuju a musela bych některý aktivity úplně opustit, si myslím. Protože bych na to prostě neměla kapacitu, ale tím, že nepiju a některý tydle věci řešit nemusím a nějaký jako přemýšlení o tom: „ježiš marja já potřebuju víno, tohle už se nedá...“ to prostě nemám. Tady tydlety choutky mě úplně opustily. Takže je to vlastně takový jednodušší (směje se).

**B: A bylo to vlastně všechno jednodušší takhle od začátku, od toho května, nebo...?**

L: Jo, hm jo. Bylo to hned od začátku. To rozhodnutí bylo natolik silný, že mi to od začátku nedělalo problém.

**B: A když to má taková pozitiva, má to i nějaký negativa ta abstinence?**

L: (přemýšlí) Kromě toho, že furt musím odpovídat, jestli nejsem těhotná... Ne jakože, asi mě jako nenapadá, kromě toho, že fakt jako lidi občas tak jako koukaj...

**B: Dobře.**

L: Ptají se. Jinak ne.

**B: Tak jo, super, děkuju. A ještě se zeptám, ty bydlíš s přítelem, žejo? Sami 2 bydlíte?**

L: Sami 2. Už 8 let jsme spolu.

**B: Kolik, že ti to je?**

L: 30!

**B: Máš nějaký sourozence?**

L: Mám dva bratry - dvojčata. Je jim 23. A vídáme se.

**B: Oni žijou tady?**

L: Oni žijou tady, v bytě, který jsme pro ten současný opustili. Jsou v Praze. Rodiče jsou na Moravě, ale bráchové tady. Oba tady maj práci.

**B: A kluci normálně pijou, nejsou abstinenti?**

L: Nejsou abstinenti.

**B: A pijou třeba často nebo nějak jako málo?**

L: Jsou pivaři. Občas se s kamarádama opijou, to chlastaj.

**J: Jo, dobře, tak super. Poslední 3 otázky. Jedna je taková obecná - jestli tě k tomu napadá něco, co jsi třeba chtěla říct, nebo na co jsme se nezeptala, nebo co by mělo být upřesněno, nějaký doplnění, jestli tě napadá?**

L: (chvíli přemýšlí) Možná mě napadá doplnění mojí story s tím stříkem (směje se). Že to bylo tak, že my jsme byli v prostředí, kde se běžně pije, nebo prostě... všichni ostatní tam pili. A jak kdyby majitel toho místa hostí, to je ještě ta Morava, tak byl na prášky z toho, že prostě mi nemůže nabídnout to víno, jo. Tak zkoušel, zkoušel a ten teda fakt ryl jako celej večer. A pak právě, že stříček, že to není víno... Ale vedle mě seděl kamarád, blízký kamarád a vzal svojí vodu a ten střík a vyměnil to. Že vlastně ještě mi jako pomohl.

**B: To je hezký.**

L: Že zároveň v té mojí komunitě... Je to vlastně takový reprezentativní, jak tady ten pán, co nás hostil, tak nás vlastně jako moc nezná a ehm, na té Moravě vlastně jako pak chtěl jako

hostit, něco a.. Nechápal, že mně to vlastně vadí. A ještě prostě přišel tady s tím stříkem. A ten kamarád z těch mých kruhů mě naopak podpořil v tom... „Prosímte tady já vypiju, tady máš vodu.“

**B: To je dobrý.**

**B: A vzkazová část. Poslední 2 otázky. Vzkázala bys něco lidem, a co bys vzkázala, co pijou alkohol?**

L: Přemýšlí: Hmmm

**B Můžeš promlouvat do duše, skrz mojí práci teďko (směju se).**

L: Oooh! No to je zodpovědnost!

**B: No je.**

(Smějeme se)

L: Hmmm. Co bych jim vzkázala? Asi aby o tom přemýšleli, aby pili zodpovědně a přemýšleli o těch dopadech, který to na ně má... a na jejich okolí. A aby byli tolerantní k nám abstinentům.

**B: Jo, jo, jo. To je hezký. No a vzkázala bys něco dobrovolným abstinentům?**

L: Hmm. Ať si vydržej u těch svých hodnot, jakože, ať si jdou za tím, proč to dělaj vlastně... Asi... Asi tak.

**B: Hm. Dobře! Tak moc děkuju!**

## Petra, 29

**B: My se už známe, Péťo, ale tak mi pověz, co děláš ve svém běžném dnu?**

P: Pracuji a učím.

