

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA
KATEDRA PSYCHOSOCIÁLNÍCH STUDIÍ

MAGISTERSKÁ PRÁCE

**VLIV KONZUMNÍ SPOLEČNOSTI
NA EMOČNÍ DEPRIVACI A SEBEVĚDOMÍ
ADOLESCENTNÍCH DÍVEK**

(Consumer Society and its Influence on Emotional Deprivation
and Self-Confidence of Adolescent Girls)

VEDOUCÍ PRÁCE:
PhDr. ThDr. Václav Mitáš, ThD

AUTOR:
Lenka Chourová

Praha 2010

Předem této práce bych chtěla vyjádřit své díky panu doktoru Mitášovi za jeho trpělivé vedení při psaní této magisterské práce.

Zároveň bych chtěla poděkovat svým rodičům za jejich dlouholetou podporu mého studia. Uvědomila jsem si, kolik lásky a trpělivosti jsem dříve se samozřejmostí přijímala, ačkoli to v současné společnosti samozřejmé není.

Prohlašuji, že tuto magisterskou práci jsem zpracovala samostatně a výhradně s použitím pramenů v práci uvedených.

Lenka Chourová
V Teplicích, dne 5.4.2010

Anotace

Diplomová práce nazvaná „Vliv konzumní společnosti na emoční deprivaci a sebevědomí adolescentních dívek“ se zabývá dospíváním dívek v současné společnosti a zejména problematickými psychosociálními aspekty tohoto působení. Disertace je strukturovaná jako analýza jednotlivých fenoménů a následně jejich vzájemného působení a interakce. Současná euroamerická společnost je charakterizována jako společnost konzumní, s mnoha specifickými rysy a důsledky, mezi které patří odcizení člověka, rozklad tradiční rodiny a přijetí povrchních konzumních ideálů, včetně komerčního ideálu krásy. Dospívání analyzujeme zejména jako období překotných změn a otřesů, které mohou pro dívky znamenat až neúnosnou míru zátěže a stresu. Zevrubně se zabýváme jednotlivými aspekty duševního, fyzického i sociálního dospívání s ohledem na možné rizikové faktory a jejich negativní působení, stejně jako socializaci a hlavními faktory, které ji ovlivňují. Hlavním problému, které se mohou při dospívání v konzumní společnosti objevit, je věnována samostatná kapitola, ve které se zaměřujeme zejména na poruchy příjmu potravy, sebepoškozování, delikvenci a zneužívání alkoholu a drog.

Annotation

The diploma thesis entitled „Consumer Society and its Influence on Emotional Deprivation and Self-Confidence of Adolescent Girls“ pays attention to the adolescence of girls in present society and particularly to problematic psychosocial aspects of such an influence. My dissertation is structured as an analysis of particular phenomena and consequently their mutual influence and interaction. Present Euroamerican society is characterised as a consumer society with many specific signs and results including alienation of man, disintegration of traditional family and acceptance of shallow consumer ideals including a commercial ideal of beauty. We analyze adolescence as a period of rapid changes and shakes which may bring even an unbearable measure of burden and stress to adolescent girls. We closely follow particular aspects of spiritual, physical and social adolescence with special attention to possibly dangerous factors and their negative influence as well as socialisation and main factors which affect it. Special chapter is dedicated to the most burning issues which may appear during the

adolescence in consumer society, where we focus on eating disorders, self-mutilation, delinquency and drug and alcohol abuse.

Klíčová slova

Konzumní společnost, dospívání, dospívání dívek, stres, deprivace, sebevědomí, sebehodnocení, poruchy příjmu potravy, sebepoškozování, delikvence, zneužívání drog.

Keywords

Consumer society, adolescence, adolescent girls, stress, deprivation, self-confidence, self- image, eating disorders, self-mutilation, delinquency, drug abuse.

Obsah

1. ÚVOD A ZÁKLADNÍ DEFINICE	8
1.1 Úvod.....	8
1.2 Definice základních pojmů.....	9
2. DOSPÍVÁNÍ	12
2.1 Fyzické proměny v dospívání.....	14
2.1.1 Růstový spurt a změna postavy	14
2.1.2 Nástup druhotných pohlavních znaků	16
2.1.3 Menarché	17
2.2 Psychické proměny v dospívání	19
2.2.1 Rozvoj formálního myšlení.....	19
2.2.2 Emoční prožívání	21
2.2.3 Budování vlastní identity	22
2.2.4 Vnímání sebe sama.....	26
2.3 Sociální proměny v dospívání	29
2.3.1 Proměna referenčního pole	29
2.3.2 První partnerské vztahy.....	32
2.3.3 Změna sociálního statutu.....	34
3. SOCIALIZACE A ZÁKLADNÍ FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ DOSPÍVÁNÍ.....	37
3.1 Rodina	39
3.2 Média	45
3.3 Vrstevnická skupina.....	48
4. KONZUMNÍ SPOLEČNOST A JEJÍ VLIV NA DOSPÍVAJÍCÍ DÍVKY.....	50
4.1 Základní definice a charakteristika konzumní společnosti	50
4.2 Psychosociální charakteristika konzumní společnosti	51
4.3 Geneze konzumní společnosti	53
4.4. Psychosociální působení konzumní společnosti na člověka	55
4.4.1 Konzum a rodina.....	56
4.4.2 Konzum a tělo.....	58
4.4.3 Konzum a masmédia.....	60
4.5 Kultura a kontrakultura a emo jako protest.....	62

5. HLAVNÍ PROBLÉMY DOSPÍVÁNÍ V KONZUMNÍ SPOLEČNOSTI.....	69
5.1 Poruchy příjmu potravy	69
5.1.1 Záchvatovité přejídání.....	70
5.1.2 Mentální anorexie	73
5.1.3 Mentální bulimie	77
5.2 Alkohol, drogy a závislost u dospívajících dívek.....	80
5.3 Delikvence dívek	84
5.4 Sebeпоškozování	86
6. ZÁVĚR	90
SHRNUTÍ.....	92
POUŽITÁ LITERATURA.....	93
PŘÍLOHY.....	97
Příloha č. 1: Nízké sebehodnocení a self-image	98
Příloha č. 2: Emostyl.....	99
Příloha č. 3: „Krása“ anorexie.....	100
Příloha č. 4: Ukázky sebeпоškozování	101
SUMMARY	102

Použité zkratky

BMI – Body Mass Index

MKN-10 – Mezinárodní klasifikace nemocí, 10. revize.

PPP – Poruchy příjmu potravy

1. Úvod a základní definice

1.1 Úvod

Toto téma jsem si zvolila poté, co jsem si přečetla několik knih zaměřených právě na působení konzumní společnosti na člověka (velký vliv na mě měla zejména kniha německého psychologa, filozofa a sociologa Ericha Fromma „Mít nebo být“); a také s ohledem na mé vzdělání, které by mělo znát člověka v plné šíři jeho bytí a rozměrech jak biologických a psychických, ale i spirituálních, sociálních nebo konzumních. Navíc se domnívám, že téma konzumní společnosti a jejího vlivu na nás je v současnosti aktuální a možná stále aktuálnější. A co se týče dospívajících dívek, až příliš aktuální, neboť právě v dospívání má sociální a kulturní vzorec společnosti významný vliv na formující se osobnost mladé dívky ve zdravého a sebevědomého jedince. Tuto specifickou skupinu jsem si vybrala ze dvou důvodů. První z nich je vcelku prostý - a to, že jsem sama žena a vývoj adolescentní dívky jsem si zažila na vlastní kůži. Druhý důvod spočívá v setkáních s dívkami, které si prošly nesnadnou cestou problémového dospívání v konzumní společnosti, absolutní touhou vyhovět povrchním nárokům moderní konzumní společnosti skrze poruchy příjmu potravy a stát se tzv. superwomen.

Budu se věnovat hlavním dopadům konzumní kultury na psychiku dospívajících dívek. Moje pozornost bude zaměřena na jejich vnímání sebe samých v tomto typu společnosti a také na postoje, které vůči této společnosti zaujímají ony samy.

Na úvod definuji některé zásadní pojmy, které budou pro mou práci stěžejní a které budu v textu v tomto vymezení užívat. Dále charakterizuji adolescentní dívky jako specifickou skupinu se svými zvláštnostmi, tak také i konzumní společnost s jejími vlastnostmi. Po základní charakteristice se budu věnovat určitým druhům působení konzumní společnosti na adolescentní dívky a také prostředí, které ovlivňuje jejich emocionální prožívání a vývoj jejich sebevědomí.

Ve své disertaci se pokusím podhalit na jednu stranu nesporné a zřejmé, na druhou stranu stále do jisté míry nejasné působení naší společnosti na utváření nového člověka. Zmíním se také o tom, jak nesnadné je pro mladé dívky tomuto tlaku odolávat a jaké nástrahy mohou číhat za zdánlivě neomezenými nabídkami a možnostmi, které nám hyperkonzumní společnost přináší - byť přináší mnoho výhod a pozitiv, o kterých není pochyb. Konzumní společnost s sebou přinesla mnoho civilizačních vymožeností a znamená nebyvalé rozšíření relativního blahobytu. Ovšem na druhou stranu provází konzumní společnost mnoho nešvarů

a patologií, které musíme zkoumat, kritizovat a pokoušet se jim čelit. Kdyby v současné společnosti chyběla kritika, zmizela by i potřebná společenská sebereflexe, která je pro další konstruktivní vývoj nepostradatelná. Situace velké části dospívajících se komplikuje vzhledem k tomu, jakou společnost jsme připravili pro jejich dospívání a v nich dospívá naše budoucnost. Naše odpovědnost za situaci dospívajících i závislost na nich, to jsou dvě mementa, na která bychom při posuzování tématu vlivu konzumní společnosti na dospívající dívky neměli zapomínat.

1.2 Definice základních pojmů

V této části budeme předběžně definovat nejdůležitější pojmy této disertační práce. Půjde opravdu jen o hrubé pracovní charakteristiky jednotlivých fenoménů, k většině z nichž se budu později zevrubněji vracet. Tyto definice tedy rozhodně nemají sloužit k podání vyčerpávající informace, jejich účelem je zabránit pojmovému nedorozumění a nepochopení, které by mohlo celou disertaci zbavit smyslu.

Základním pojmem je „konzumní společnost.“ Její zevrubné definici a popisu věnuji celou kapitolu, takže zde se omezím na skutečně stručnou, ale výstižnou definici: „typ moderní industriální společnosti, v níž jsou rozhodující sociální funkce určovány spotřebou (konzumem).“¹ Jinými slovy tedy společnost, ve které se podstatná část života točí kolem spotřeby.

Jiným termínem, kterým s konzumní společností velmi úzce souvisí, je konzumní kultura. Není to kultura v úzkém slova smyslu (např. hotdogový balet nebo hamburgerová operetka), ale právě v tom nejširším, jako obecné klima, rámec ve kterém se v našich životech pohybujeme. Kultura je podle slovníku Hartlových „systém informací, které zakládají způsoby, jimiž lidé v určité skupině komunikují se svým soc. okolím a materiálním prostředím; zahrnuje soubory principů, pravidel, mravů a způsobů interakce uvnitř skupiny; kultura je předávána výhradně negeneticky, tedy učením.“² S oficiální kulturou pak jako její relativní protipól souvisí i subkultura jako „kultura uznávanými hodnotami odlišná od kultury dominantní, jíž je ale součástí.“³

V dalším textu se tedy budeme věnovat vlivu této konzumní společnosti na konkrétní skupinu. Tou jsou „adolescentní dívky“ ve smyslu dívek dospívajících. V této souvislosti tedy používám termín adolescentní v jeho širším úzu, jako označení celé fáze dospívání, nikoli

¹ KRAUS, J., PETRÁČKOVÁ, V et al., Akademický slovník cizích slov, s. 420.

² HARTL, P., HARTLOVÁ, H., Psychologický slovník, s. 282.

³ HARTL, P., HARTLOVÁ, H., Psychologický slovník, s. 574.

adolescence v užším slova smyslu, který označuje jednu vývojovou etapu v rámci dospívání. Adolescentními dívkami ve smyslu dospívajících tedy rozumím dívky přibližně od 10-12 let do 20-22 let.⁴

Dalšími termíny, jejichž definice chci v této kapitole předeslat, jsou sebevědomí a emoční deprivace. Tyto dva termíny spolu hluboce souvisejí, vzájemně se ovlivňují a společně závisí na výchově a zrání člověka, na jeho okolí a jeho „zahníždění“ v rodině, společnosti, prostě v jeho životním prostředí. Pro život člověka a jeho zdravý růst má zásadní význam deprivace v oblasti jakýchkoli potřeb, v souvislosti s působením konzumní společnosti na dospívající nás bude zajímat především deprivace emoční. Podle Geistova Psychologického slovníku je deprivace „následek stavů, u nichž člověk nemohl po delší dobu v dostačující míře uspokojit své fyzické a/nebo psychické potřeby, smyslové podněty, sociální kontakty, emoční vazby, mateřskou péči atp.“⁵ Emoční deprivace je v tomto smyslu tedy neuspokojením potřeb člověka po pozitivním kontaktu a vztahu, emočním potvrzení, lásce a přijetí.

S emoční deprivací velice úzce souvisí subtilnější, ale v důsledcích neméně ohrožující tzv. subdeprivace. Subdeprivace je „pojem ražený u nás Z. Matějčkem pro formu deprivace dítěte mírnější, ale zároveň obtížněji zjištělnou; může k ní docházet v rodinách bez nápadné patologie, (...) s vyšší socioekonomickou úrovní, ale s nízkou mírou akceptace dítěte (přehnaná kritičnost), nízkou empatií; v klinickém obrazu subdeprivovaného dítěte nebývají výrazné projevy, ale kumulace drobných odchylek...“⁶ Je to maskovaná deprivace, skrývající se incognito za kulisu normálnosti a běžného fungování, ale o to je rozšířenější a nebezpečnější. Tato forma méně nápadné deprivace také stojí za často zdvihaným obočím, které provází výchovné selhání u dětí „z takové dobré rodiny...“

Deprivace je jednou z hlavních překážek zdravého dospívání. Naopak indikátorem zdravého dospívání je pozitivní vztah člověka k sobě samému. Tím se dostáváme k trojici pojmů, které vypovídají o pohledu člověka sama na sebe, a které budou zásadní i pro zkoumání vlivu konzumní společnosti na dospívající dívky. Prvním z nich je sebevědomí jako „sebedůvěra, vědomí vlastní ceny, kvalit a schopností, provázené vírou v úspěšnost budoucích výkonů (...) stav mysli nebo pocit, který se vyznačuje nepřítomností nejistoty, ostychu nebo rozpaků a je provázený klidnou vírou v sebe a svoje schopnosti, beze stop podceňování nebo nadutosti.“⁷ Se sebevědomím úzce souvisí sebedůvěra, v jejíž definici jsem v psychologickém

⁴ LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., Vývojová psychologie, s. 144.

⁵ GEIST, B., Psychologický slovník, s. 40.

⁶ HARTL, P., HARTLOVÁ, H., Psychologický slovník, s. 574.

⁷ HARTL, P., HARTLOVÁ, H., Psychologický slovník, s. 524.

slovníku našla i velmi výmluvnou zmínku o možnosti sebedůvěru ovlivňovat. Je to „kladný postoj človeka k sobě samému, svým možnostem a výkonnosti; sebedůvěru lze posilovat zadáváním přiměřeně obtížných úkolů, povzbuzováním a pochvalou, naopak snižovat zadáváním příliš obtížných úkolů, přehnaným napomínáním, trestáním, zesměšňováním, nespravedlivým hodnocením.“⁸ Sebevědomí i sebedůvěra tvoří vyšší celek, sebepojetí, poslední ze zásadních psychologických pojmů, které zde definujeme. Sebepečení je „představa o sobě, to, jak jedinec vidí sám sebe; zdůrazněna je poznávací složka, na rozdíl od sebeúcty; má hodnotící a popisnou dimenzi...“⁹

Posledním termínem, který zde budeme definovat, je vliv. Chápu jej v této práci jako přímé či nepřímé působení, které ovšem má prokazatelnou příčinnou souvislost vzhledem k daným následkům.

Tématem této disertační práce je tedy zkoumání vlivu, který má současná společnost u dospívajících dívek na jejich vlastní pohled na sebe sama a jejich sebevědomí, případně jakým způsobem ovlivňuje jejich emoční deprivaci. Je to působení paradoxní. Společnost, která dává okázale najevo svou lásku k dětem, víru ve schopnosti nastupujících generací a jejich důležitost pro zachování rodové a společenské kontinuity, by logicky měla své dorostence maximálně podporovat a vycházet jim vstříc. A nejen dívky by tak měly mít ve svém dospívání plnou péči a podporu; nicméně uvidíme, že skutečnost je mnohem komplikovanější a problematičtější.

⁸ HARTL, P., HARTLOVÁ, H., Psychologický slovník, s. 523.

⁹ HARTL, P., HARTLOVÁ, H., Psychologický slovník, s. 524.