**B: Učíš. Učíš děti?**

P: Během pracovního týdne pracuji jako učitelka na ZŠ. Potom ve svém volném čase, jako začínající učitelka také pracuji, na přípravách na svojí práci. Přes týden nic moc, o víkendu mám sobotu takovou volnější, to buď někde chodím, nebo se dospávám a v neděli už opět pracuji.

**B: A teda když už máš asi málo volného času, máš nějaké záliby, které praktikuješ?**

P: Ráda čtu, když můžu, zahraju si na klavír. Když můžu a je léto, chodím ven hrát tenis nebo jezdit na kole. Do kina, do divadla.

**B: A s kým chodíš třeba do kina a do divadla?**

P: S kamarádkami.

**B: Dobře. A co ... kde bydlíš, s kým bydlíš, pověz mi něco o tvém zázemí.**

P: Tak trvalé bydliště je ve Frýdku Místku, přechodné bydliště tady v Praze kvůli práci. Bydlím ve spolubydlení vlastně. Kde bydlíme 3 prakticky neznámé osoby ze začátku. Co bylo dál v té otázce?

**B: No, no, takhle jsi to zodpověděla krásně.**

**B: Máš nějaký sourozence?**

P: Mám jednu sestru.

**B: A s tou se vídáš, nevídáš?**

P: Eee, teď se nevidám, ale normálně se s ní vídám docela pravidelně.

**B: Hm, hm. Takže máte nějaký poměrně úzký vztah?**

P: Ano.



**B: Ok. A když už se vrhneme na to naše téma, jaký je třeba postoj k alkoholu ve vaší rodině? Co ségra na to, co rodiče. Pijou, nepijou? Jak vlastně užíváte alkohol u vás v rodině?**

P: Pijou. Všichni.

**B: Pijou všichni! Tak vy jste z Moravy, žejo. (smích) Tak to asi není úplně jednoduchý. A ty piješ taky takhle hodně jako oni nebo ne?**

P: Ne.

**B: Nepiješ. Dobře, tak se vrhneme na první část, a to jsou zkušenosti s alkoholem.**

**B: Co se ti vybaví, když se řekne alkohol? Úplně první věc.**

P: (ticho)

P: To bych neměla asi tak dlouho přemýšlet, ne? Hm, tak když se řekne alkohol, většinou: blbě.

**B: Blbě? Hmm, chtěla bys to nějak rozvést?**

P: No, moc mi alkohol neseď. Trávení a podobně.

**B: Rozumím, takže z toho chápu, že jsi už nějaký alkohol někdy ochutnala, je to tak? Pamatuješ si kdy to bylo poprvý?**

P: Pamatuju. Neřeknu přesně věk, byla jsem nezletilá. Asi jsem chodila na ZŠ a bylo to v létě u bratra od mé babičky. Který nám, sestře a sestřence, do malých štamprlí nalil Malibu. My jsme si toho cucly řekly jsme „fuj“ a utekly jsme na zahradu si hrát.

**B: A proč nalejval, nebo jak to vzniklo? Jen tak?**

P: Jen tak. Tak tam do těch dětí každý zkouší, to je takové sladké pití, tak ať něco zkusíme. To je taky taková recese, že strejček je srandista.

**B: Jasně. Takže ti to úplně nezachutnalo...**

P: No v tom věku, myslím, že nám to úplně nezachutnalo. Babička byla potom trochu cinklá. Jak to po nás třech dojela.

**B: A pamatuješ si třeba, kdy ti alkohol začal chutnat? Aspoň něco? Třeba to Malibu? Jestli se to změnilo?**

P: Spíš až tak možná na výšce něco. Ale celkově, musím říct, že mi alkohol zas nějak vyloženě nechutná. Spíš mám jiné pití, co mi jako chutná. Ale, že bych mohla jako, že mi to samo o sobě chutná, to těžko říct.

**B: A opila ses někdy?**

P: Bohužel ano.

**B: (smích obě) A jaký to bylo? A jaký byl ten stav potom, jestli nějaký byl?**

P: No, 5 hodin si nepamatuju. Pak mi bylo blbě. Trapně. Protože ostatní si to pamatovali a našli mě omdletou ve zvratkách na záchodě a zamknutou. Takže málem skoro mrtvou. A celý den jsem se třásla jak ratlík, bylo mi hodně špatně a klepala jsem se prakticky ještě celý týden a následující 2 měsíce, kdykoli jsem viděla jenom pivo, tak jsem se taky klepala.