2. Dospívání

Dospívání je pro naše téma zásadním fenoménem, časově ohraničuje pole, které nás v ní bude zajímat především. Neznamená to, že bych nevěděla o zásadním vlivu časného dětství na utváření osobnosti, vždyť dospívajícímu je tento prvotní vklad základním kamenem, na kterém pak méně či více úspěšně staví svou osobnost a dospívání. Ani si nemyslím, že vliv konzumní společnosti na člověka končí s nástupem dospělosti nebo že se výsledky bouřlivých změn v dospívání do dospělosti nepromítají, ba právě naopak; a právě proto je důležité snažit se těmto změnám porozumět. Ale v centru zájmu této práce stojí právě dospívající dívky a jejich dospívání je jednou z jejich základních determinant. V této kapitole se tedy budu věnovat právě dospívání, převratnému a rozporuplnému období, které přináší mnoho radostí, ale minimálně stejně tolik nároků, nejistoty a strachu.

Obecně řečeno je dospívání je v posledku nevyhnutelný proces, který je možné zkomplikovat, zpomalit či dočasně odložit moratoriem, ale nakonec jím prochází každý člověk. (Není pak současný rozvoj infantilnosti - zábavní parky pro dospělé, animované filmy, pozlátková popkultura - symptomem doby, která neumí nebo odmítá dospět?) Je to proces dospívání a zrání člověka v jeho psychosomatické a sociální celistvosti, týká se celého člověka a nemůže být tedy redukováno nebo rozdělováno na dospívání psychické, fyzické a sociální.

Dospívání je dvojnásobně navýsost universální proces, který se jednak týká všech lidí (samozřejmě v závislosti na jejich vrozených možnostech) a jednak celé osobnosti dospívajících. To však neznamená, že by šlo o proces paušální nebo unifikovaný (nebo jinak "jednotný") v tom smyslu, že by dospívání probíhalo u každého stejně, ani v tom smyslu, že by jednotlivé složky osobnosti dospívaly stejnoměrně. Naopak v tomto ohledu je dospívání proces navýsost individuální a nesourodý. Děvčata obecně dospívají dříve než chlapci, jednotlivé části těla rostou bez ohledu na zbytek těla a už vůbec na sebe nečekají jednotlivé fragmenty dospívání tělesného a duševního. Dospívání je tedy proces navýsost individuální, každé dospívání je unikátní proces a každý dospívající je neopakovatelný originál - a případ sám pro sebe. Z toho na jednu stranu vyplývá, že na dospívání nelze nahlížet jako na předem odlitou formu, jejichž přesných tvarů dospíváním nabudeme, nebo jako na přesný a ustálený modus operandi, jak se takový dospělý odlitek vyrábí. Není ovšem ani náhodným nebo nahodilým procesem, který se vymyká všem verifikovatelným zákonitostem či obecně platným principům. Je možné tyto zákonitosti studovat a chápat a je nutné tyto poznatky brát vážně.

Co se týče časového vymezení dospívání a jeho dělení na jednotlivé fáze, můžeme mezi jednotlivými autory najít základní shodu, nicméně dílčí rozdíly zejména při podrobnějším dělení a ohledně významu, který jednotlivým fázím dospívání připisují. Současně znemožňuje jednoznačné vymezení jednotlivých úseků dospívání i velká časová variabilita jejich nástupu dospívání. Není tedy zřejmě možné a ani žádoucí snažit se o všeobecně přijatelnou a platnou definici. Pro tuto práci jsem tedy jako pracovní verzi přejala chronologické dělení dospívání podle autorů Langmeiera a Krejčířové, kteří dospívání vymezují na biologickém základě. Dospívání je na svém počátku ohraničené prvními druhotně pohlavními znaky a na druhé straně plnou biologickou dospělostí. Souběžně s fyzickým dospíváním probíhá řada psychologických změn a změní se i sociální zařazení jedince. Dospívání nastupuje velice variabilně, „zatímco u některých dívek se první sekundární pohlavní znaky začínají objevovat u v osmi letech, u jiných nastupují teprve v patnácti letech“¹⁰

Jejich Vývojová psychologie ohraničuje dospívání přibližně od 10.-12. až 20.-22. rokem a rozděluje je na pubertu (11-15 let) a adolescenci. Pubertu dále člení na prepubertu, která trvá od nástupu prvních pohlavních znaků k menarché – u dívek 11-13, u chlapců obdobný proces nastupuje o dva roky později – poté nastupuje vlastní puberta, kterou u dívek charakterizuje pravidelný ovulační cyklus, přičemž puberta končí vlastně až dosažením reprodukční schopnosti, pohlavní dospělosti. Po pubertě pak následuje adolescence, přibližně od 15 do 22 let,¹¹ období mezi dětstvím a dospělostí, které Říčan charakterizuje jako období budování identity.

V následujících podkapitolách se budeme věnovat jednotlivým oblastem a nejdůležitějším fenoménům dospívání dívek. Jsou charakteristické tím, že jde o jednotlivé proměny, kterými se dítě postupně mění v dospělého člověka. Budeme je dělit na fyzické, duševní a sociální, přičemž je třeba připomenout, co již bylo řečeno výše: není možné oddělovat jednotlivé složky dospívání, které jsou spolu provázané a vzájemně se ovlivňují, následující dělení je tedy navýsost pracovní.

¹⁰ LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., Vývojová psychologie, s. 143.

¹¹ LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., Vývojová psychologie, s. 145.

2.1 Fyzické proměny v dospívání

Dospívání je jako most, který se klene nad propastí oddělující dětství a dospělost. Rozdíl mezi dívenkou a dospělou ženou je totiž vskutku propastný a během několika let před námi stojí sice stejný, ale přesto úplně nový člověk. Tělo se v dospívání stává dějištěm nenadálých a prudkých změn, a mnoho z nich dospívající dívky nepřijímají pozitivně. Naopak, většina těchto překotných změn přináší dospívajícím dívkám spíše nejistotu a trápení. Snad právě proto vzniklo tolik různých zpracování tématu bolestivé metamorfózy nehezského v krásné, ošklivé kačátka v trápení těžce dospívajícího v nádhernou labuť či ošklivé larvy měnící se v krásného motýla.

2.1.1 Růstový spurt a proměna postavy

Růstový spurt provází předpubertální období v rozmezí od osmého do dvanáctého roku věku. Tělo neroste stejnoměrně a právě v tomto období dochází k překotnému růstu, který se u dívek posléze před nástupem menstruace zpomalí. V průběhu dospívání vyrostou chlapci ze 145 centimetrů v 11 letech na 171 v patnácti, resp. 178 v osmnácti, zatímco průměrná dívka ze 146 na 164 v patnácti letech a 165 centimetrů v osmnácti.¹² V období růstového spurtu průměrná dívka vyrostе za rok o 9 centimetrů a na váze přibude o 5 kilogramů.¹³

Rychlý růst může i bolet, v tomto období se podruhé v životě mohou objevit růstové bolesti kostí. Bolest se záhadně objeví a po čase zase zmizí, aby se objevila jinde. Dalším úskalím růstu je, že jednotlivé části těla nerostou stejnoměrně ani ve stejnou dobu, nejprve vyrostou chodidla, dlaně a končetiny, až o rok po nich se protáhne obličej a naroste i trup a páteř. To je také důvodem, proč se mnoho dospívajících takříkajíc na každém kroku potýká s koordinací vlastních pohybů, které jsou často nápadně nemotorné a chůze klátivá. Ovšem jakákoli nemotornost byla vážným sociálním stigmatem už mezi dětmi na hřišti, o to víc diskvalifikuje v dospívání. Rádoby elegantním dospívajícím dívkám to na sebevědomí určitě nepřidává, u chlapců se jako kuriozita přidává ještě mutování.¹⁴

Období růstového spurtu je obdobím tělesných nesrovnalostí a fyzické nevyrovnanosti. Raketový růst nastupuje různě u jednotlivých lidí, ale i u obou pohlaví anebo částí těla. U dívek růstový spurt nastupuje o dva roky dříve než u chlapců, vrcholí nejčastěji

¹² ŘÍČAN, P., Cesta životem, s. 193.

¹³ ŘÍČAN, P., Cesta životem, s. 171.

¹⁴ ŘÍČAN, P., Cesta životem, s. 172.

mezi jedenáctým a dvanáctým rokem. Nejprve tak častokrát své vrstevníky přerostou, nicméně zatímco ženský růstový spurt se před menarché zpomalí, chlapci dále v růstu pokračují a znovu dívky přerostou.

Ženský růst se tedy před nástupem menstruace zpomalí. Přinejmenším růst do výšky, protože dívčí tělo v růstu pokračuje, ovšem již spíše do tvarů. Působením ženských pohlavních hormonů estrogeneru a progesteronu se v tělech dospívajících dívek začínají hromadit tukové zásoby a dětské dívčí tělo začíná nabývat ženských tvarů. Je to v podstatě proto, že se ženské tělo připravuje na náročnou pravidelnou menstruaci a potenciální mateřství, a také pohlavní přitažlivost. Nicméně doposud chlapecky štíhlé dívčí tělo se zakulacuje a „nové kilogramy se hromadí hlavně na stehnech, bocích, ňadrech a hýždích“¹⁵ – což jsou častokrát partie, u kterých to dívky právě nevítají.

Výsledkem těchto změn je, že tělo se od základu mění. Mrštné dětské tělo, na které si dívka jistým způsobem zvykla a naučila se ho používat, se najednou mění v tělo jiné, neohrabané, nemotorné, zakulacující se a vůbec tak nějak podivné. Mnoho dívek na tyto změny reaguje nostalgií a touhou po návratu do dětství. To může být i významným motivem pro anorexii, jak uvidíme později. Začátek dospívání tedy dívky většinou neprožívají radostně a s nadějnou vyhlídkou na dospělost, která do značné míry ztrácí atraktivitu.

¹⁵ MOVSESIAN, S., Dospívání dívek, s. 24.

2.1.2 Nástup druhotných pohlavních znaků

Nástup druhotných pohlavních znaků je zásadním milníkem ve vývoji člověka, a jak již bylo řečeno, je také považován za začátek samotného dospívání, respektive puberty. Stejně jako všechny ostatní proměny dospívání se i sekundární sexuální znaky dostávají značně proměnlivě, u některých dívek již po osmém roce věku, u jiných až kolem patnáctého, u převážné většiny dívek pak kolem dvanáctého až třináctého roku věku.

V době, kdy chlapci k vlastnímu uspokojení pokračují v tělesném růstu a díky působení hormonu testosteronu jim začínají růst svaly, dívky již růstový spurt mají za sebou a jejich těla se připravují k zásadní proměně z dítěte na ženu schopnou vlastní reprodukce. Tento převratný zlom ve vývoji ohlašuje nástup druhotných pohlavních znaků, ovšem pro dívky se i tato fáze proměny v ženu může stát nepříjemným martyriem.

Zatímco u chlapců přichází nástup druhotných pohlavních znaků (sestoupení varlat, zvětšení penisu, růst ochlupení) s výjimkou mutování poměrně neznatelně, u dívek je zejména růst prsou doslova nepřehlédnutelný. Ovšem jakkoli se ženská ňadra stávají předmětem obdivu, lásky a někdy až nábožného uctívání, a nehledě na jejich nezastupitelnou reprodukční úlohu, první reakce na jejich růst nebývají vždy pozitivní.

Růst prsou je zásadní zásah do ženského těla. Dívky navyklé na svá dětská štíhlá těla, která se téměř nelišila od chlapeckých, se najednou musejí vyrovnávat s novou částí těla, která znovu mění jejich proporce a ztěžuje koordinaci pohybů. Dívky se musejí vzdát mnohých třeba oblíbených pohybových aktivit, jinak vypadají, jinak se cítí a jinak se na ně také dívá jejich okolí.

Zejména reakce okolí mohou být pro dívky, samotné svým vývojem znejistělé, obzvlášť zraňující. Růst prsou může být pro dívky obzvlášť stigmatizující, pokud jim začnou růst výrazně dříve a/nebo větší, než jejich vrstevnicím. Jak píše autorka Dospívání dívek, S. Movsessian: „Když mi asi v jedenácti letech začala růst prsa, měla jsem ze všeho toho hrbení, jak jsem se je snažila schovat, úplně kulatá záda (...) Hrozně jsem se styděla.“¹⁶

Nástup druhotných pohlavních znaků tedy může být pro dívky dalším stresujícím faktorem v jejich dospívání, může nadále prohloubit jejich nostalgii po dětském těle a zkomplikovat jejich vztah k vlastnímu tělu. Tak se může stát dalším faktorem, který dívkám sráží jejich sebevědomí, prohlubuje jejich deprivaci a zvyšuje nebezpečí patologického vývoje (včetně anorexie).

¹⁶ MOVSESSIAN, S., Dospívání dívek, s. 29.

2.1.3 Menarché

Ačkoli by nástup menstruace, menarché, mohl být přiřazen do kategorie druhotných pohlavních znaků, společně se kterými se objevuje, dosah a význam tohoto předělu v dospívání jej povyšuje na fenomén, který si zasluhuje vlastní podkapitolu.

Snad nikoho nepřekvapí, že první menstruace představuje pro dospívající dívky velký stres a psychickou zátěž. První potíží je již v tom, že i menstruace přichází individuálně. „Objevuje se nejčastěji po dvanáctém roce (...) určité procento dívek menstruuje už v devíti letech, některé naopak až po patnáctém roce.“¹⁷ A stejně jako u růstu prsou, i zde platí, že největší zátěž na svých bedrech nesou děvčata, která začínají menstruuovat nejdříve.

Menstruace, která svůj příchod již dopředu avizuje vaginálním výtokem, od začátku útočí na sebevědomí a tělesnou integritu dospívajících dívek novým způsobem. Kromě zmatenosti a strachu dívky nejčastěji popisují pocit špinavosti, až do vnitřního člověka zasahující nečistoty až odporu k vlastnímu tělu. O tom, že nástup menstruace je spíše důvod k oslavě, bohužel většinou nevědí. Ačkoli za posledních dvacet let postoupila seriózní sexuální výchova o obrovský krok kupředu a všeobecná informovanost o dříve tabuizovaných tématech se zlepšuje, mnoho dívek je stále při prvním setkávání s menarché naprosto nepřipravených, neinformovaných a co může být nejhorší, bez člověka, kterému by se mohly beze strachu svěřit. Velkou výhodou mají v tomto směru dívky s dobrým vztahem k matce, případně vrstevnice dívek, které již menstruuovaly a mohou tedy své zkušenosti kamarádce předat.

Neznalost provázejí „menstruační mýty,“ kterým mají zmatené dívky tendenci věřit. „Menstruace je špatná, nenormální, je to nemoc nebo zranění. Menstruuující dívka zapáchá, je to na ní vidět a všichni to na ní poznají. Menstruuující nesmí to a to...“ Útočí na dívčí sebejistotu a sebevědomí. O to víc si připadá špinavá, nečistá, jak o tom ostatně mluví i většina náboženství, a jak je zřejmě přirozené menstruaci na první pohled a zvenčí vidět. Samozřejmě, že časem zjistí, že menstruace je sice nepříjemná, ale v žádném případě degradující samozřejmost ženského života; důkaz jejich životadárné schopnosti matky a naopak možný zdroj neotřesitelného sebevědomí.

Zpočátku je ale nástup menstruace velmi stresující, obzvláště u dívek, které „o tom“ nemají dostatek informací a/nebo se nemají komu svěřit a s kým se poradit. Znovu jsou nejvíce zatížené dívky, u kterých menstruace přichází dříve než u ostatních. Ale menarché je zlomem v životě každé dívky. Je to definitivní důkaz, že dívka již není dítě, ale dospělá žena.

¹⁷ ŘÍČAN, P., Cesta životem, s. 172

To je jistě důvod k oslavě, která je ostatně při této příležitosti velmi vhodná, protože dívka pomáhá k vytvoření pozitivní asociace. Pokud je ovšem tento zlom prožíván negativně, může naopak posílit odpor k dospívání, stesk po dětství a touhu po návratu. Mnoho anorektiček pak pozitivně hodnotí, že při delším hladovění menstruace mizí a dětství se zdánlivě vrací.

Charakteristická je výpověď, kterou na webu zveřejnila autorka pod značkou yamdie: „Pokud si dobře vzpomínám, pro mě byla první menstruace hlavně hrozný šok, o který jsem nestála. Při mé smůle jsem nebyla ani doma, nýbrž ve Škole v přírodě naprosto nepřipravená. Vylezla jsem tenkrát ze záchodů se zděšeným výrazem a moje první věta byla ke kamarádce: "Dala bys mi vložku, prosím tě?" Ta začala radostně poskakovat a v momentu, kdy zahlédla naši třídní na chodbě, která byla v podstatě jako naše druhá máma, byla u ní a oznámila to jako tu nejlepší věc na světě. Učitelka mi poblahopřála, že je ze mě konečně žena a moje druhá věta zněla: "A můžu bejt zas dítě?"“¹⁸

¹⁸ <http://www.womenzone.cz/prvni-menstruace-menarche.aspx>

2.2 Psychické proměny v dospívání

K neméně převratným změnám dochází i uvnitř dospívajících. Jejich nervová soustava dozrává a v průběhu dospívání se mění a dospívá myšlení, prožívání i jednání dospívajících. Stejně jako u tělesných proměn, ani duševní změny provázející přerod dívky v ženu nejsou vždy procházkou růžovým sadem. A to jak pro dospívající, tak častokrát i pro jejich blízké.

2.2.1 Rozvoj formálního myšlení

„Patnáctiletý již může vědecky myslet,“¹⁹ píše Říčan ve své Vývojové psychologii. Říká, že jde sice prozatím o výrok lehce nadnesený, ale že pubescent již v podstatě začíná zvládat všechny podstatné myšlenkové operace, které jsou k vědeckému myšlení podstatné.

Zřejmě nejpodstatnější je v tomto vývoji rozvoj formálního myšlení, které přestává být vázané na konkrétní skutečnost a může pracovat i s čistě teoretickými pojmy a operacemi. Dospívající již dokáže myslet abstraktně, myslet o myšlení („myslím na to, že myslím na to, že myslím“), dokáže myslet ve formálních pojmech, nezávislých na konkrétní skutečnosti.

Abychom pro demonstraci zlomu v rozvoji formálního myšlení nepoužívali v literatuře stále se opakující příklad, nabízím obměnu: když se pubescenta zeptáme, jakou hodnotu má jeden mňouk, když na trhu jsou čtyři žbluňky za dva mňouky, odpoví samozřejmě, že mňouk má hodnotu dvou žbluňků. Do té doby by se dítě začalo ptát co je to „žbluňk“ a co „mňouk“ a bez konkrétního významu těchto výrazů by úlohu nedokázalo pochopit. Díky rozvoji formálního myšlení nezávislého na objektivní zkušenosti je dospívající schopen fantazírovat, vymýšlet (si) i lhát (do té doby to bylo jen bájení).

Tento pokrok dospívajícím také umožňuje myslet věci, existující jen v mysli myslícího, promýšlet jejich možné vztahy a alternativní uspořádání. Umožňuje myslet také o neskutečném, možném („co kdyby“) a samozřejmě zejména o tom ideálním. Ostatně „větší důraz na uvažování o možnostech, než na poznání existující varianty.“²⁰ A protože překotný rozvoj jejich duševních schopností samozřejmě provází i pochopitelný nedostatek životních zkušeností (zkušeností se světem), mají tendenci k radikálnímu černobílému vidění světa a hledání univerzálního ideálu. Tímto ideálem pak velmi ostře a kriticky porovnávají realitu – a z tohoto střetnutí odchází jako poražená realita. Čistý ideál, který starší hodnotí jako

¹⁹ ŘÍČAN, P., Cesta životem, s. 174.

²⁰ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 247.

nerealistický, je pro dospívající nejen lákavější a svým způsobem pochopitelnější, ale také mnohem důležitější, než skutečnost.

Dospívající je jako od narození slepý člověk, který náhle zázračně prohlédl. Svým nově probuzeným vnitřním zrakem obhlíží svět kolem sebe, věci blízké i ty nejbližší. Dospívající v této době znovu (a znovu) promýšlejí věčná témata, myšlenky, které je přesahují. Přemýšlejí o Bohu, světě, smrtelnosti a v neposlední řadě sami o sobě. Ovšem i sami sebou jsou již zaujetí novým způsobem. Stejně jako u zbytku světa nevnímají jen prostou skutečnost, ale i u sebe sama srovnávají realitu s ideální představou.

V myšlení dospívajících se spojuje přetrvávající snivost, podporovaná zatím malými zkušenostmi, s již rozvinutým racionálním myšlením. Výsledkem jejich spojení je fantazie, nová forma snění, ve které zůstává racionální logika zachovaná, i když podléhá fantazii a může být jiná, než logika běžného světa. Fantazie je v průběhu dospívání také velmi častým obranným mechanismem, která „umožňuje relaxaci odpoutáním od reality a alespoň zdánlivé prožití rolí, které nelze prožít ve skutečnosti.“²¹

V průběhu dalšího dospívání se již adolescentní myšlení příliš nemění. Styl myšlení se už dále nemění a člověk již z puberty v podstatě zvládá veškeré racionální výkony. V průběhu adolescence se myšlení spíše prohlubuje, než mění, zkvalitňuje se a zrychluje, nicméně v základních schopnostech už zůstává stejné. Je to další důkaz, že „fáze adolescence má zcela zjevně charakter přechodného období a to spíše z psychosociálního než biologického hlediska.“²² Člověk se v adolescenci učí používat nástroje, které vzal v pubertě poprvé do ruky a které by jako dospělý měl ovládat již zcela automaticky. A tak, jak poznamenává Říčan, adolescenta čeká poslední mentální proměna, skutečný „kopernikový obrat“ – uvědomění, že nejsou sami středem vesmíru, ale jen jeho otáčející se součástí.²³

²¹ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 245.

²² VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 296.

²³ ŘÍČAN, P., Cesta životem, s. 195.

2.2.2 Emoční prožívání

S rozvojem logických schopností se souběžně rozvíjí i emoční složka osobnosti. Stejně jako u fyzického růstu zde hrají hlavní roli hormony, které znovu rozkolísávají do té doby relativně stabilní osobnost dospívajících. Nálady a jejich často překvapivé změny hrají v životě dospívajících hlavní roli, jak ostatně dávají sami ostentativně najevo. Zejména v pubertě jejich „nálady bývají labilní, nápadně často se mění, převládají však záporné emoce: rozmrzelost, nepokoj, neklid, horečná aktivita, pak zase apatie hraničící s depresí.“²⁴

Dospívající sami pocítují, že se jejich prožívání mění, tuto změnu však často v podstatě nechápou, nemají dostatečné informace a snad ani potřebný náhled. „Emoční nevyrovnanost je další ztrátou bývalé citové jistoty a stability.“²⁵ Vnitřní proměna prožívání se tak stává dalším významným stresem v dívčím dospívání, na kterou dospívající obecně reagují podrážděně, odmítavě, kterou vnímají jako něco obtěžujícího, nebo nespravedlivého. Svoje pocity častokrát nepřehlédnutelně ventilují, jiní (nebo jindy) naopak svoje pocity před okolím skrývají a chtějí zůstat před světem skrytí.

„Dospívající sám nerozumí tomu, co se s ním děje, vysvětlení hledá přirozeně především v tom, jak se k němu chová jeho okolí.“²⁶ Stejně jako dítě, které se naučí vyslovovat „ř“ a potom ho nadšeně používá i ve slovech, kam se nehodí, i mysl dospívajících se chová podobně. Výše jsem se zmiňovala o tom, že s rozvojem abstraktního myšlení dospívající najednou začíná promýšlet všechna možná závažná témata, obdobný proces probíhá i v emocionální stránce lidské mysli. Říčan píše o „gejíru nových myšlenek, pocitů, impulzů a nálad,“ který upoutává pozornost dospívajícího ke zkoumání vlastního nitra. Francouzský filosof a teoretický pedagog J.J. Rousseau tento milník dospívání považoval za velmi významný a označil tento obrat do nitra za druhé narození. A vskutku, rodí se člověk, který chce a musí ze všeho nejdřív poznat sebe sama.

Objev nového světadílu své vlastní existence a svého nitra je jedním z největších a nejvýznamnějších objevů celého dospívání. Introspekce je jako „zaměření na vlastní psychické procesy“ novým způsobem poznání, který se člověku otvírá díky jeho nově získaným duševním schopnostem racionálního i emocionálního rázu. Ovšem obraz vlastní duše, respektive psychiky, je v jeho proměnách ještě těžší uchopit, než u tělesných proměn. A to jsme i u nich jsme viděli, jaké v dospívajících dívkách budí, přinejmenším, rozpaky, rozčarování a nejistotu.

²⁴ ŘÍČAN, P., Cesta životem, s. 174.

²⁵ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 243.

²⁶ ŘÍČAN, P., Cesta životem, s. 177.

2.2.3 Budování vlastní identity

Nejistota, chaos a dezintegrace jsou pravým opakem identity jako jednoho ze základních kamenů dospívání. Již E. Erikson vymezil dospívání právě jako „fázi hledání a vytváření vlastní identity“ v boji se zmatením rolí, dezintegrací a rozpadem osobnosti.²⁷ Identitu člověk jen tak nenachází, ani ji náhle nenabývá, nelze tedy hovořit ani o přijetí, nalezení, zrození nebo vytvoření. Jako nejvhodnější termín se tedy zdá být budování nebo upevňování identity.

Identita je úhelným kamenem dospívání a jeho nejvnitřnějším cílem. „Mít identitu znamená znát odpověď na otázku, kdo jsem, *znát sám sebe, rozumět svým citům, vědět, kam patřím, kam směřuji, čemu doopravdy věřím, v čem je smysl mého života.*“²⁸ Identita znamená, že jsem Někdo. Znamená to jistotu sebou samým, zodpovědnost za své činy, realistické sebevědomí, znalost svých možností a mezí. Znamená to být pevně „*zakotven v tradici a podílet se aktivně na tvorbě budoucnosti.*“²⁹ Identita znamená integritu lidské bytosti a její zdravé zakotvení ve společnosti, přičemž by v ní všechny odpovědi na otázku „kdo jsem“ měly tvořit uspořádaný celek. Identita je také kontinuita jedince v čase, vědomí sebe jako subjektu, vědomí vlastní jedinečnosti. Samozřejmě, že sebedospělejší člověk bude dále prožívat změny nálad a bude čelit i dalším krizím identity. Ale pokud dospívání proběhlo dobře, měl by to i v nejbouřlivějších výkyvech života být stále „tentýž“ člověk s relativně stabilním jednáním i sebehodnocením.

Budování identity není jen záležitostí dospívání, nýbrž celého života. „Základy zvolna rostou už od raného dětství – a na druhé straně i celý vývoj osobnosti v dospělém věku můžeme chápat jako ujasňování a upevňování, případně přetváření identity. Avšak adolescence je vrcholem osobního zápasu o identitu.“³⁰

Vzhledem k rozvoji racionálních a emocionálních schopností v dospívání se však zásadně mění i pohled člověka na sebe sama a prožívání vlastní osobnosti. Mladší děti svou identitu definují hlavně konkrétními zjevnými znaky, jak to odpovídalo jejich nedospělému uvažování těsně vázanému na konkrétní realitu. Teprve s rozvojem formálního myšlení v pubertě člověk může překročit hranice konkrétní reality a začít přemýšlet o tom, kým je a zejména kým a jaký by mohl (nebo dokonce měl) být. Dospívající o sobě začíná přemýšlet, zkoumá se a představuje si různé potenciální možnosti své existence.

²⁷ FONTANA, D., Psychologie ve školní praxi, s. 263.

²⁸ ŘÍČAN, P., Vývojová psychologie, s. 217.

²⁹ ŘÍČAN, P., Vývojová psychologie, s. 217.

³⁰ ŘÍČAN, P., Vývojová psychologie, s. 217.

Ostatně změny, kterými dospívající prochází, jsou natolik výrazné a radikální, že je nelze ignorovat, i když mnohé děti (stejně jako i mnozí rodiče) z nich nejsou nijak nadšené. Tyto změny probíhají nezávisle na vůli dospívajících, často naopak spíš proti nim. Všechny tyto změny společně s měnícím se očekáváním a reakcemi dospívající vnímají jako určitou zpětnou vazbu, která je ovšem jiná, než zpětná vazba, na kterou byli před pubertou zvyklí. Tak jsou dospívající v podstatě nuceni ke změně představy o sobě samém.³¹

Nutnost vyrovnat se se všemi těmito nároky se navenek projevuje dalším nápadným rysem dospívajících: jejich evidentní sebestředností.³² Už to není absolutní noetické sobectví, kdy dítě nechápe a neuznává, že by něco mohlo být ne-já, je to sebestřednost poznávací, kdy se člověk sám sebou zabývá jako jakýmkoli jiným potenciálním předmětem hlubokého zájmu. Neznamená to, že by se pubescent narcistně zamiloval sám do sebe, často právě naopak. Vzhledem k idealismu a radikalitě, které jsou dospívajícím vlastní, i sami sebe posuzují velmi kriticky. Kriticky posuzují ostatně i své vrstevníky, ale daleko nejviditelnější je jejich kritika dospělých, „pubescent je k dospělým netolerantní,“ jak říká Vágnerová.³³ Není to proto, že by k nim byli kritičtější než k sobě nebo vrstevníkům, ale proto, že dospělí dosud byli jejich autoritami a jejich kritické posuzování je proto „novým, dosud sociálně tabuizovaným tématem.“³⁴ Jejich kritika je důkazem kriticky se vymezující osobnosti, je tedy sice nepříjemnou, ale vývojově pozitivní etapou.

Dospívající velice kriticky posuzují i svůj vzhled, svá těla a svůj zevnějšek, které tvoří další velmi významnou složku identity dospívajících. „Velmi důležité je především na počátku tohoto období i hodnocení vlastního vzhledu.“³⁵ A v tomto bodě dospívající dívky současná společnost a módní a kosmetický marketing vydatně podporuje. Tělo je velmi důležitou součástí sebevědomí dospívajících, a to spíše v tom negativním smyslu. Zaměřují se na absolutní ideály, kterým se ovšem většina lidí přirozeně nemůže vyrovnat. A nemusí jim v tom bránit žádná velká vada na kráse, „modelky před dvaceti nebo třiceti lety vážily o 8% méně než průměrná žena, dnešní modelky váží o 23% méně než průměrná žena.“³⁶ Mít normální postavu tedy k diskvalifikaci bohatě stačí.

Vzhledem k tomu, že dospívající se porovnávají nejdříve s absolutním ideálem, není pro ně takové měření přirozeně pozitivní. Poté, co dívky musejí projít všemi fyzickými změnami dospívání, které jejich sebevědomím spíše otráslly, než aby ho upevnily, mají se

³¹ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 253.

³² VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 244.

³³ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 262.

³⁴ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 262.

³⁵ LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., Vývojová psychologie, s. 161.

³⁶ MOVSESIAN, S., Dospívání dívek, s. 85.

hned rovnat nepřírozenému ideálu krásy. To je další rána pro jejich sebevědomí, protože všechny nedostatky vnímají velmi ostře. „Jestliže je jedinec v této oblasti (těla) nějak znevýhodněn, např. funkčním nebo estetickým handicapem, bude jeho identita ohrožena zvýšenou nejistotou, negativním sebehodnocením, často ještě sociálně posilovaným, i když konečný výsledek může být velmi variabilní.“³⁷ Konečným výsledkem může být posílení identity v boji proti komplexu méněcennosti, nebo ovšem také zhroucená identita anorektičky, která se bude chtít zbavit domnělé tloušťky, která jí z jejího pohledu ve společnosti hendikepuje.

S tím zřejmě souvisí i skutečnost, že právě ve věku 12 až 14 let klesá sebevědomí dospívajících dívek na celoživotně nejnižší úroveň.³⁸ Dospívání je evidentně zvláště pro dívky psychicky skutečně vyčerpávající a v jejich sebehodnocení proto v tomto věku vesměs převládá nejistota a pochybnosti. Identita prochází krizovým obdobím, kdy dívky ztrácí své sociální místo dítěte a musí se zabydlet v novém.

Určitým mezistupněm vyvíjející se osobní identity, je identita skupinová. Role vrstevníků a vrstevnické skupiny je v dospívání obecně velmi důležitá a identifikace se skupinou umožňuje dospívajícímu překlenout období, kdy je jeho vlastní „ego-identita“ ještě slabá a nezralá a zároveň se rozvolňují vztahy v rodině. Příslušnost ke skupině dávají dospívající najevo i navenek charakteristickým oblékáním, líčením, účesem atd. Ve vrstevnické skupině člověk může budovat svou identitu jakoby chráněn společenstvím vrstevníků. Ze stejného motivu vznikají skupinky školáků i subkulturní hnutí starších dospívajících. V průběhu dospívání je potřeba veřejně proklamované příslušnosti k určité skupině pochopitelná vzhledem k nejistotě a nutnosti rychlých řešení, pokud ovšem přetrvává i v dospělosti, prozrazuje potřeba takové příslušnosti „chudou náplň obsahu vlastní identity.“³⁹

Protipólem konkrétní rodící se reálné identity dospívajícího je jeho ideální, fantazijní identita, která se objevuje již na počátku puberty a v průběhu dospívání nabývá na důležitosti. Už na počátku dospívání člověk začíná uvažovat o tom, jaký by mohl být. Člověk vlastně o tom, jaký by mohl být, uvažuje ještě dříve, než se někým ve skutečnosti stává – idea zde tedy předchází existenci. Fantazijní identita naplňuje představy dospívajících o tom, jací by mohli nebo měli být a vytváří tak ideální vzor k nápodobě. Jeho působení může být pozitivní, idealistická vize může motivovat dospívající k rozvoji své identity, může ale také působit i

³⁷ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 292.

³⁸ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 256.

³⁹ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 257.

negativně. „Diskrepance mezi ideálem a skutečností se stává zdrojem mnoha frustrací.“⁴⁰ Nevhodně zvolený vzor a od něho odvozená fantazijní identita se může stát pastí na ego-identitu, kterou by měl pomáhat vytvořit.