**B: Tomu rozumím. A kolik ti bylo? Jaká to byla akce?**

P: Čtyřicátiny od přítele mé sestřenice a bylo mi 25.

**B: 25, hm.**

P: 24,25.

**B: A teď ti je?**

P: 29

**B: Tak, no a ty ses rozhodla, teda asi trochu, jsme tady proto, přestat pít alkohol, nebo né v takové míře. Co tě k tomu vedlo?**

P: No. Zjištění, že už to tolik jako nezvládám. Další zjištění, že jak všichni jako mají rádi pít jednu skleničku za druhou, tak že mi vážně jako stačí, když už tedy něco piju, ta jedna sklenička. Další věc, že jsem obézní, takže v rámci výběru věcí, které tomu škodí, jsem se rozhodla, že se spíš vzdám alkoholu, než čokolády. Potom, že na mně je to hned vidět, když se napiju. Souvisí to i s obezitou. Hned zčervenám, začnu se potit, hend to vycítím.

**B: A myslíš si, že to pozoruje i okolí? Nebo je to spíš tvůj dojem?**

P: (pauza). Myslím, že to. No. Záleží, kde sedíš. Myslím, že vidět to jde. Nikdo mi nikdy nic neříkal, ale ...

**B: Hm, hm. Jo. A ještě trošku z jiného soudku. Už jsme slyšely tvůj negativní zážitek s alkoholem. Máš nějaký pozitivní zážitek s alkoholem ještě třeba?**

P: (pauza). (Tiše:) Pozitivní?

**B: Můžeš a nemusíš mít.**

P: Nevím, jestli je to zrovna pozitivní. Pro mě jo, i když jsem byla cinklá a zpcená, lehce jako, tak mě balil číšník na sestřině svatbě. On to chudák potom přehnal a nedopadl dobře. A pozitivní spíš, co si pamatuju, spíš ostatní. Že se třeba opili víc a dělali blbiny.

**B: A Ty jsi v tu chvíli, kdy oni byli víc opilí, taky pila? Nebo..?**

P: Jo

**B: Takže ti přišli oni vlastně jako vtipní...?**

P: Oni byli vtipný. Já jsem byla, ale ne tak moc jako oni.

**B: Dobře. Tak ale když porovnáš nějaké tohle období toho, kdy jsi pila, nějak „normálně“ na tý vejšce a období toho, kdy teď piješ míň nebo vůbec – změnil se nějak tvůj společenský život?**

P: (pauza) Ne.

**B: Takže chodíš třeba na stejné akce? Typově.**

P: Chodím na stejný, spíš ve stylu... Víc jsou ostatní lidé vůči mně otravní, proč si nedám a podobně. Ale jinak chodím na stejná místa, jdu si sednout do hospody, jdu si sednout do restaurace a většinou nemám chuť, takže si dám holt něco jiného.

**B: A chodíš pořád se stejnými lidma na tahle místa?**

P: (Přikyvuje)

**B: Jasně.**

P: Trošku více teď přihrávalo, že hodně kamarádek teď bylo těhotných a podobně, takže nebylo jako...

**B: Hm hm. A když se tě někdo ptá, nebo ti nalévá, proč nechceš, co odpovídáš na otázky: „Proč nepiješ? A my ti nalijem.“?**

P: Prostě jednoduše, že nechci, a zamračím se. Nebo, že nemám chuť. Taky mě pálívá žába, to jsem měla zmínit. Což je taky jeden z důvodů, co řeknu.

**B: A respektují to?**

P: A respektují to... jak kdy. Někdy jako ze začátku ano, a jak se třeba večer rozjíždí, tak prostě ne. A máme v rodině pár členů, kterým řekneš 10x, že si nedáš ani 1 skleničku vína a stejně ji dostaneš před sebe postavenou.

**B: No a co potom děláš?**

P: (nadechuje se) Vypiju ji... Protože pak se na tebe dívá, že to byla drahá věc a že jsi zcela nenormální. Ale trvá to docela pár hodin, než to člověk vypije. A schválně to člověk pocucává, aby aspoň nedostal dolitou další.

**B: Hm, hm. Doma to teda zas tolik nerespektují...?**

P: No doma, v nejbližším příbuzenství ano, ale v tom širším už moc ne. Doma, když se mě otec zeptá, jestli si dám víno, tak už mě nenutí. Přišel na to, že to je škoda skla a podobně.

**B: Dobře. Takže jsme vyrozuměly, že tam, kam chodíš, jak na tyhle akce, tak na akce s kamarády, se alkohol podává. Jak se tam cítíš? Přijde ti to v pohodě? Neruší tě to? Nebo sis víc užila někde, kde se vůbec žádný alkohol nepodává? Je ti to jedno?**

P: Přijde mi to v pohodě. Nemám z toho žádný rušivý pocit. Naopak, někdy jsou někteří lidé i zábavní, jenom když se trošku na tom alkoholu odreagují, že se tím jako více uvolní. A já mám trošku od toho kolapsu komplex, abych to zase nepřehnala, protože není to příjemné, nevědět o sobě x hodin, co člověk dělal.

**B: Hm, hm. Tím jsi mi docela i odpověděla na to, jak nahlížíš na lidi, kteří ten alkohol požívají.**

**B: No a ...**

P: Když je to v dobré míře, tak jako to nevadí ... Eee máme už v partě vytipovaných pár lidí, co jako když začnou, tak to s nimi není moc dobré. S jedním, co potom bývá tulivý to taky není moc dobré.

**(Obě smích)**

**B: Tak to je asi nějaký současný pohled na ty lidi. A třeba v době, kdy jsi pila na té VŠ, měla jsi taky tady ten náhled třeba na opilé lidi, nebo jsi to vůbec nevnímala - a změnil se nějak tvůj názor?**

P: Tak tam je těžký pohled - opilý. Člověk v té době, kdy se šlo někde sednout a dalo se po 2,3 pivách ... tak v té době člověk byl zvyklý na to a nebyl z toho nějak opilý. Byl tak příjemně uvolněnější. Nepřišlo mi to nijak divné, nebo že by mi to vadilo a podobně. Jo, mi potom vadí, a to jsou určité typy, jak potom začnou být třeba agresivní někteří, a takový vlezlý, ale to naštěstí jako nemám.

**B: Jojo, dobře. A všimla sis nějakých pozitivů tý abstinence? Kromě těch, co jsi lehce už zmínila.**

P: No. (Pauza) Finanční pozitivum to nejsou, dneska nealko stojí prakticky více než alko. Což je trošku mínus. Pozitivum - není mi blbě. Druhý den. Nemám žádné žaludeční potíže. Pamatuju si všechno. A jinak další pozitivum asi ne, spíše je to pro ten vlastní pocit, že vím přesně co se dělo.

**B: Hm, dobře. No a nějaký negativum abstinence?**

P: (ticho) No pro mé okolí, když nepiju, tak jsem ale zároveň neřidič. (Smích.)

**B: Aha, aha.**

P: (smích) Takže to je velké negativum samo o sobě.

**B: A jinak pro tebe?**

P: No, než si to člověk někdy domluví s těma lidma, proč zrovna nepiješ, proč nechceš pít. Někteří, co tě jako neznají, když se někdo to, tak jsou víc jako, více do tebe ryjou, proč vlastně ne a podobně. A že to je někdy taková ohraná písnička, že jako co půl hodiny se bavíš o stejné věci. A je to takové dost otravné.

**B: Máš na to nějakou strategii, jak to utnout? Nebo to nefunguje?**

P: Většinou to bývá nějaký jeden jedinec nový v tom. Tak ho holt přestávám poslouchat, ať si myslí, co chce a ať se o mě nestará.

**B: A teda vytrváš v tom svém postoji, neotevřeš si flašku...**

P: (Přikyvuje)

**B: No a domníváš se, že tady v tom svém postoji setrváš, nebo brzy zase začneš hrozně moc pít?**

P: S ohledem na povolání (smích) se divím, že nepiju už od října. Ale, nevím. Po té zdravotní stránce bych spíš chtěla vytrvat, už přeci jenom člověk není nejmladší, už ten alkohol prostě nevstřebává tak, jak když mu bylo 20, než když mu je skoro 30, už na to prostě reaguje jinak, takže když jsou prostě sem tam nějaké větší oslavy, tak neříkám jako ne, ale že bych měla potřebu, jen co přijdu z práce, otevřít si pivo, jen co přijdu do restaurace objednat si ke všemu víno, pivo. To si myslím, že v životě mít nebudu.