Na druhou stranu může napětí mezi realitou a ideálem působit pozitivně a konstruktivně. V ideálním případě by dospívající měl realisticky přehodnotit svoje možnosti a namísto absolutně nedosažitelného ideálu zvolit ideál, kterému by se svou snahou mohl přiblížit. A naopak realistický ideál nebo realistické cíle by měly dospívajícího motivovat k rozvoji svých schopností a tedy přiblížení se k danému ideálu. A právě v tomto napětí vzniká skutečná osobní identita („ego-identita“) člověka.

„Identita pubertálního jedince je definována tím jak vypadá, jak se pomocí introspekce posuzuje, ale i jeho reálnými výkony a různými sociálními aspekty jako je míra akceptace, role s určitým statutem atd.“⁴¹

S nástupem adolescence dochází i v oblasti budování identity k určitému uklidnění, kdy je jedinec již do té míry samostatný, že přestává cítit potřebu permanentního negativního vymezení vůči původní rodině. Vztahy v rodině se v tomto období začínají znovu zlepšovat a na nové úrovni stabilizovat. Konečnou fází budování identity je „dosažení úplné autonomizace a vytvoření takové identity, která potvrzuje jedinečnost osobnosti a je alespoň přibližně realistická.“⁴²

Dospívající dívka by už měla mít vytvořený určitý základ identity, která se postupně zpevňuje a čím dál více se rozrůstá o identitu pohlavní, partnerskou, sexuální, profesní a případně i zcela novou roli ve vlastní nové rodině. Adolescence je obdobím, kdy člověk potvrzuje a dále upevňuje identitu, kterou z velké části vybudoval v průběhu puberty. Je to ale také období těžkého zápasu o osobní integritu, období definitivního osamostatnění se.

Adolescence se ale také může stát obdobím stagnace nebo i naprostého selhání. Mnoho dospívajících nechce dospět a budování vlastní identity, respektive její přijetí, odloží nebo úplně vzdají. Erikson udával jako protiklad identity zmatení rolí. Pokud tedy dospívající z jakýchkoli důvodů nedokáže vybudovat svou soudržnou identitu, propadá se do chaosu zmatenosti. To ovšem neznamená, že by po identitě přestal toužit, jen tuto svou potřebu musí nedokáže skutečně uspokojit, a tak musí vzít zavděk třeba i nevhodnou náhražkou, která je zrovna při ruce. Odmítnutí dospět může mít mnoho podob, od mentální anorexie a závislosti na drogách až k sebevraždě, nebo přijatelnější sebevraždě identity a jejím rozpuštění v identitě skupiny. A tak se adolescence stává i věkem, kdy nejvíce mladých lidí vzdává

⁴⁰ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 258.

⁴¹ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 258.

⁴² VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 309.

budování vlastní identity a stávají se členy náboženských sekt, ideologických hnutí nebo jiných skupin (fotbaloví fanoušci, hudební subkultury), nabízejících subjektivně přijatelnou skupinovou identitu.

2.2.4 Vnímání sebe sama

Poté, co jsme rozebrali vývoj myšlení, cítění a psychologického sebe-vědomí, budeme se v následující části věnovat vztahu dospívajících k jejich tělu, respektive zevnějšku. Tělo je pro dospívající velmi důležité jako součást osobnosti a do té doby nereflektované, samozřejmě přijímané tělo, se najednou dostává do centra pozornosti.

„Adolescentní identita zahrnuje jako svou velmi důležitou součást i tělesnou složku.“⁴³ Pro dospívající jsou jejich tělo a zevnějšek maximálně významné a věnují mu velkou pozornost a péči. Zevnějšek se stává součástí jejich identity, způsobem komunikace, vyjádření sociálního statutu a příslušnosti ke skupině. Při změně vnímání vlastního těla působí dva faktory, které se v této práci zmiňují i samostatně – je to jednak rozvoj jejich duševních schopností a změna referenčního pole od rodičů k vrstevníkům.

Dospívající sami sebe vnímají kriticky, porovnávají se s ideálem, představují si, jací by mohli být a „co by bylo kdyby...“ Vnímají se povětšinou realisticky (přes všechny experimenty a snění) a značnou část svého sebehodnocení berou z reakcí svých vrstevníků, případně ze srovnání s akceptovaným ideálem. Jejich hodnota a sociální postavení přestávají být automatické a nepodmíněné, jak tomu bylo v rodině. Ostatní je hodnotí stejně kriticky a v konkurenčním boji spolu soupeří o postavení ve skupině.

Pro vnímání sebe sama je zásadním pojmem takzvané tělové schéma. Tělové schéma je subjektivní myšlenkovou konstrukcí, jejímž předmětem je vlastní tělo člověka. Každý z nás má určitou představu svého vlastního těla, psychický obraz sebe sama, jak by se viděl jako vnější pozorovatel. Je to náš duševní „věšák“ na představy o sobě, na který si ovšem odloží i leckdo z okolí. „Jak se sám sobě líbím nebo nelíbím, záleží i na něčem jiném: *na zkušenosti*, kterou jsem udělal se svým obličejem při nejrůznějších příležitostech, kdy jsem získal obdiv, sympatie, kdy jsem narazil na lhostejnost nebo jsem se dokonce setkal s pohrdáním.“⁴⁴

Tělové schéma je posuzováno prostřednictvím jeho sociálního významu, tedy tak, jak je hodnoceno ostatními. V průběhu puberty se zevnějšek obměňuje a člověk se s tím tak nějak vyrovnává. Je to období pochybností a boje o identitu, o pocit, že jsem stále tím, kým jsem, i

⁴³ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 298

⁴⁴ ŘÍČAN, P., Vývojová psychologie, s. 179.

když se po všech stránkách měním. Postoj k vlastnímu zevnějšku je součástí tělesné identity a bude do značné míry vyplývat z podobnosti s ideálem vrstevnické skupiny a ze sociálních reakcí, které vyvolává. Adolescent, který se „vymyká očekávané normě, bude tento rozpor vesměs prožívat jako nespravedlnost, která jej potrefila. Emocionální prožitek (...) zahrnuje obvykle pocit hanby, úzkost a tenzi (...) popřípadě vztek a agresi vůči domnělému viníkovi, popřípadě autoagresi.“⁴⁵ Odtud je již blízko k sebedestruktivnímu chování, sebepoškození a anorexii.

A nemusí jít o žádnou velkou vadu na kráse. Sebehodnocení je závislé na sebevědomí, které je u dospívajících dívek přinejmenším problematické. Dospívající se sledují velmi pozorně a jejich kritický pohled nejenže zveličuje sebemenší estetický nesoulad, ale vidí problémy i tam kde nejsou. „zejména děti nejisté s celkově nízkým sebehodnocením pravidelně nacházejí nejrůznější odchylky a drobné vady, zveličují je a trápí se pro ně. Nespokojenost s vlastním vzhledem nabývá u některých dospívajících téměř až bludného charakteru – dysmorfofobie.“⁴⁶ Nízké sebevědomí a negativní sebehodnocení, případně i jejich negativní zkušenosti, mohou deformovat tělové schéma těchto dívek. Ačkoli netrpí žádnou vadou percepce, vidí se subjektivně a nerealisticky jako obéznější, uhrovitější, neohrabanější, prostě méně atraktivní, což jejich sebevědomí dále podkopává. Způsob, jakým nízké sebevědomí ovlivňuje vnímání vlastního těla, demonstruje fotografie v příloze č. 1.

V adolescenci je přitom krása pojímána jako úkol, který je bezpodmínečně nutno splnit. „Adolescent se potřebuje líbit. Jiným i sobě, aby se ubezpečil o své hodnotě.“⁴⁷ nesplnění „úkolů krásy“ se trestá vyloučením ze sociální skupiny a jejího života, což je pro dospívající velmi krutý trest. Chlapci se chtějí vyrovnat svalnatým hrdinům akčních filmů a posilují, dívky se malují a fintí, a některé bohužel hubnou. Zejména dívky dokáží vyvinout značnou aktivitu a sílu vůle (protože pro krásu se musí trpět), jen aby se takovému ideálu přiblížily. Zde se otevírá prostor pro působení všech rizikových faktorů, které mohou dospívající ohrožovat.

Vnímání vlastního těla je v dospívání realistické, byť je do značné míry závislé na vlastním sebehodnocení a reakcích subjektivně významného okolí, zejména vrstevnické skupiny. Fyzické proměny dospívajících jsou vždy stresující, pokud navíc dospívající jakýmkoli způsobem nezapadá do stanoveného ideálu krásy, mohou velmi destruktivně podkopávat dívčí sebevědomí i její tělové schéma.

Identifikace s ideálem přináší uvolnění tlaku na vlastní identitu, jak jsme viděli výše, a

⁴⁵ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 299.

⁴⁶ LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., Vývojová psychologie, s. 161.

⁴⁷ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 300.

i v rámci vztahu k vlastnímu tělu přináší identifikace s pozitivně akceptovaným vzorem jistotu stejně pozitivního hodnocení. Uniformita snižuje tlak na vlastní osobnost. Idealizované vzory se stávají vzorem ke kopírování zejména na samém počátku adolescence, tedy v době největší nejistoty. Později již mají zejména inteligentnější a vyrovnanější z dospívajících ke kopírování vzorů určitý odstup.

Na konci dospívání by se tělové schéma mělo ustálit a osamostatnit od emočních výkyvů, člověk by měl být schopný realistického sebehodnocení, zdravého sebevědomí a akceptování vlastního těla i s jeho případnými nedostatky. Bohužel nerealistická očekávání a anorektický vzor komerční krásy v tom dospívajícím dívkám zrovna nepomáhá.

2.3 Sociální proměny v dospívání

Třetí oblastí lidské bytosti je její sociální prostředí a vztahy, které v něm panují. Ani tato oblast se v bouřlivém období dospívání neobejde beze změn, které jsou pro naši práci významné.

2.3.1 Proměna referenčního pole

Při výběru názvu této podkapitoly se nabízelo více do různé míry výstižných variant. Nabízely se možnosti jako „změna zdroje zpětné vazby“ a podobné, ovšem všechny vystihovaly jen určitý aspekt pohybu, který budeme popisovat. Změnou referenčního pole označují proměnu rolí, které ve světě dospívajících hrají jednotlivé postavy a skupiny z jejich okolí, a významu, který pro ně subjektivně mají.

V prenatalním vývoji jsme spojeni s matkou tak těsně, že téměř tvoříme jediný organismus. A i po narození zůstáváme na matce nebo jiné pečující osobě zcela závislí. Psychologicky je to podobné, člověk začíná svůj život s přibližným vědomím vlastní existence a svých subjektivně prožívaných pocitů a potřeb, ale bez schopnosti rozlišit mezi já a ne-já. Lidé se rodí s vědomím existence, ale bez jejích konkrétních obrazů, které teprve postupně krystalizují z proudu vjemů. První vědomí vlastní existence se rodí kolem třetího roku a symbolicky se projevuje prvotním negativismem, dětskou hrou s nově objevenou osobností a vůlí.

Kolem třetího roku děti začínají prožívat svou existenci jako svou. To je ovšem předstupeň k nutně následující otázce – jaká ta existence je? Jsem, ale *jaký* vlastně jsem. Tato otázka a její neustálé zodpovídání je jedním z leitmotivů celé lidské existence a již brzy v dětském věku nabývá důležitosti, která dospíváním dále narůstá. Dítě začíná vytvářet obrazy existence – a především sebe sama.

Hlavním zdrojem informací o sobě sama, Fontana je nazývá „nálepkami“,⁴⁸ je nejbližší rodina. Samozřejmě, že úspěšný vývoj osobnosti začíná již mnohem dříve, v přijetí již v prenatalním stádiu a zejména ve zprostředkování příznivé zkušenosti se světem v prvních fázích života. I zde hraje nukleární rodina zásadní roli. Vývoj obrazu vlastní existence začíná až později, nicméně rodina jako hlavní zdroj zpětné vazby v něm stále hraje klíčovou roli. Děti dostávají nálepky ve stylu „hodný“ nebo „zlobivý“, „šikovný“ nebo

⁴⁸ FONTANA, D., Psychologie ve školní praxi, s. 246.

„popleta.“ A děti vzhledem k nedostatku reflexivního myšlení a všeobecné závislosti na rodičích, tyto nálepky přijímají a zvnitřněním je berou za své. Za vlastní obrazy o svém „já.“

Závislost na rodičích klesá vlastně už od kojeneckého věku a již od předškolního věku se vytvářejí vazby k vrstevníkům. Přesto jsou ještě v pubertě vztahy k rodičům na prvním místě. Nicméně právě mimo rodinu si dospívající buduje svou vlastní osobnost a získává si vlastní postavení ve společnosti. Je faktem, že tento posun začíná již dávno před nástupem puberty. Již od příchodu do školy se dítě zařazuje do vrstevnického kolektivu, který začíná nabývat na důležitosti. Dítě již netráví podstatnou část svých dní ve společnosti rodiny, ale vrstevníků. Již od nástupu do školy musí dítě zmobilizovat veškeré své adaptační mechanismy a přizpůsobit se novému prostředí. Musí se učit zvládat relativně dlouhotrvající odloučení od rodiny, neosobní řád školy a autoritu učitele, zklidnit se a soustředit pozornost na výuku a v neposlední řadě se začlenit do skupiny spolužáků. Nicméně až do puberty se pouze autorita učitele připojí k již uznávaným autoritám rodičů, přičemž vztah nekritického přijímání zůstává stejný. V této době se výkon dítěte a jeho hodnocení učitelem a později spolužáky výrazně podílí na utváření jeho identity.

V pubertě se ovšem těžiště přesunuje od rodičů do vrstevnické skupiny, od učitele ke spolužákům. V době, kdy se přirozeně rozvolňují do té doby velmi těsné vztahy v rodině, přirozeně stoupá důležitost vrstevnické skupiny.⁴⁹ Nejprve vznikají oddělené chlapecké a dívčí skupiny, později se obě skupiny začínají pronikat a vznikají smíšené skupiny. Vrstevnické skupiny mají své hodnoty, vzory, ideály a normy, charakterizuje je vysoký důraz na konformitu uvnitř skupiny a skupinovou identitu. Projevy příslušnosti ke skupině mohou být velmi různorodé, od určitého módního doplňku nebo celkového stylu oblékání až po konkrétní činy a životní styl. Častokrát se normy vrstevnické skupiny se liší od obecně platných norem, což může být důkazem vývoje dospívajících, kteří si dokáží stanovit vlastní pravidla, tendence odpoutat se a osamostatnit od dospělých. Vrstevnické skupiny mohou ovšem být i vyloženě asociální, například party mladistvých delikventů, uživatelů drog či virtuální pro-anorektická společenství. V případě vrstevnických skupin ovšem platí, že člověk pokračuje již nastoupenou cestou a charakter skupiny, ke které se přidá, volí podle svých dosavadních zkušeností.

V partě mohou dospívající zkoušet hrát dospělé role. Hlavní rozdíl vrstevnické skupiny oproti rodině je v zásadě relativní rovnost jejích členů. V rodině je rozložení autority jasné a do značné míry neměnné. Co je v rodině nemyslitelné, zažívají dospívající ve vrstevnické skupině, mohou se snažit získat dobré postavení v partě, získat uznání a vliv.

⁴⁹ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 187.

Poprvé se mohou spolehnout jen na své síly, a to zvyšuje prestiž postavení, které dospívající ve skupině zaujme. „Role, které pubescent získá mezi vrstevníky mají značný subjektivní význam, protože odrážejí jeho předpokládané osobnostní kvality.“⁵⁰ Narozdíl od rodiny nemá dítě své místo zajištěné předem, a priori, musí si své místo vydobýt a najít za použití svých vlastních aktivit a schopností. Vrstevníci se stávají neformálními autoritami, které mohou mít za určitých okolností větší vliv než dospělí.⁵¹

Velmi výrazný normativní vliv mají i média, která nám nabízejí prefabrikovaný a relativně jasně stanovený obraz ideálu (muž mladý, bílý, zdravý, úspěšný, bohatý a nezávislý; žena především atraktivní, s mohutným poprsím, štíhlým pasem, vysoká a bez tuku, z duševních vlastností se oceňuje schopnost být dobrou společnicí; případně nezávislá manažerka, která přejímá mužské charakteristiky – mladá, bílá a tak dále) Vychází tak vstříc dospívajícím, kteří hledají ideály (včetně ideálního alter ega), ke kterým by mohli vzhlížet, a náležitě okořeněné a úhledně zabalené jim je média servírují. Dospívající vesměs hojně používají nejmodernější způsoby komunikace a zábavy a patří mezi nadšené konzumenty filmové zábavy. Zvláště tam, kde chybí zdravý základ osobnosti a přirozené zdroje zpětné vazby, hrají média zásadní „výchovnou“ roli a předávají dospívajícím mediálně zpracovaný obraz světa. Je zřejmé, že tento obraz světa je pokřivený, upravený tak, aby byl divácky atraktivní, ne tak, aby se v něm dalo žít. Všichni muži nemohou být supermany, stejně jako všechny ženy nemohou být supermodelkami, bez ohledu na to, že o tom všichni dospívající občas sní.