**B: Ahm. Takže teda z toho tedy vyrozumívám, že jsou situace, kdy alkohol piješ - nějaké ty velké oslavy, ještě nějaký jiný situace, kdy si dáš? A jak často to je? Kolikrát do roka třeba?**

P: Ne jako vážně, vyloženě nějaký ty oslavy a potom případně, ale to je výjimečně, když člověk jde někde s holkama si sednout a je to vážně výjimečně a od situace. Těžko říct, spíš je to méně než častěji. Tak říkám, je to o tom, že kamarádky jsou teď matky, chodí se častěji do kaváren a podobně. Takže...

**B: Takže... tady ta změna prostředí tomu vlastně nahrává?**

**B: A je něco, co bys doplnila tady k tomu? Co bylo řečeno, něco důležitýho, co jsi neřekla a měla jsi říct, chtěla si říct. Na něco jsem se nezeptala?**

P: Nevím, že je to každého volba.

**B: Tak jo! Já moc děkuji.**



### Bowling bar: Honza, Lucie, Sandra, Jarmila, Dan, Barbora

H: Barčo, proč nemáš pivo?

B: Jaký pivo?

L: Barčo, a ty by jsi hrála bowling?

B: Asi nemusím.

J: Takže je to asi jedno.

S (k někomu): Ty nebudeš hrát ani kulečnick?

H: Já bych si zahrál bowling, ale nemám prachy, takže hrajem kulečnick.

Holky směrem k Barboře, zda to hrála: Co kulečnick?

B: Hele kulečnick taky *hrát* nebudu, ale pokusím se opřít o ten stůl a něco tam pošolíchat.

J: No jasný, aspoň, že to vyzkoušíme!

D: Takže cože?

Holky: Kulečnick, vyndejte prachy!

D: Honzo, vyndej prachy.

H: Já přemejšlím, co bych vám dal do zástavy. Ale mám ho\*\*\*.

[Placení kulečnicku, interakce s personálem, cca 2 min.]

Někdo: Ty dneska nepiješ?

B: Už nějakou dobu nepiju.

J: To je nějaká dieta?

B: Hele ne, prostě se mi nechce.

H: A proč?

S: Ale my půjdem pak na panáka, co budeš dělat?

Holky: Něco si s náma dá!

B: Já si s váma dám vodu, třeba do tý skleničky od panáka.

S: To nebude ono!



B: To ani nepoznáte.

D: (zdvihá pivo) Tak teda bez Barči na zdraví!

H: Přesně. To můžeme všichni souhlasit.

B: (smutně) Tak dík.

H: na Barči zdraví!

L: Na Barči bez Barči.

H: Přesně. Proč bysme si ťukali s někým, kdo nepije?

D: Protože jsme tu společně.

B: Jo! Slyšíš to?

S: Vyhodíme jí od stolu!

L: (napřahuje se a ťuká si s její vodou) Jenom za to, že jsi tady!

S: Že jsi přišla a připojila se, když nás ani skoro neznáš.

[Opět debata o kulečnicku.]

J: Moje teta teďko nepije. Jakože drží půst.

B: Jo. Jako velikonoční?

J: Jako velikonoční. Takže nejí maso a nepije. Myslím si, že je jako hrozně nešťastná.

[Debata vyšuměla a stočila se k Honzovi, který nemá peníze na kulečnick, který v tu chvíli platíme jedné slečně ze skupiny]

L: Každý 25 korun.

S: Honzo!

B: Honzo, jo platíš i za mě.

S: A ten, kdo nepije, platí 30!

[Debata se stáčí zpět k počítání, kdo komu má vrátit a kdo platil, pak již odcházíme hrát.]

**Pivo hledající smysl - Barbora, Petr**

P: Hele proč vlastně dneska nepiješ?

**B: Hele já prostě nepiju.**

P: Hele neblbni, něco si dáš ne?

**B: No, jenom vodu si dám, nebo nějakej džus možná.**

P: Ale tak jako... seš nemocná nebo?

**B: Ne, mně se jen nechce pít.**

P: Ty jseš sračka.

**B: Hmmm.**

P: Oukej, no.

(ticho)

**B: Hele... a to jsou druháci?**

P: Ne, ten nejbliž nás je magistr a já nevím, zbytek jsou druháci, možná třetí. Co já vím.

**B: Třetí to nejsou podle mě.**

P: Jakto?

**B: No protože já tam /naproti u stolu/ znám tu Ondrovu ségru, toho blondáka nakrátko,...**

[Dál už rozhovor mimo téma.]

Sára večírek - Adam, Barbora, Terka, Kuba, Sára

A: Prosecco?

K: Prosčeko...

T: Aperolek

B: To máš ještě jako z druhý strany?

T: Hmmm (ano)

A: Báro, ty nepiješ vůbec!

B: Já nepiju, no.

A: Aaa udělal se ti tam nějaký sliz!

B: To je ta bezinka (smích)

A: (ke Kubovi) Vidiš to?

K: No fakt (smích)

A: To zraje časem tyjo.

B: věřím tomu.

A: Co hledáš?

K: To máš kasu ne? Jsi kasíroval tyjo.

A: A co budu hrát teda? [00:00:36 mezitím paralelně probíhající rozhovor holek o bývalém školním tablu do 00:01:40]

A: To je to Prosecco

T: Tyvoe já vůbec neznám půlku lidí.

S: Neznáš?

[00:01:30] paralelně probíhající rozhovor kluků o svalech a veslování.

S: [00:01:38] No takže fixa je a papírky taky, takže jako stačí dát povel.

T: Tak jdeem.

K: Tak jdem.

N: *Tak jo.*

T: Takže téma? Jídlo nebo co to bylo?

Následuje již rozhovor o hře Čelovka a následně samotná hra Čelovka. Žádné zmínky se už neobjevují.

## Anna - Humří večírek ve Studentském klubu v Celetné

A: Tak co, dáš si něco?

B: No asi si dám vodu hele.

A: A alkoholického k pití?

B: Ne, ne.

A: Jo, tak já asi taky začnu s koly. Kolou.

B: Ok a půjdeš tam ty nebo tam půjdu já?

A: No, můžeš jít první.

A: Tak co, co tam maj?

B: Mají vodu, džus, kolu, víc toho moc nemaj.

A: Ten kluk je lepší než ten před tím, ale víc .... [Následuje cca 3 min rozhovor o kapele a mapování okolí, koho známe.]

A: Tak to minule jsme skončili na Humřím večírku nějak v 11 nebo půl 12 a šli jsme do Vagonu.

B: Jo. Jaký to bylo?

A: Já ten Vagon nemám moc ráda. Tu kulturu.

B: Hele já jsem ve Vagonu nikdy nebyla, ale jak je ta pasáž vedle Vagonu, tak jsem tam měla tréninky, takže jsem chodila vždycky kolem.

A: Jako já jsme taky chodila. To je ten sál nad takovým tím „P“. Ty jsi tam tančila?

B: Jo. Dance Perfect.

A: Jo, já taky.

B: Jo, tam, tam, tam. Přesně. Takže jako vedle Vagonu, ale nikdy jsem nebyla ve Vagonu.

A: Noo..

B: nevím, jaký to tam je, fakt ne. (Smích.)

A: Zajímavé.

B: A s kým jste tam byli?

A: No my jsme šli většina lidí odsad'.

Tam byly určitě: Verča, Šárka, Lenka, ta Slovenka, hodně hodně lidí.

B: A která Šárka? Xxxxxká?

A: A která to je? Jinou Šárku neznám. Je jich hodně asi, ale z těch holek... no, asi.

A: Normálně nepiješ? Nebo jenom dneska? Máš nějakou pauzu?

B: No, já nechci pít, tak nepiju.

A: Aha... A je to vždycky? Nebo

B: Hele jako jo, já prostě nemám potřebu pít, tak nepiju. Né, že bych proti tomu něco měla, ale prostě ne.

A: A když je nějaké... já nevím, tančení? Party? A to? Oslava, co? Nedáš si něco? Koktejl?

B: Hele nedám. Zaprvý ty koktejly moc nemusím. Obecně nepiju, protože prostě nechci. Jo třeba jednou za rok, já nevím, třeba na Silvestra si ťuknu, ale jinak, jinak fakt ne.

A: A narozeniny?

B: Já narozeniny moc neslavím takže... (smích)

B: Já narozeniny moc neslavím, protože si nerada připomínám, že stárnu a když jsou to narozeniny někoho jiného, tak třeba pečů. Tak jsou rádi, že pečů, ale... prostě nepiju.

B: A proč ty dneska piješ tady kolu, žejo?

A: Já si dám pozdějc možná něco. Počkám na atmosféru.

B: Takže podle atmosféry, jo?

A: Podle atmosféry. (Smích)

A: Podle atmosféry. (smích) Podle pocitu.