Referenční pole, zdroj bezpečí a jistoty, informací o sobě i okolí, zdroj podnětů k sociálnímu učení, nápodobě, vzor k následování i měřítko k porovnávání, se tedy v průběhu dospívání přesunuje od rodičů a nekriticky přijímaných dospělých autorit k vrstevnické skupině, případně se vztahuje k určitému ideálu. To sebou kromě spousty nových možností a podnětů ovšem nese také další velké nároky na dospívajícího, další navýšení stresu a úsilí vynakládaného na udržení přijatelného sociálního statutu, protože mezi vrstevníky rozhodně neplatí vzhledem k tomu, že mezi vrstevníky není žádná protektivní milující matka a v partě nepanují rozhodně idylické podmínky, ale častokrát spíše souboj každého s každým. Dospívající si svou hodnotu musí často velice těžce vybojovat a potvrdit v setkání a střetnutí s ostatními. I to je jedním z důsledků proměny referenčního pole.

Zatímco na začátku dospívání vztahují dospívající své sebehodnocení k reakcím rodičů, které jsou obvykle pozitivně zkreslené a projektivní, v průběhu puberty a adolescence se toto referenční pole postupně obrací k vrstevníkům a přijímanému ideálu. Na konci

⁵⁰ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 290.

⁵¹ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 290.

dospívání by měla klesat i důležitost vrstevníků a člověk by měl od hodnocení referenční skupiny získat odstup. Dospělý člověk by měl mít relativně stále sebehodnocení, které bude vyvozovat zejména se svého sebe-vědomí a introspekce, přestože vždy bude hodnocen a posuzován všemi možnými skupinami od rodiny přes přátele až po zaměstnání. A i když je zpětná vazba i nadále důležitá pro korekci vlastního vnímání a jednání, dospělý by si měl vůči hodnocení okolí měl uchovat určitou autonomii a referenční skupiny by měly navždy ztratit svůj absolutní vliv na jeho sebehodnocení

2.3.2 První partnerské vztahy

Partnerský vztah je výsledkem i dalším katalyzátorem vývoje, kterým člověk během dospívání prochází. Aby takový vztah vůbec mohl vzniknout, musí dospívající již dospět na určitou úroveň – vždyť ve středním školním věku před nástupem puberty je vzdálenost mezi děvčaty a chlapci největší.⁵² K navázání smysluplného vztahu je potřeba mnoho duševních i sociálních schopností, jako je empatie a další, a dospívající si ve vztazích tyto schopnosti cvičí a dále prohlubují. Můžeme z našeho dospělého pohledu hodnotit tyto první pokusy o partnerské vztahy přezíravě a nadřazeně jako dětinské, nicméně jsou laboratoří mezilidského soužití, kde dochází k mnoha experimentům a dospívající se učí být si partnery. A krom toho, každý den můžeme kolem sebe vidět, že mnozí dospělí v nácviku těchto „partnerských strategií“ zrovna daleko nepokročili.

Je tedy dobře, že k těmto kontaktům dochází. A že dospívající do této „školy“ života ani nikdo nemusí nutit. Chlapci s dívkami náhle začnou překonávat vzdálenost, která je před začátkem dospívání dělila, pomalu se vytvoří smíšené vrstevnické skupiny a jedni o druhé se náhle čím dál více zajímají. „Schůzky chlapců s dívkami začínají dnes již na počátku pubescence (...) zpravidla až kolem čtrnáctého roku začínají schůzky, při kterých jde o tělesné sblížení.“⁵³ Samozřejmě, že zmiňované tělesné sblížení je přiměřené věku a postavení takto mladých partnerů, kteří se ve svých intimních stycích omezují na doteky, polibky a objetí. Přičemž je samozřejmě ještě dlouhá cesta od vození se za ruku a prvních polibků až k pravidelnému k sexuálnímu životu, který začíná být normální až mezi osmnáctým a dvacátým rokem.⁵⁴

Pohlavní a sexuální role se v této době stávají součástí lidské identity a vztahy uspokojují celou řadu biologických, psychologických i sociálních potřeb člověka. Nicméně

⁵² MATĚJČEK, Z., Co děti potřebují, s. 58.

⁵³ ŘÍČAN, P., Cesta životem, s. 204.

⁵⁴ ŘÍČAN, P., Cesta životem, s. 205.

oblast vztahů je také oblastí velkého tlaku na dospívající a dívky obzvláště. A je to také oblast, ve které se markantně projevuje vliv konzumní společnosti. Právě proto, aby se zalíbily ostatním (opačnému pohlaví) začínají dívky hubnout, právě proto se chtějí vyrovnat vyhublému komerčnímu ideálu krásy. Právě proto, aby neztratily prestiž ve společnosti, potřebují dívky všechny možné „společenské rekvizity“ v podobě nejnovějších mobilů, značkového oblečení, šperků atd.

Navazování vztahů je jednou velkou – a v podstatě nikdy nekončící – nejistotou. S dospělým odstupem víme, že zklamání přirozeně patří k zamilovanosti a smutek z odmítnutí zažijeme v partnerském životě stejně jako štěstí a přijetí. Že i láska má dvě tváře, které jí ovšem neubírají na kráse – jak říká básník „co mé naději však zabrání / ani strach že přijde zklamání // abych nekles pod tvá kolena / nejkrásnější bývá šílená!“ Víme, že odmítnutí není odsouzení naší bytosti, nesráží trvale naši hodnotu, víme, že slunce vyjde i zítra. U dospívajících je to jiné.

Pro nejisté dospívající dívky je každé odmítnutí nebo bolestivý rozchod další velkou ránou pro jejich sebevědomí a sebehodnocení. Jejich vnímání a myšlení je rychlé, radikální a přijímá jen jasná extrémní řešení. Pouze ano a ne, černá a bílá, jakýkoli kompromis by zvyšoval jejich nejistotu a je proto nepřijatelný. Negativní reakci berou s definitivní platností jako potvrzení vlastních nejčernějších představ o své ošklivosti, „nemožnosti“ a často tloušťce. Odmítnutí si vztahují k sobě jako odsouzení své nejvnitřnější osoby, podstaty své osobnosti a celkové existence. I když většina dospívajících emocionální bouře dospívání přečká víceméně s dobrým koncem, mohou se i ty stát vážným stresorem a rizikovým faktorem, ohrožujícím zdárné dospívání dívek.

2.3.3 Změna sociálního statutu

Již mnohokrát jsme se o dospívání vyjadřovali jako o změně, přerodu nebo cestě od dítěte k dospělému. Zatím jsme se zabývali tím, jak se dospívající mění jejich těla, jejich uvažování i jejich vztahy k okolí. V této podkapitole se budeme věnovat proměně jejich sociálního statutu, tedy jejich postavení ve společnosti, které je do značné míry závislé naopak na proměně vztahu okolí k dospívajícímu.

Všechny změny, o kterých jsme na předchozích stránkách mluvili, mají jeden společný důsledek. Je evidentně zřejmé, že dospívající již není dítě a okolí se tak k němu přestává chovat. Až na výjimky lidé přirozeně reagují na dospívání a dospívající sám cítí tlak okolí na změnu. V této oblasti jsme jako moderní dospívající ochuzení oproti „primitivním“ kmenům. Z naší kultury se vytratil rituál dosažení dospělosti, který stěží může vynahradit neosobní občanský průkaz. Na rozdíl od dřívějších dob nejsou k dispozici ani nějaké přijatelné obsahy daného sociálního postavení.

Problematický je i sám sociální status adolescentů. Adolescence je v podstatě uměle vytvořené životní stádium, které utrhlo mladé dospělosti několik let ve prospěch dospívání a dospívajících. Adolescent je již podle všech měřítek dospělým člověkem, kterému ovšem společnost umožňuje zůstat ještě dospívajícím, aby se mohl déle vzdělávat a naučit se dovednostem a znalostem potřebným pro úspěšný dospělý život. Adolescenti si svou dospělost uvědomují a těžce snášejí, když se s nimi jedná jako s dětmi. Velký význam má tělesný vzrůst, který se stává nepřehlédnutelnou známkou dospívání a který adolescenty s dospělými opticky a psychologicky zrovnoprávňuje. Duševní a emocionální rozvoj vede ke změně prožívání a brzy také k prvním partnerským a později sexuálníм pokusům - i tím se mění sociální status dospívajících ve skupině.

Přesto mají adolescenti stále jednoznačně podřízenou roli jak ve škole, tak v rodině, kde jim pouze přibývají povinnosti, ale pramálo nových svobod či možností. To může zkomplikovat změnu sociálního statutu, která je pro mnohé dospívající dalším velice zatěžujícím úkolem. Tím spíš když tuto změnu mnohdy komplikují sami rodiče.

Častokrát jsou na své děti příliš ambiciózní (obzvláště chtějí-li si v dítěti vynahradit vlastní selhání) a příliš velkými nároky jim přijetí sociálního statutu dospělého znechutí a zkomplikují. Jindy naopak odmítají přijmout skutečnost, že jejich dítě dospívá a končí éra jeho dětství, závislosti a nekritického přijímání rodičovské autority. Změna sociálního statutu totiž klade nároky nejen na dospívající, ale i na jejich rodiče.

Změna sociálního statutu dospívajícího je zátěží i jejich rodiče, kteří postupně přicházejí do středního věku a blíží se u nich nová fáze bilancování a hodnocení, která probíhá kolem čtyřicátého roku věku. V tomto období probíhá další krize identity spojená s přechodem do druhé poloviny života, která je pro mnohé dospělé nad jejich síly. Zralé rodiče tato fáze nepřekvapí a dokáží novou situaci (i když jim nemusí zrovna dělat radost) pochopit a zpracovat. Nicméně mnoho vnitřně nejistých a nevyrovnaných rodičů čerpá své sebehodnocení ze svého paternalistického vztahu k dospívajícímu a nechce mu dovolit, aby dospěl. Může to být i nevyrovnanost s vlastním stárnutím nebo strach z osamění spojený s reálným očekáváním, že dospělé dítě navždy odejde z domu.

Vágnerová vypráví velmi charakteristický příběh „matky, která svojí dospívající dceři nevysvětlila co je menstruace. Když dívka začala menstruuovat (informována, jak bývá často zvykem, svými spolužačkami), popřela tuto informaci a nenakupovala pro ni menstruační vložky (...) Dávala jí stále velmi dětské oblečení (...) Tvrdila, že ještě nepotřebuje vypadat jako dospělá a reagovala až téměř hystericky při jakémkoli běžném projevu zájmu o chlapce.“⁵⁵

Viděli jsme výše, že dospívající mají kolem sebe celou plejádu různých zdrojů nejistoty, úzkosti a pochybností. Nejednoznačná zpětná vazba rodičů, kteří chtějí i nechtějí svoje dítě nechat dospět, množství pochybností dramatickým způsobem zvyšuje a násobí.

Vzhledem k vlivu konzumní společnosti se nejde nezmínit o okázalé spotřebě jako potvrzení sociálního statutu. Odedávna si děti hrály na dospělé, předstírali dospělost, mnohdy se snaha o participaci na sociálním statusu dospělých stala motivem k první cigaretě. I v této oblasti se konzumní hodnoty prosadily a dospívající musí potvrzovat svou pozici ve skupině novými mobily, značkovým oblečením, značkovým stravováním a „značkovým“ trávením volného času. Sociální stratifikace pronikla i mezi dospívající a ti, kteří se nemohou prokázat „rekvizitami skupinové příslušnosti“ jsou častokrát sociálně diskriminováni i šikanováni.⁵⁶

I to může zkomplikovat dosažení přijatelného sociálního statutu a hlavně se může stát motivací pro mnohé problémy, které dospívání současných náctiletých provází. Skupinová konformita může vést i ke kriminalitě, zneužívání drog případně chorobnému hubnutí atd. Subjektivně se totiž mnoho dospívajících lépe vyrovná s výčitkami svědomí za krádež, než s tím, že nemůže svůj sociální statut podpořit nějakým hmotným důkazem svého postavení a hodnoty a následným sociálním vyloučením.

Nároky, které změna sociálního statutu dospívajícím přináší, jsou mnohdy dalším rizikovým faktorem, který může zkomplikovat zdravé dospívání. Změna sociálního statutu

⁵⁵ VÁGNEROVÁ, M., Vývojová psychologie, s. 276.

⁵⁶ KOLÁŘ, M., Bolest šikanování, s. 153.

dospívajících je navíc zatěžující i pro rodiče, kteří ji mohou svým dětem značně zkomplikovat. Nicméně na konci dospívání by měl dospívající dojít k vyrovnání se svou novou rolí dospělého, kterou akceptuje on sám i jeho okolí. Pozitivně k tomu přispívá i dosažení uspokojivé profesní, partnerské a dalších nových sociálních rolí.

3. Socializace a základní faktory ovlivňující dospívání

Když dítě přichází na svět, stojí mimo dobro a zlo. Není špatné ani dobré, ale má potenciál pro obě možnosti. Přestože již novorozenec je do jisté míry určen svou genetickou výbavou, teprve narozením pro něho začíná celoživotní zápas mezi dobrem a zlem. Na jeho konci může stanout samostatný, zodpovědný a po všech stránkách vyzrálý jedinec prožívající víceméně kvalitní život, anebo také zoufalý asociál živořící na okraji společnosti. Tomuto zápasu říkáme podle našeho pochopení různě – výchova, dospívání, enkulturace či vzdělávání – ovšem vzhledem k společenskému aspektu tohoto zápasu se jako nejvýstižnější prosadil pojem socializace. Socializace v podstatě probíhá celý život, ovšem nejzásadnější vítězství i prohry v jejích bitvách jsou záležitostí raného věku, dětství a dospívání.

Člověk se člověkem nerodí, ale stává. Socializace je určitou obdobou evoluce, ve které se různé formy života přizpůsobovaly okolnímu prostředí a také přizpůsobovaly okolní prostředí svým potřebám. Evolucí vznikl člověk jako druh, socializací vzniká člověk jako osoba. Je to v podstatě ontogenetický vývoj plodu v člověka,⁵⁷ který je závislý na lidské společnosti, ve které jedinec vyrůstá.

Známé jsou příklady takzvaných vlčích dětí, tedy dětí, které nevychoval člověk ale zvířata. Tyto děti byly v raném věku opuštěny lidmi, načež je adoptovala divoká zvěř. Tyto děti neovládaly základní lidské schopnosti (zejména řeč), zato se výborně orientovaly v životním prostředí a způsobu života svého adoptivního druhu. Příklad těchto dětí ilustruje důležitost výchovného prostředí pro socializaci dítěte. Dítě je natolik variabilní, že se dokáže přizpůsobit jakémukoli druhu výchovy a reaguje na všechny druhy podnětů. Bez ohledu na genetickou informaci se lidské mládě ve vlčí smečce stane vlkem. Čím se však asi stane dítě vyrůstající s emočně chladnými, přetěžujícími a věčně zaneprázdněnými „manažerskými“ rodiči?

K úspěšné socializaci dítě potřebuje kvalitní okolí, které uspokojí jeho základní potřeby a také mu poskytne kvalitní podněty a zpětnou vazbu pro jeho učení a zrání. Pokud ovšem tyto kvalitní podněty chybí, socializace se bez nich nezastaví – jen se začne odchylovat od kýženého cíle směrem k perverzi. Proces socializace neustává prakticky nikdy, dokonce ani když o dítě nejeví jeho společníci zájem, najde si vychovatele a socializačního partnera v televizi, počítači nebo partě kamarádů. I v tomto případě ale platí, že dítě se nebude socializovat žádoucím způsobem, tedy se nebude orientovat na skutečně prosociální hodnoty a normy, ale tak jak to vyhovuje společnosti televizních filmů nebo vrstevnické party. Taková

⁵⁷ NAKONEČNÝ, M., Sociální psychologie, s. 135.

socializace je pak parodií sebe sama. Namísto toho, aby dítě vrůstalo do společnosti, adaptací na nevhodné podmínky se ze společnosti naopak vyřazuje.

Úspěšná socializace je dlouhodobý, neustále probíhající proces, který začíná již od počátku života dítěte. Prvním mezníkem je primární připoutání dítěte k hlavní pečující osobě, nejčastěji matce, a navázání uspokojivého vztahu k ní. Z tohoto vztahu dítě čerpá uspokojení svých fyzických i psychických potřeb, je mu zdrojem primárního přijetí. Vztah důvěry, lásky a přijetí otevírá dítěti pozitivní vztah ke světu, o němž právě začíná získávat první zprostředkované informace. Pokud dítě cítí jistotu a opěrný bod, je spokojenější, odvážnější a zvědavější. Pokud je dítě odmítáno, stává se úzkostným a nejistým a svět negativisticky vnímá jako ohrožující nebezpečí. Už v tomto období je možné poznamenat dítě hlubokými šrámy, které se sice mohou projevit až za relativně dlouhou dobu (v dospělosti), ale které se potom velmi těžko překonávají a odstraňují.