B: A co musí být za atmosféru, abys pila? Co je pro tebe ta dobrá atmosféra?

A: No Tak spíše, jednou za týden, nebo jednou ... občas. takže třeba teď 2 týdnů jsem vůbec nepila a dneska jsem šla sem s tím pocitem, že budeme s holkama, v klubu, tady bude hudba

a možná si dám skleničku vína. A to je takový.. No já taky nemám moc ráda koktejly nebo panáky, tvrdý alkohol a spíše vždy piju to víno.

B: Takže jako na chuť trošku?

A: Na chuť a to mám jakoby ráda, mám ráda, když to víno je dobré, když je takový suchší nebo s bublinkama (smích). To mám ráda, protože doma s přítelem nepijeme. Jakože, když někdo přijde, když máme večeri nebo pozveme někoho, tak jo, ale když sedíme oba... a jen si něco vaříme, že se budeme dívat na film a to, tak nepijeme doma. Jakoby doma to neděláme.

B: A on je Čech?

A: Ne, Bělorus.

B: Jak spolu mluvíte? Bělorusky?

A: No, rusky. Občas bělorusky, já se snažím taky, ale tu běloruštinu jakoby umím, ale ne moc. Tak s ním občas mluvím bulharsky, protože on se učil bulharštinu, tak já s ním, když mám náladu mluvím bulharsky. (smích)

B: Takový mezikulturní!

A: No. Ale on mi odpovídá občas rusky, protože ... (směje se).

[Dále se rozhovor věnuje jazykům a přechází k jiným tématům.]

Literární kavárna -Denny, Barbora, Kateřina, Petr, Lucie

B: Co jdeš dělat? Jo ty jdeš telefonovat.

L: Hm.

P: Volat. Šikulka.

P: Ahoj Deny, máš hezkou patku.

D: Děkuji, tak snažil jsem se, ale nešlo to...

B: Proto přišel pozdě, žejo (smích)[00:00:36]

D: Pravda, bylo to hodně /není slyšet/

P: Je to vidět.

D: Je no.

P: Já dneska jsem jenom nastavil vlasy do větru a to jak to vzniklo, jsem to nechal. Krásný, žejo?

B: Jojo

P: Já vím, já jsme nádhernej no. Můj novej výraz.

P: Tyjo to pivo je nějaký divný. Nebo se mi to jenom zdá?

B: Můžu to ochutnat?

P: Ne.

P: Srkni si prosimtě.

P: Deny, musíš se napít, dneska pijou všichni.

D: (ironicky) samozřejmě. Potřebuješ pít denně, víšco, abys přežil.

P: Směje se: to jso vtípky, tyvole tohleto.

P: Příště jdem na kulenčik nebo na fotbálek.

B: Hm, hele byl jsi na začátku na tý.. na začátku roku na tom srazu s děkankou? Na bowlingu?

Tam jsi byl! Tam jsme boxovali do toho, toho.

p: No, jo vidíš, že si mě pamatuješ!



D: Děkanka organizovala nějaký...?

P+B: Jo, No

P: No a bylo to fajn, měl jsi přijít.

D: Mě nepozvala.

P: Jo ty už nejsi vlastně na naší škole elitní humanistický.

D: Elitní

P: Je to pořád Karlovka, má to tu nálepku.

D: To je fakt.

B: To taky nevím jestli je úplně výhoda někdy.

D: Takže ty říkáš, že jsi studoval na Univerzitě Karlově a nijak jako...

P: A potom takhle jenom pod dechem: FHS (tíše)

[Rozhovor o FHS jménu cca 1 min.]

D: Mám si kdyžtak jít objednat nebo sem přijde?

P: No přišel sem, ale nevím jestli kvůli tobě přijde.

D: Přijde, určitě.

P: Nás bylo víc.

Servírka:

D: Džbánek vody si vezmu. Děkuju:

D: Co?

K: Sis objednal vodu?

P: Nechceš si sednout někam jinam? Třeba ke koním? Táhle, tam jsou přivázaný.

D: Člověk musí přeci zůstat hydratovanej.

P: Ty jsi vostuda tyvole. No od toho je pivko! To ti dodaj kvasnice.

D: No ne, právě čím víc piješ piva, tím víc budeš dehydrovanej.

P: Tak chodíš víc čůrat. Ale mezitím co vypiješ pivo a vyčůráš se tak budeš dehy... tak budeš hydratovanej.