Dítě není na začátku svého života ani přehnaně náročné, ani vybíravé. Bude spokojené, když bude v čistém, přiměřeně vytopeném prostředí, nebude mít hlad a žízeň a hlavně, pokud bude milované. Dítě potřebuje lásku a péči, ale už mu tolik nezáleží na tom, kdo mu je dá. Bude vděčně opětovat lásku jakékoli pečující osobě, bez ohledu na pokrevní pouta. Dítě se, i později ve svém vývoji, ochotně naváže na jakoukoli vhodnou i méně vhodnou osobu či neosobního socializačního partnera. To na jednu stranu umožňuje například úspěšnou adopci opuštěných dětí či resocializaci problémových jedinců, ale také nahrazení chybějícího výchovného partnera nevhodným působením televize, vrstevnické party atd.

Jaké konkrétní cíle pak tedy socializace sleduje a jak jich dosahuje? Nakonečný vypočítává sedm aspektů socializace: 1. osvojení základních kulturních návyků (stolování, hygiena, slušné chování). 2. Odpovídající používání nástrojů. 3. Osvojení mateřského jazyka a dalších forem komunikace. 4. Základní orientace v časoprostoru, společnosti a přírodě. 5. Osvojení sociální role odpovídající pohlaví a věku. 6. Orientace v základních společenských normách a hodnotách (dobro a zlo, správné a špatné). 7. Vývoj od dětského egoismu k prosociálnímu jednání. Ovšem vlastním cílem socializace je internalizace, zvnitřnění společenských norem, po němž již člověk jedná morálně nikoli z vnějšího donucení, ale z vlastního vnitřního popudu.⁵⁸

Jak již bylo řečeno, většina socializačního působení probíhá v rodině. To by mělo zajistit, že tento proces bude probíhat zdárně, v klidném a milujícím prostředí a v rámci společensky uznávaných hodnot a vzorců jednání. To ovšem nemusí platit vždy a problém může nastat na mnoha úrovních. Pokud nejsou hodnoty společnosti v souladu s hodnotami

⁵⁸ NAKONEČNÝ, M., Encyklopedie obecné psychologie, s. 317-318.

rodiny, může být výsledek naprosto opačný. Například rodiče alkoholici vychovávají ze svých dětí pravděpodobně také alkoholiky, protože děti se přirozeně adaptují na nepřirozený svět svých rodičů. Na úspěšnou socializaci vůbec útočí tolik různých predátorů, že ukončený zdravý vývoj jedince znamená malý zázrak. Pokud se tento zázrak nepovede, přichází čas řešit problémy, které pak nutně přicházejí.

3.1 Rodina

Situace současné rodiny je komplikovaná mnoha faktory, které souvisejí s charakterem stávající společnosti. Na začátku třetího tisíciletí se rodina jako taková nachází v docela nové pozici. Při pohledu do minulosti by se mohlo zdát, že bouřlivé dvacáté století ve svých revolucích, válkách a převratech nenechalo stát kámen na kameni. Jsme odříznuti od tradic našich předků, našimi vlastními životy a zkušenostmi hledáme novou rovnováhu a dost dobře možná právě vytváříme základy nových tradic a schémat, odpovídajících podmínkám proměněného světa.

Ani konzervativní modely vracející se do 19. století, ani volná láska 60. let se v současné době neprosazují. V současnosti je nejpatrnější určitý kompromis tolerance a dokonce preferování partnerského soužití, které partnery nijak formálně neváže, ale zároveň není zcela nahodilé a volné. Tomu odpovídá mimo jiné i přijetí zákona o registrovaném partnerství, které se samozřejmě týká i heterosexuálních párů. Takováto partnerství bývají trvalejší a neformálně na sebe berou podobu manželství. Některá také v manželství časem vyústí, jiná se rozpadají, jiná přetrvávají celoživotně, aniž by se kdy manželstvím formálně stala.

Ovšem souvislosti jsou širší. Až do nedávné doby byla rodina základem každé předchozí společnosti. Pro předprůmyslovou éru byla charakteristická stmelená, patriarchální, relativně široká rodina, která byla přirozeným sociálním prostředím i záchrannou sociální sítí. Dvacáté století je specifické rostoucím důrazem na jednotlivce a individuální výkon. Tomu také odpovídají vysoce hodnocené schopnosti a vlastnosti jako je soutěživost, konkurenceschopnost, výkonnost či flexibilita. Ty se hodí spíše k budování kariéry než mezilidských vztahů, kterým prospívají spíše v současnosti opomíjené hodnoty soucitu, solidarity, empatie atd. Současnému životnímu stylu a konzumnímu charakteru společnosti tak vcelku logicky odpovídá i krize manželství a rodiny.

V důsledku je pak možné v posledních čtyřiceti letech pozorovat snižující se sňatečnosti a zároveň vysokou míru rozvodovosti (stabilně dosahující téměř dvoutřetinového

podílu na všech manželstvích), odkládání vstupu do manželství a založení rodiny. Rodina se několikanásobně zmenšila, nejprve se vytratila širší rodina, po níž zůstala základní rodina tvořená jen rodiči a dětmi. A ubývalo jak dětí (dnes nejčastěji jedno nebo dvě), tak i kompletních rodičovských párů. Výrazně narostl počet dětí vychovávaných jen jedním rodičem, stejně jako počet neoddaných partnerství a také dlouhodobě dobrovolně bezdětných vztahů. Vedle toho existuje množství víceméně pouze formálních svazků, zmenšuje se objem společně tráveného času i vzájemné komunikace. Formalizuje se i soužití v rodině, jejíž členové tráví více času odděleně, například individuálním sledováním médií.⁵⁹

Během posledních padesáti let na partnerství také významně působily a působí politicko-sociální faktory. Demografická politika vždy závisela na politice sociální, ale i na celkovém politickém klimatu. Dravost a bezohlednost moderního kapitalismu se stává problémem, stejně jako jím byla dusivá beznaděj normalizační éry. Nedostatek dostupných bytů je v současnosti zásadním problémem, partneři kolik dětí si mohou dovolit. Rodinnou atmosféru pak častokrát narušuje trvalý nedostatek prostředků a obavy ze ztráty zaměstnání nebo dlouhodobé nezaměstnanosti. Jindy se problémem stává přílišná pracovní vytíženost jednoho nebo obou rodičů. Stísněná nálada v rodině výrazně ovlivňuje vývoj dítěte, při velkém pracovním vytížení jednoho nebo obou rodičů přibývají vážné problémy s citovou deprivací a komplikovaným přijetím specifické pohlavní role bez pomoci přirozeného rodičovského vzoru.

Posledním faktorem, který ovlivňuje situaci a význam rodiny v současné konzumní společnosti je institucionalizace výchovy a vzdělání dítěte a jeho časné odloučení od rodičů a zasazení do vrstevnického kolektivu jeslí, školky a školy. To na dítě působí dvojitým způsobem. Jednak oslabuje rodinné vazby, které slábnou jak ze strany dítěte, tak i ze strany rodičů, a jednak dítě, často předčasně, zasazuje do prostředí, kde je nutně vyžadována dokonalá adaptace. Tlak na konformitu děti často přetěžuje a může v nich vyvolat odpor k autoritám, potažmo celému světu dospělých případně selhání v důsledku přílišné zátěže. Toto riziko je ještě větší pokud dítě trpí některou z vad ztěžujících přizpůsobení a plnění povinností jemu ukládaných, například hyperaktivitou nebo některou z poruch učení.⁶⁰

Vliv rodičů na dítě se v zásadě projevuje dvojitým způsobem, a to jednak vědomým výchovným působením, ovšem v daleko větší míře působením nevědomým, kdy se dítě automaticky učí od svých rodičů, aniž by si to rodiče vždy uvědomovali nebo si to přáli. Specifickým výchovným působením je tak i zanedbání dítěte a jeho ne-výchova, která dítě otevírá působení jiných pseudo-výchovných faktorů, např. médií či vrstevníků.

⁵⁹ FONTANA, D., *Psychologie ve školní praxi*, s. 37

⁶⁰ MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., *Mládež a delikvence*, s. 38.

Úspěšná výchova začíná již v prenatální fázi vývoje dítěte, které hned po narození dítě hledá pocit bezpečí, vazbu „základní důvěry“ k pečovatelské osobě. Pokud je dítě svým okolím láskyplně přijato, je spokojené a svět považuje za přátelské místo, ve kterém se později dobře zabydlí. Pokud je ale odmítané, přijímané s lhostejností a více či méně skrývaným nepřátelstvím, namísto pozitivní vazby si vytváří vazbu buďto ambivalentní (orientovaná na závislost), vyhýbavou (potlačení potřeb, stažení se do sebe) nebo dezorganizovanou (střídavě vyžadující i odmítavou). Disharmonická vazba dítěte na rodiče je významným predikátorem budoucího kriminálního chování a/nebo dalšího sociálního selhávání.⁶¹ „Psychopatická osobnost vzniká nejčastěji na podkladě časného a silného zavržení dítěte jeho rodiči, které vytváří v dítěti mohutný rezervoár hněvu, odporu, závisti, podezřívavosti i nedůvěry.“⁶² Prvním předpokladem pro zdárný vývoj dítěte je tedy schopnost, možnost a vůle rodičů se o budoucího potomka s náležitou láskou a péčí postarat.

Pro naše téma, kterým je vliv konzumní společnosti na dospívající dívky, jejich sebevědomí a emoční deprivaci, je zásadně důležitých několik fenoménů. Přičemž nejdůležitější z nich je výchovný styl, panující v rodině a především přístup rodičů k dítěti či dětem, který jednotlivé výchovné styly odrážejí.

Pro úspěšný průběh socializace je důležitý styl rodičovské péče umožňující žádoucí sociální prostředí a interakce. Maccobyová a Marin v roce 1983 popsali model rodičovské péče na základě dělení dvou vzájemně se prolínajících dimenzí.⁶³ První je dimenze hodnot vyžadující/ovládající a nevyžadující/neovládající; druhou dimenzí hodnot je dvojice přístupů přijímající/reagující/zaměřený na dítě, a proti ní odmítající/nereagující/orientovaný na rodiče. Vzájemnou kombinací těchto možností vznikají základní typy péče: autoritativní, autoritářský, shovívavý, zanedbávající. Ideální je samozřejmě kombinace přiměřených nároků a vysoké péče, tedy péče vyžadující/ovládající a zároveň přijímající/reagující/orientovanou na dítě. Tento styl péče „vyžaduje od dětí, aby se chovaly rozumně a společensky na úrovni odpovídající jejich věku a schopnostem. Vřelý, pečující, vyptává se na názory a city dítěte. Rodičovská rozhodnutí bývají dětem zdůvodňována.“⁶⁴ Takto vychovávané dítě má nejlepší předpoklady stát se vyzrálou, samostatnou a úspěšnou osobností. Naproti tomu autoritářský a shovívavý styl může vést děti k izolaci a agresii, v druhém případě spojenou s nesamostatností a neovládáním impulsů. Zejména autoritářský styl výchovy spojený s neúměrnými požadavky na dítě zvyšují riziko selhání v průběhu

⁶¹ MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., *Mládež a delikvence*, s. 42.

⁶² KOUDELKOVÁ, A., *Psychologické otázky delikvence*, s. 94-95.

⁶³ FONTANA, D., *Psychologie ve školní praxi*, s. 23-25.

⁶⁴ FONTANA, D., *Psychologie ve školní praxi*, s. 24.

dospívání v důsledku nereálného hodnocení a očekávání. Zanedbávající výchovný styl pak selhává ve stanovení hranic chování, ani neposkytuje dospívajícím tolik potřebnou jednoznačnou zpětnou vazbu.

Socializace probíhá z největší části v rodině, přičemž se uplatňují procesy sociálního učení, nápodoby a podmiňování. Děti na výchovné působení většinou dobře reagují, mají přirozenou potřebu „schválení dospělými.“⁶⁵ C. Rogers tuto univerzální potřebu považoval za vrozenou, ovšem i kdyby nebyla vrozená, je všeobecná, vycházejí z potřeby společenského přijetí a tvorby vlastního sebevědomí. Sebevědomí předškolní děti čerpají především z rodičovské a učitelské zpětné vazby. Kárání na ně působí jako rozlad, který řeší svým chováním a cítí že obnovují kýžený vztah. Děti se tak učí jednat strategicky včetně anticipace důsledků vlastních činů a mění podle toho své chování. Ostatně i styl rodičovské péče se může v průběhu času měnit, v závislosti na temperamentu dětí i rodičů, rozhledu, zkušenostech a vzdělání rodičů.

Je zřejmé, že prosociální výchova dětí vštěpováním rodinných hodnot je možné jen tehdy, pokud hodnoty dané rodiny odpovídají společenským standardům. V jiném případě se budou děti přirozeně přizpůsobovat normám platným v této rodině. Pokud budou rodiče pít alkohol, jejich děti to budou považovat za správné. Pokud budou rodiče brát drogy, velmi pravděpodobně k nim budou mít blízko i děti. To bohužel platí o všem negativním, co rodiče mohou své děti naučit, o poruchách příjmu potravy to platí dvojnásobně. Pokud jsou rodiče sami neurotičtí, nejen že budou děti dusit těžkou atmosférou, ale budou též děti učit jednat odpovídajícím způsobem. Rodičovská výchova, která by za normálních okolností měla pomáhat dětem k zdravému dospívání, pak vede přímo proti němu.

Například u mentální anorexie je nejrizikovějším faktorem již probíhající porucha příjmu potravy u sourozence nebo i zaléčená epizoda u matky. Je zřejmé, že matka bude na své dítě přenášet vlastní úzkost, která kdysi způsobila její vlastní poruchu. Pokud navíc matka nepřijala zdravý náhled na vlastní osobu a nemoc, může dívku k anorexii dokonce posouvat neustálým kontrolováním její váhy, stravy, komentáři o její postavě atd. Pokud poruchou aktuálně trpí sourozenec, strhává na sebe většinu rodičovské pozornosti a péče. To se samozřejmě nelíbí ostatním sourozencům či sourozensci, kteří ne úplně správnou ale pochopitelnou úvahou dojdou k závěru, že anorexie či bulimie jsou nejlepším způsobem, jak získat kýženou rodičovskou pozornost a péči. A přestože „nebylo potvrzeno, že by existovala nějaká typická anorektická nebo bulimická rodina,“⁶⁶ která by děti v ní dospívající automaticky „nakazila“ poruchou příjmu potravy, ovšem v případě shodné anamnézy v rodině

⁶⁵ FONTANA, D., Psychologie ve školní praxi, s. 354.

⁶⁶ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 49.

se riziko propuknutí mentální anorexie zvyšuje na 4-10 procent.⁶⁷

Důležitým prvkem rodičovského vedení je dohled. Není to ovšem špiclování nebo neustálé kontrolování vzhledu. Dohledem se chápe míra informovanosti o činnosti dítěte v době, kdy není doma, respektive pod přímým dozorem. Čím méně informací rodiče mají, tím větší je pravděpodobnost, že dojde k vývojovému selhání. Ovšem kvalitní dohled nelze směřovat s neurotickým nespouštěním dítěte z očí, které může vést k naprosto opačným výsledkům. Jde spíše o to, že rodiče, kteří mají o své dítě upřímný zájem, sledují jeho aktivity přirozeně i mimo domov a dítě, které svým rodičům důvěřuje a má k nim dobrý vztah, jim také o svých samostatných aktivitách bez pobízení vypráví. Otázka dohledu i vštěpování vnitřní rodinné disciplíny je tedy primárně otázkou zájmu rodičů o dítě a jejich vzájemného vztahu.⁶⁸

Nejen s kvalitou dohledu významně souvisí úplnost či neúplnost rodiny. Přestože je v současné době naprosto běžné, že děti jsou vychovávány jen jedním rodičem, z hlediska dospívání je neúplná rodina rizikovým faktorem.⁶⁹ Chlapcům chybí mužský vzor vhodný k identifikaci, děvčata postrádají model mužského chování, oběma chybí protipól matky jako druhý specifický zdroj opory a autority. Autorita otce a častokrát i příslovečná tvrdší ruka při výchově pak chybí matce, kterou výchova dětí zatěžuje mnohem více, než kdyby se o ni dělila s druhým partnerem, zvláště musí-li zároveň pracovat. Důsledkem je zákonitě horší kvalita i kvantita dohledu, horší komunikace a menší objem vzájemných interakcí, stejně jako častější výchovné selhávání. Velmi pozitivní roli mohou v této situaci sehrát prarodiče a širší rodina vůbec, role případného nevlastního otce je ambivalentní. Může v rodině zaplnit prázdný prostor a působit velmi pozitivně, ale také se z něho může stát významný zdroj stresu a například násilnický alkoholik může nevlastní rodinu vztahově rozložit.

Příliš volná i příliš tvrdá výchova zvyšují riziko selhání v dospívání. Dítě, které je často a necitlivě fyzicky trestáno žije v neustálém stresujícím strachu a časem se začne tělesnému trestu vyhýbat. Namísto výchovy k morálním principům se naučí podvádění, lhaní, manipulování, ale i agresivitě jako běžnému způsobu jednání a nadto si zažijí pocit, že jsou trestány právem, protože jsou samy špatné. Jednání, které se mělo dítě odnaučit, pak takováto výchova naopak posiluje. Podobné charakteristiky i následky má „výchova“ v rodině, kde jsou děti fyzicky nebo sexuálně zneužívány. Významným vedlejším efektem je výrazně zhoršené sebehodnocení takových dětí, přetrvávající do dospělosti. Takové zneužití je jednou z největších tragédií, která se dítěti může přihodit.