D: A pak se.. zejtra ráno...

P: Ne, musíš nonstop pít pivo! Abys nebyl nikdy dehydratovanej.

D: (hraje s ním tuhle hru) Já nevím, já si myslím, že člověk může žít bez piva, když se fakt jako bude nažít.

P: Dáš si potom pivo, vid'? Nebo máš jenom žízeň? Proč si nedáváš?

B: Dyť si dal. Vodu!

P: Jděte do... Nepodporuj ho!

D: Vidíš? Takovou podporu potřebuju.

B: Dyť na tom není nic špatnýho.

K: Petře, xxx se trošku. (ve smyslu uхни, asi nohy pod stolem?)

P: Jo promiň.

P: Barčo, ty znáš nějakej hezkej podnik. Útulnej?

B: Jakoo.. Ty na mě tak koukáš! (smích)

P: Jako hospody a bary v televizi prostě, kde je jen lehké osvětlení, stará rustikální atmosféra. Šipky. Kulečník.

B: Potřebuješ použít ty balonky, vid'?

P: smích: Neee. Já mám ten svůj vysněnej podnik, na kterej jsem ještě nenarazil.

B: Tak začneme chodit na každý sraz někam jinam a najdeme.

P: To by se mi líbilo, kurva. A né: Jdeme do Popáče. Na pár hodin vole. (komickým hláskem)

B: Já jsem ráda, že taky někdo nerad chodí do Popáče, smích.

P: No on je tady jen jeden takovej skřítek, kterej tam rád chodí.

D: Chci vodu, tak jsem si dal vodu.

B: Já jsem totiž dneska Luce psala, že do Popo asi nepudu. (směju se)

P: Tak to jsem rád. To je jedinej důvod proč tam nejsme asi.

[00:04:17] D. Možná potom. Ale člověk musí začít úplně hydratovanej.

P: (plácá mě po rameni) Tebe pořád bolí to ramínko? (Mám ho zalepené obrovskou náplastí čínské medicíny.)

B: Nene. Ale jakoby já tam totiž neslyším, co já říkám, neslyším lidi, jestli něco říkaj.

P: Já taky blbě slyším, to je normální.

B: Ale ne. V tom Popáči je to úplně extrém.

P: Směje se a otáčí se na druhou stranu, kde je D.

D: Prošels vlastně v pohodě? (směrem k Petrovi) O tebe jsem měl největší starost.

P: Proč?

D: Protože jseš jedinej chlap.

P: Hmm, dívky jsou přirozeně retardovaný na to takhle, na ty humanitní vědy.

B: Cože, cože? (směju se)

P: Že jste nastavený takhle na ty humanitní vědy. Přirozeně.

B: ty jsi teda... Gender odborník!

P: Gentleman.

L: Petr dělal OJAK i Historii.

B: Hezky pěkně. Co máš z historie?

P: Skoro dvojku.

B: (tleskám)

D: Ty jsi podváděl vid?

P: No podváděl jsem. Hele ty první dva testy jsem psal vopravdu slušně, tak jak jsem zvyklej, normálně. Že jsem uměl hovno. A na ten třetí jsem podvedl kantory i sebe. Učil jsem se normálně. To je nezvyk jak svině. Ty informace, hele, to je zvláštní koncept, jsme uložil do hlavy tím, že každej den sem kousek jich přečet a oni tam zůstaly. A pak jsem je využil. Proč to nedělá víc lidí? To mě dycky zajímalo.

D: Já si myslím, že jsi nechal prázdný test a na roh jsi napsal: „Mám tvoji kočku.“

*Smějeme se*

[debata o Úvodu do historie cca 2 min]

P: Můžu jenom čuchnout?

B: Jo. Můžeš to i ochutnat.

P: Néé. Já no. Přesně. Já víno nesnáším. Portský jakžtakš toleruju, ale víno nemusím. Ono je kyselý hrozně se mi zdá.

B: Todle?

P: Všechny vína. Já jsme si i zvykal na pivo hrozně dlouho. Tak prostě se to budu muset naučit.

B: Hele já jsem se pivo taky dlouho... jako pivo piju tak 2 roky.

P: A víno piješ jen tak? Od začátku?

B: Hm hm (ano). Jo. (smích)

P: Co blbneš? (směrem ke Kačce)

K: [Následuje rozhovor s Kateřinou o večírku se spolubydlícím - až do konce nahrávky]