⁶⁷ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 48.

⁶⁸ MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., Mládež a delikvence, s. 45.

⁶⁹ MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., Mládež a delikvence, s. 45.

Tvrdá a často i agresivní výchova mluví o povaze rodičů i o rodinné atmosféře. Způsob řešení konfliktů v rodině je dalším faktorem, který dítě vzdaluje nebo přibližuje k normálnímu životu v dospělosti. Pokud dítě vyrůstá v atmosféře lásky, spolupráce a vzájemného respektu a podpory, které se uplatňují i při neagresivním řešení konfliktních situací v rodině, naučí se dítě spolupráci a nekonfliktnímu jednání. V rodině s častými otevřenými konflikty rodičů mezi sebou, rodičů s dítětem nebo dítěte se sourozenci se dospívající učí „konfrontačnímu způsobu řešení těžkostí.“⁷⁰ Dítě se navíc v takové rodině přirozeně necítí dobře a má tendenci z ní unikat do potenciálně nebezpečných vrstevnických skupin.

Dysfunkční rodina bez adekvátního působení na dospívající děti je z hlediska vývoje dítěte nebezpečná hned dvakrát. Jednak svou vlastní ne-výchovou, ale také výchovným vakuem, které vytváří a které dítě otevírá pro působení potenciálně nebezpečných vlivů. Dítě potřebuje být vychováváno a výchovné podněty vyhledává. Pokud je nenachází v rodině, přimkne se k první možné alternativě, ať už je to únik skrze média či zapojení do vrstevnické skupiny. Zda se realizuje potenciální nebezpečnost všech dalších rizikových faktorů ohrožujících zdravý vývoj dítěte, záleží totiž především na tom, jaký základ jeho osobnosti vytvoří právě rodina.

⁷⁰ MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., Mládež a delikvence, s. 48.

3.2 Média

V minulosti se mluvilo zejména o negativním vlivu sledování televize, případně poslechu hudby, zejména heavy metalu. V současnosti je situace poněkud složitější. Rozvoj komunikačních prostředků a médií ovlivňuje dnešní globalizovaný svět. Mluví se o digitalizaci sociálního pole moderního člověka.⁷¹ V současnosti stále sílí vliv internetu a počítačových her na celou společnost a dospívající obzvláště. Dokonce i sledování televize mezi mladší generací kulminovalo koncem devadesátých let dvacátého století a od té doby jeho podíl klesá ve prospěch nejnovějších multimédií. Televize ovšem zůstává celosvětově nejmocnějším médiem a ostatně většina toho, co bylo v minulosti řečeno o televizi, platí s určitými modifikacemi i na nové nástroje masmediální komunikace. Sledování médií je velmi sugestivní a hlavně nenáročná na aktivní účast konzumenta televizního programu. Sledování médií je hlavní mimoškolní či mimopracovní zábavou dospělých i většiny mládeže. Věnujeme jim víc času než všem ostatním volnočasovým aktivitám. Jsou naší hlavní zábavou a do značné míry také naším dominantním interpretem okolního světa.

Když se mluví o případném destruktivním vlivu televize, často se ozývá argument, že každý se může dívat na co chce a televize jde kdykoli vypnout. Kromě toho, že jako daňoví poplatníci bychom měli mít právo sledovat za své peníze kvalitní programy k našemu morálnímu a kulturnímu povznesení, jak je definována funkce minimálně veřejnoprávní televize, je tento názor v podstatě pravdivý. Dospělí mají skutečně právo vybírat si informace, které na sebe nechají působit. Za děti, které se v programové nabídce neumí orientovat, tento výběr samozřejmě provede zodpovědný rodič. Zdálo by se, že problém negativního působení médií na psychosociální zdraví je vyřešen ještě dřív než řešen.

Je skutečně pravda, že sledování televize a dalších médií by za určitých okolností nemuselo být problémem ani pro děti. Pokud by ovšem měly takovou péči, aby sledovaly televizi pouze v míře, odpovídající jejich věku, a také jim přiměřené pořady. Ani sledování scén násilí a zla nemusí ale na dítě působit destruktivně, pokud jsou jim podány v adekvátním kontextu. Tradiční pohádky násilné prvky obsahují takřka bez výjimky, přesto nejsou pro děti výchovným problémem. Nejdůležitějším prvkem je tedy rodičovský dohled a kvalita vztahů v rodině dítěte. Až „dítě, jež na takový rámec není dostatečně napojeno a o které se nikdo dospělý nezajímá, pak může násilí považovat za legitimní způsob prosazování lidských potřeb.“⁷² Je tedy nutné mít na paměti, že násilné chování odkoukané z médií hovoří spíše o

⁷¹ SAK, P., Média a hodnoty v sociálním poli mládeže.

⁷² MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., Mládež a delikvence, s. 103.

rozkladu rodiny a společnosti, než o zkaženosti dnešní mládeže.

Různé odhady sledování televize dětmi a dospívajícími v našem kulturním okruhu mluví o tom, že před obrazovkou dospívající tráví 3-4 hodiny denně.⁷³ Nejčastěji sledovaným programem je stanice Nova, která je experty hodnocena jako potenciálně nejvíce škodlivá a vede ve všech čtyřech škálách hodnocených „negativních jevů“:

- samoučelné zobrazování násilí a jeho zlehčování;
- vulgární zobrazování sexu a lidského těla snižující lidskou důstojnost;
- agresivita zaměřená proti některým náboženským, politickým, sociálním etnickým či jiným skupinám;
- špatný příklad pro děti a mladistvé ohrožující jejich psychický, morální a sociální vývoj.⁷⁴

Přitom již velmi malé dítě umí napodobit to, co vidělo v televizi, dokáže si z jednání postav na obrazovce osvojovat vlastní modely chování. Sociální učení je u dětí tak akcentované, že když chybí adekvátní vychovatelský vzor jednání, dokáže si dítě najít ten svůj třeba na obrazovce televize. Děti takto „odchované“ např. kreslenými seriály či postavou z počítačové hry, budou naučené chování naprosto automaticky používat v kontaktu s okolním světem, což v důsledku znamená, že se děti začnou chovat k hračkám i ostatním dětem ve školce agresivněji, než děti, které podobnému vlivu vystaveny nebyly. *Pondělní syndrom* je nový odborný termín, popisující fakt, že po víkendu stráveném u televize si děti ve škole vybíjejí takto načerpanou agresivitu.⁷⁵ V kanadském městě, dlouho odříznutém od televizního vysílání, se množství násilného chování ve dvou letech po zavedení televize zvýšilo o 160%.⁷⁶ Preferování násilných televizních pořadů ve věku osmi let predikuje vyšší počet zadržení a odsouzení za násilné trestné činy ve věku třiceti let.⁷⁷

U dětí do dvou let je sledování televize škodlivé jako takové, tedy bez ohledu na obsah či kvalitu programu. I minimální míra sledování obrazovky brání zdravému rozvoji dětského mozku, zejména zaměřené nebo orientované pozornosti.⁷⁸

Fakt, že vliv sledování televize je destruktivní při sledování jakýchkoli pořadů na druhou stranu neznámá, že již v takto útlém věku se děti nemohou podle televize učit. Již v době, kdy si děti fixují první mechanismy jednání, jim televize k nápodobě nabízí negativní vzory, které děti nemají šanci rozlišit od těch pozitivních. „Již batolata dovedou napodobit

⁷³ www.doktorka.cz

⁷⁴ MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., *Mládež a delikvence*, s. 103.

⁷⁵ MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., *Mládež a delikvence*, s. 105.

⁷⁶ MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., *Mládež a delikvence*, s. 105.

⁷⁷ MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., *Mládež a delikvence*, s. 107.

⁷⁸ KOUKOLÍK, F., DRTINOVÁ, J., *Zlo na každý den*, s. 283.

některé jednoduché výkony na televizní obrazovce.⁷⁹ Lidský mozek v takto útlém věku však potřebuje především lidský kontakt a přiměřené podněty, ať už pro rozvoj pozornosti a dalších schopností, tak i pro osvojování vhodných vzorů jednání. Je-li dítě ponecháno obrazovce „napospas“ strádá citově i podnětově se všemi důsledky, které to má pro jeho osobnostní a sociální vývoj.

Výraznější výchovný vliv televize může vysvětlovat rostoucí kriminalitu a brutalitu u dívek, které již nejsou rodinou a společností vedeny k přijetí tradiční sociální role, ale jsou ve větší míře ponechány působení televize, která ženy často zobrazuje jako neohrožené bojovnice nebo rovnou rafinované kriminálnice. Uhrančivá média mají také lví podíl na konstrukci a šíření komerčního ideálu krásy, ženy jsou takřka bez výjimky zobrazovány jako přitažlivé, což především znamená štíhlé. Děti, které stráví sledováním médií podstatnou část svého dospívání, pak zcela samozřejmě prezentované vzory berou za své, což si v dospívání může vybrat svou daň

Televize je dobrý sluha, ale velmi špatný vychovatel. Zábavní průmysl vytváří iluzi neskutečného světa. Drsného, nebezpečného, ohrožujícího nebo naopak fantaskně jednoduchého, krásného, sexy a „s nula procenty tuku.“ Světa, který nás baví sledovat, ale ve kterém by se nám vlastně ani nechtělo žít. Děti vystavené médiím se ale právě na tento svět adaptují, napodobují ho, případně se ho bojí a utíkají před ním. Jedinou obranou proti asociálnímu výchovnému vlivu médií je rodičovská vychovatelská péče. Ta může korigovat sledování televize, vysvětlovat pozadí děje a vhodnost či nevhodnost určitých způsobů jednání. Rodiče musí nabídnout skutečný svět, vztahy a normy, jako hodnotnější alternativu mediálního podání. Díky nim může cítit svět jako přátelské prostředí, ve kterém je nespravedlnost trestána a problémy se řeší spoluprací a ne násilím. Svět, ve kterém dívka může být sama sebou, aniž by se musela podobat filmovým hvězdám. Reálný svět, který se tomu na obrazovce nikdy nesmí začít podobat.

⁷⁹ KOUKOLÍK, F., DRTINOVÁ, J., Zlo na každý den, s. 285.

3.4 Vrstevnícká skupina

Již od příchodu do školy je vrstevnícká skupina velice důležitým referenčním prostředím, jehož důležitost v průběhu dospívání roste. Děti se postupně emancipují od původní rodiny a právě vrstevnícká skupina v tomto procesu hraje důležitou roli. V mnoha oblastech jako nejbližší sociální pole dítěte nahrazuje roli rodiny. Je zdrojem velmi silné zpětné vazby, sebevědomí nebo naopak pocitu méněcennosti, inspirací v chování i morálce v dobrém i špatném. Vstup do vrstevnícké skupiny je ale také pro většinu dětí významným zdrojem stresu a uznávaná pozice v rámci vrstevnícké skupiny potvrzením jejich hodnoty a sociální úspěšnosti.⁸⁰

Můžeme si představit víceméně pozitivní a prosociální vrstevnícké skupiny (turistické, sportovní či kulturní kroužky atd.), ale i takřka veskrze negativní (kriminální gangy, extremistické bojůvky). Na vrstevníckou skupinu ovšem nelze svalovat plnou odpovědnost za případné problémy, dítě si již na základě předchozí výchovy a zkušeností vytvořilo preference, podle kterých si vybírá vrstevníckou skupinu a svou roli v ní. Vrstevnícká skupina má sice velký vliv, ale spíše jen viditelně demonstruje a potvrzuje způsoby jednání naučené v rodině. Jednotlivci s dobrým zázemím a prosociálním chováním se budou sdružovat v minimálně problematických spolcích, kdežto děti vykořeněné, s predelikventním chováním a problémy se začleněním do rodiny i společnosti, si budou vybírat podobně postižené jedince a skupiny.

Přestože vliv vrstevnícké skupiny není apriori tak mocný, jak by se mohlo zdát, je nutné s ním počítat. Čím menší a/nebo negativnější vliv má na nezletilého jeho rodina, tím větší a destruktivnější vliv bude mít parta vrstevníků. Vrstevnícká skupina bude mít mnohem větší přitažlivost pro děti odmítané, než pro děti s dobrým rodinným zázemím. Asociální jednání těchto skupin může být epizodická (například jako vstupní rituál), náhodná (občasné krádeže v obchodech) nebo může také tvořit hlavní náplň jejich činnosti. Vrstevnícká skupina je zásadním fenoménem například pro zneužívání alkoholu a drog, stejně jako pro kriminalitu mladistvých. Většina mladistvých se delikvence dopouští právě ve skupině, což platí o násilných trestných činech stejně jako o majetkové trestné činnosti. Skupina dodává jedinci odvahu k asociálnímu jednání, je zdrojem negativní popularity, pocitu nadřazenosti, anonymity a beztrestnosti. Asociální parta si vytváří vlastní asociální normy a hodnotové preference. Členství v takové skupině vede k upevnění negativních návyků a mnohonásobně

⁸⁰ FONTANA, D., Psychologie ve školní praxi, s. 286.

je posiluje.⁸¹

Varující jsou v tomto směru vícekrát zmiňované komunity pro-ano, tedy pro-anorektických „svépomocných“ skupin, které existují jak v reálném světě, tak i (častěji) ve virtuálním prostoru. Není možné si ale představovat skupiny typu Anonymních alkoholiků, terapeuticky laděnou komunitu lidí, kteří si uvědomují svůj problém a vzájemně se podporují v jeho řešení. Naopak, v pro-ano komunitách se dívky vzájemně podporují v tom, že žádný problém nemají. Posilují se ve svém hubnoucím úsilí, předávají si zkušenosti s dietami, případně zvracením, použitím medikamentů atd. Tyto anorektické komunity jsou nebezpečné právě v tom, že jsou přímo protikladné každému terapeutickému působení.

Vrstevnická skupina hraje v životě dospívajících velice významnou roli a jsou zásadním faktorem jejich dospívání. Jejich potenciální nebezpečí spočívá v tom, že u disponovaných jedinců podporují asociální návyky a tendence, upevňují je a mnohonásobně posilují.

⁸¹ MATOUŠEK, O., KROFTOVÁ, A., Mládež a delikvence, s. 85..

4. Konzumní společnost a její vliv na dospívající dívky

4.1 Základní definice

Abychom se dobrali základní pracovní definice konzumní společnosti, vypravíme se nejprve pro radu do slovníků a encyklopedií. Vzhledem k tomu, že konzumní společnost a životní styl lze považovat za zajímavé a důležité téma naší současnosti, je strohost většiny nalezených charakteristik možná překvapivá, ještě spíše zřejmě symptomatická.

Jedna z definic popisuje konzumní společnost jako „typ moderní industriální společnosti, v níž jsou rozhodující sociální funkce určovány spotřebou (konzumem).“⁸² Jasně a strohé konstatování, které konzumní společnost zařazuje chronologicky i typologicky do industriální společnosti, přičemž je konzum uznán jako hlavní sociální hybatel.

Sociologický slovník se ke konzumní společnosti vůbec nevyjadřuje, ale definuje alespoň heslo konzumerismus. A to jako „sklon orientovat se v chování a prožitcích především na ty hodnoty, které jsou spojeny s konzumním stylem života. Jedním z projevů konzumerismu je i demonstrativní spotřeba, v níž se konzum stává znakem společenského postavení.“⁸³

To je na jednu stranu definice hraničící s tautologií, když charakterizuje konzumerismus jako orientaci na konzumní životní styl, který ale nijak nedefinuje. Nicméně zajímavé na této definici je její druhá věta. Určitý konzum – tedy spotřeba – je nutným předpokladem přežití jakéhokoli života, konzumní se společnost stává ve chvíli, kdy nutnou spotřebu překonává spotřeba demonstrativní. Jednou z jejích funkcí je potvrzení sociálního statutu konzumenta. Sociální postavení se již neodvívá od dědičného vlastnictví půdy (feudalismus) ani výrobních prostředků (klasický kapitalismus) – společenský statut je odvislý od toho, kolik a za kolik dokážeme zkonsumovat zboží a služeb. Podnikatelské baroko, luxusní dovolené (která získává hlavní hodnotu, když se o ní vypráví) nebo okázalá a mnohonásobně předimenzovaná auta, to jsou každodenní příklady této demonstrativní spotřeby. Mezi mladšími lidmi pak může jít o návštěvy solárií, exkluzivních klubů, fit-center či restaurací a co se týče zboží, samozřejmě jde na prvním místě o oblečení a mobilní telefony, ke kterým se přidávají audiovizuální přehrávače a šperky.

Nejprostší, ale nejvýstižnější definici nakonec nabízí sám klasický produkt konzumní společnosti, internetová encyklopedie Wikipedia. Ta konzumní společnost definuje jako

⁸² KRAUS, J., PETRÁČKOVÁ, V et al., Akademický slovník cizích slov, s. 420.

⁸³ JANDOUREK, J., Sociologický slovník, s. 132-133.

pojem, označující stav společenských poměrů, kdy je „individuální spotřeba produktů průmyslu povýšena na kritérium kvality života.“⁸⁴ Tato definice se již na konzumní společnost dívá z podobného úhlu pohledu. Konzum je již zakoušen osobně, jako kritérium kvality života, de facto měřítko osobního životního štěstí. Dostáváme se tak k oddílu, ve kterém se pokusíme charakterizovat konzumní společnost vlastním způsobem.

4.2 Psychosociální charakteristika konzumní společnosti

Konzumní společnost si můžeme představit jako různé obrázky ze současného života. Jedním z nich je rodina na víkendovém lovu v hypermarketu. Otec obdivuje stále plošší a lépe rozlišující televize, matka žasne nad slevami v oddělení konfekce. Oba něco přes čtyřicet, oba přepracovaní a navzájem si trochu cizí – vrtá jim hlavou, co by měli jeden druhému koupit k Vánocům. A obtloustlý synek kolem deseti let lhostejně prohlíží regály hraček, které už ho nemají čím překvapit. Už by chtěl domů do satelitního městečka, kde sice nikoho nezná a nemá žádné kamarády, ale kde je perfektní velká obrazovka, na které bude moct vyzkoušet nové hity na své herní konzoli.

Tento popis je ale jen výčtem příznaků, popisem vnějších znaků. Měli bychom jít v našich úvahách hlouběji. Vždyť konzumní společnost přece nespočívá v tom, jestli pro jídlo chodíme do koloniálu nebo supermarketu. Když se pokusíme nalézt nějaký společný jmenovatel, který by konzumní společnost vystihoval (kromě hodnotících soudů), vyvstává před námi především určitý pohyb, který charakterizuje přesun z tradičních či autentických společností do společnosti konzumní. Neustálý, nestálý a neuspořádaný pohyb je také charakteristický i pro samotnou konzumní společnost, vysoce mobilní jsou lidé, zboží i služby, flexibilita je takřka nutným charakterovým předpokladem existence. Fluktuují i věci a jejich hodnota, jejich smysl stejně jako smysl života, posouvá se i význam slov, význam sociálních kontaktů, mluví se o flexibilizaci rodiny atd. Zřejmě právě pohyb a posun jsou možná nejlepší charakteristikou konzumní společnosti.

Konzumní společnost může být charakterizovaná přesunem

- od prožívání k vlastnění
- od přesahu k aktuálnosti (konkrétnosti)
- od společenskosti a podstatných lidských vztahů k individualitě (primitivní egoismus)

⁸⁴ www.wikipedia.cz

- od vnitřního a hlubokého k vnějšímu a povrchnímu
- od spjatosti s tradicí k odcizení a vykořeněnosti
- od ideálu (vnitřního či vyššího) dobra k ideálu fyzické a sexuální krásy (od ideálu moudrého starce k ideálu mládí, krásy a pragmatické úspěšnosti)
- od věcí, vztahů a hodnot o sobě k věcem, vztahům a hodnotám počitatelným, kvantifikovatelným, zpeněžitelným
- od intimity k vulgárnosti
- od zbožnosti k sektářství
- od strohé pravdy k přitažlivému klamu, uvěřitelné reklamě

Tak se posunula současná společnost a získala vpravdě konzumní charakter. Její zásadní problém spatřujeme v tom, že marketingové postupy - původně zaměřené na racionalizaci obchodu a konkrétní zisk - pronikly hluboko do života lidí. Například i ve věcech morálky a vkusu otročíme veřejnému anonemu „ono se“ vytvářeného reklamou, který mimo jiné stanovil i umělý ideál krásy.

Nerealistické cíle a vysoký tlak na jejich dosažení pak přináší kromě obecné frustrace a stresu také celou novou odnož civilizačních chorob. Mezi ně patří psychická a psychosomatická onemocnění, frustrace, stres, pocity méněcennosti, neschopnosti a nedostatečného výkonu, poruchy spánku, příjmu potravy, alkoholová i jiné závislosti, sebepoškození a v extrémním případě sebevraždy. Tím už se ale dostáváme do psychosociální roviny konzumní společnosti, které se budeme věnovat později.

4.3 Geneze konzumní společnosti

Pokrok jako ideál stanovilo již osvícenství, které v něm vidělo lineární cestu od nižšího k vyššímu, jako univerzální zdokonalování všeho. Pokrok založený na racionalitě se stal duchovním ideálem, dalo by se říct, že se stal způsobem, jakým osvícenství vykládalo své pochopení Boží vůle a hledání Božího království.⁸⁵ Osvícenství doufalo ve vznešené schopnosti lidského ducha a jeho schopnost podmanit si svět v „jeho vlastní prospěch“, nicméně s odstupem několika staletí vidíme, že z valné části marně. Z myšlenky všeobecného pokroku se nakonec udržela jen ta nejprimitivnější varianta – myšlenka neomezeného pokroku ekonomického. Osvícenci by nepoznali pokrok, kterého jsme dosáhli, a který stanovili jako ideál dlouho předtím než, „iluze všeobecného společenského pokroku a plánovitého rozvoje všech složek života rozmetalo století válek revolucí, krizí a ekologických katastrof.“⁸⁶

Dalším důležitým mezníkem je nástup průmyslové revoluce 18. a 19. století, kterou můžeme pro účely této práce charakterizovat dvěma fenomény, kterými jsou industrializace a urbanizace. Industrializace, kromě toho, že zlomila moc feudálních vlastníků půdy a definitivně prosadila kapitalistickou společnost, znamenala zásadní zlom v dějinách lidstva. Svým způsobem největší od dob neolitické revoluce. Změnil se vztah člověka k práci. Ze samostatného řemeslníka či zemědělce v různé míře vázaného na vrchnost a vždy pevně zakořeněného ve svém rodu, vesnici, případně cechu, se stal osamocený námezdní dělník, vlastníci pouze svou pracovní sílu, kterou prodával v cizí prospěch za mzdu, osamocený v davu podobných dělníků, všichni vykořenění ze svých společenství, bez vztahu jedni k druhým i ke své práci a svému životu.

R. Havlík tyto změny charakterizuje termíny modernizace a jejích problémů „...transformace od tradičních společenství k moderním společnostem: od společenství s relativně stabilními strukturami, normami a hodnotami ke společnostem proměnlivým, dynamickým; od společenství osobních kontaktů a přehledných vztahů ke společnostem s převládajícími neosobními vztahy rolí, racionální organizace, funkcionální diferenciace; od všeobecné platnosti obecně uznávaných hodnot a cílů ke společnostem s mnoha koexistujícími zájmy, cíli a hodnotami; (...)od integrace pod tlakem společenství ke snížení sociální kontroly...“⁸⁷ Průmyslová revoluce tak jako vedlejší produkt zrodila odcizení, které se ujalo své vlády mezi lidmi.

⁸⁵ HAVLÍK, R., Úvod do sociologie, s. 77.

⁸⁶ HAVLÍK, R., Úvod do sociologie, s. 75.

⁸⁷ HAVLÍK, R., Úvod do sociologie, s. 83.

Významný byl i vliv obou světových válek a dějiny celého dvacátého století. V jeho průběhu zemřely všechny velké ideologie. První padlo náboženství, které od osvícenství utrpělo mnoho ran i vnitřních zranění, jako poslední padl bolševismus – ve skutečnosti v šedesátých letech, navenek na konci osmdesátých. Ale i bolševismus a i fašismus byly ideologiemi s pseudoreligiozním přesahem, stanovovaly transcendentní touhy i cíle, svou představu Božího království i oběť, kterou nikomu nemělo být zatěžko obětovat. Na konci dvacátého století již nevěříme žádné z velkých teorií a ideologií.

Války jsou jedním velkým utrpením – a dokonce Bůh sám prý zemřel v Osvětimi – proto lidé rádi využijí následného míru a snaží se žít i za ty roky, které jim vzala válka. Období míru po druhé světové válce je tak obdobím rekordního růstu výroby i spotřeby. Jak na západě, tak nakonec i na východě se vládnoucí režimy snažily o zabezpečení obyvatelstva konzumním zbožím, přestože zejména socialistická ekonomika v tomto úkolu selhávala. Spokojeného obyvatelstva se nemusí vládcí bát, a tak vznikl sociální stát jako kapitalistická protiváha státně socialistického státu. Orientaci na konzum v poválečné době mohla podpořit i dusivá atmosféra strachu a neustálé jasné vědomí možnosti globálního zničení atomovými zbraněmi. Člověku bez budoucnosti zbývá jen ten okamžitý zážitek, kterým právě disponuje, jak ostatně vystihl J. Werich ve své písni: proč se starat o zdraví, když nás „dřív než šlak, treťí atom.“ V současnosti může obdobně působit hrozící ekologická katastrofa.

Ve spojení s tíživou politickou situací se řešením pro většinu lidí stal únik z oficiální společnosti, z oficiálního světa. Každodenní svět regulovala centralizovaná technokratická moc, kterou člověk nemohl nijak ovlivnit, jak na východě, tak do značné míry i na západě. Člověk se stahoval do svého prostoru, kde mohl být svým vlastním pánem, do kruhu rodiny, které jediné mohl důvěřovat, do party vrstevníků, která nabízela úkryt před světem a možnosti lákavé zábavy. Lidé se stahovali z měst na chalupy, někteří si užívali intenzivní rodinný a domácí život, jiní vyhledávali sexuální dobrodružství či drogové experimenty.

Koncem osmdesátých let se bipolární uspořádání světa zhroutilo a bolševický experiment skončil. Skončila tíživá normalizace, po které přišla zářivá devadesátá léta s nově nabytou svobodou. Mimo jiné ovšem svobodou konzumovat, protože pád východního bloku znamenal také definitivní vítězství a návrat agresivního kapitalismu v podobě ekonomické globalizace, jehož blyštivým marketingovým sdělením v současné době naslouchá takřka celý svět.

4.4 Psychosociální působení konzumní společnosti na člověka

V základech konzumní společnosti a jejího působení na člověka můžeme nalézt starší pojem odcizení. Tento termín, dostatečně známý z Marxovy kritiky kapitalismu, postihuje skutečnou podstatu konzumní společnosti nahlížené z psychosociálního hlediska. Tento pojem výstižně balancuje na hranicích sociologie, politické ekonomie a sociální psychologie. „Pocity hlubokého odcizení, které prožívají jednotlivé částečky organizovaného soukolí.“⁸⁸ Zásadní a všepřonikající odcizení sama sobě, své práci a jejím výsledkům, prostředí i ostatním lidem je základ, zdroj a předpoklad pozdějšího rozvoje konzumní společnosti. Toto sociálně-psychologické odcizení, které postihlo obyvatelstvo průmyslových zemí v důsledku industriální revoluce, vytváří vakuum, které konzum zdánlivě zaplňuje. Odcizení frustrace našich přirozených potřeb otevírá cestu reklamě a marketingu do našich srdcí a peněženek. Zároveň s tím ovšem přerušení našich přirozených vztahů a sociálních vazeb umožňuje akceptovat konzumní výdobytky i za cenu zřejmého vykořisťování a ničení přírody i lidí navzájem. Odcizení je základem, ze kterého vyrůstá současný primitivní individualismus a následně také konzumní společnost.

Pro konzumní společnost je vedle opouštění minulých tradic charakteristické také jejich vyprazdňování a konzumerizace, případně vytváření nových svátků konzumu (od Vánoc, svatby až po svátek sv. Valentýna). S vyprázdňováním tradic a tradičních tabu souvisí i drogový problém. Dochází k němu v důsledku vulgárního zneužívání drog. Ty tu s námi byly od počátku existence a od nepaměti je člověk používal. Ovšem až pro naši dobu je charakteristická konzumace drog čistě pro zábavu, bez jakýchkoli hlubších aspirací, zakořenění v tradici, duchovním růstu a poznání drog i sebe sama.

I v intimním životě se prosazují konzumní vzorce. Sexuální promiskuita může být chápána jako výraz toho, že jde primárně o množství zkonsumovaného sexu, nikoli o uspokojení přirozených potřeb (fyzických, psychických i sociálních) či o kvalitu partnerského vztahu. To se ostatně týká možná i pozoruhodné obliby pornografie, nevdanoucí slávy prostituce atd.

Jako totalitu vnějšího nazýváme působení konzumního marketingu na člověka. Je to stav, kdy se život člověka pod dojmem reklamy mění v honbu za zvenčení stanovenou hodnotou, kterou člověk za svou jen tupě přijímá. Pak kupujeme věci, které potřebujeme jen pro potvrzení sociálního statutu, vykonáváme nenáviděná zaměstnání, jen abychom vyhověli vnějšímu požadavku kariéry, oblékáme se podle stanoveného vkusu a dokonce i stravování se

⁸⁸ KELLER, J., Až na dno blahobytu, s. 39.

řídí měřítky vnějšího vkusu spíš než vhodností té které potraviny.

Konzumní společnost není jen záležitostí výroby a spotřeby, je to i způsob ovládnutí myšlení, specifická rigidita chování i uvažování, řazení peněz jako prostředku konzumu na vrchol hodnotové pyramidy, splývání konzumu s komercí, ztráta tradic, ztráta samostatnosti, namísto které se cení self-made-manská dravost. Lidsky se ale stáváme stále více závislí, svoboda se uzavírá do vlastnění a emoce do televizních seriálů - prožíváme své životy skrze obrazovky televizí. Ostatně slogan provázející nejmenovanou telenovelu je až nechutně výstižný: vaše pravidelná dávka emocí – i když ve skutečnosti je to jen další dávka frustrace. Konzumní společnost je dokonalá ve své schopnosti přesvědčit nás, že všechno co nám nabízí, opravdu chceme a že vlastně chceme všechno. A že to všechno také nutně potřebujeme ke štěstí.

4.4.1 Konzum a rodina

Ani rodina nezůstává uchráněna těchto ekonomických vztahů. Rodina, jako vztahový systém jednotlivců, kteří mají své touhy, záliby i potřeby, se otevírá pestré nabídce konzumu. Tradiční vzorec rodiny typický ještě před dvěma, třemi generacemi se v kapitalistické a konzumní společnosti rozpadá. Rodiny jsou neúplné, vícegenerační vzorec mizí a široká rodina ztrácí svůj význam, stoupá rozvodovost i věk partnerů vstupujících do manželství. Stejně tak se zvyšuje věk zakládání rodiny a stoupá trend soužití partnerů bez sňatku. Role se proměňují. Už není pravidlem, že žena, která otěhotní mimo manželství, je automaticky žena lehkých mravů, naopak nyní staví do popředí svoji suverenitu, schopnost zodpovídat sama za sebe i dítě. Staví do popředí nyní tak velmi ceněnou samostatnost a individualitu. Suverenita partnerů se uplatňuje více i ve vztahu, kdy odkládáním sňatku odmítají na sebe vzít odpovědnost a vymezují se vůči sobě navzájem. Požadavek deklarativní nezávislosti partnerů, ale i třeba nedostatek času a energie při intenzivním budování kariéry, jim brání přijmout zodpovědnost za vztah i partnera a rodinu.

Vítězí zde individualismus a zájem zdánlivě vyvolaných potřeb konzumní společnosti a její neustálá reklama dokonalého a stále lepšího. Denně na nás působí reklamy, billboardy, módní časopisy, filmy, které nám podsouvají, jak vypadá perfektní láska, krásná těla, dokonalý sex.⁸⁹ Pokud to všechno u partnera nenajdeme, je s ním – anebo s námi – zřejmě něco v nepořádku. A jak nás konzumní společnost učí, zboží v regálech je dost, je stále čerstvé, i ve slevě a brzy přivezou další zásoby. Je pořád z čeho vybírat, vždy je něco lepšího,

⁸⁹ LIPOVETSKY, G., Paradoxní štěstí - esej o hyperkonzumní společnosti, s. 204.

hezčího, novějšího – cokoli tedy můžeme prostě vyměnit. Protože neexistuje nic individuálně specifického, co bychom už nikdy nemohli nalézt, ale vše je standardizované jako housky, opakovatelné, standardní. Tedy i vztah se může proměnit v obchod o nespočtu proměnných, které můžeme získat a pokud nebudou vyhovovat zahodit a opatřit další. Trh a konzum tak zahájil novou éru vztahů.

Potvrzením tohoto posunu mohou být různé internetové seznamky, chatování místnosti a další formy online seznamování. Seznamky slibují partnera na míru s doživotní zárukou (lásku navěky), případně partnera na jednu noc se zárukou, že ráno odejde. Na internetu se lze seznámit a sdílet i ty nejintimnější okolnosti svého života s lidmi, které naprosto neznáme a nikdy třeba ani nepoznáme. Můžeme navázat vztah, aniž bychom se vůbec kdy přiblížili k dotyčné osobě. Obchod lásky tu fungoval pořád, ale v dnešní společnosti nabyl ještě odcizenějšího, obchodního a supermarketového charakteru a stal se symptomem společnosti hladovějící po citech a lásce. Vždyť nabídnout uspokojení uměle vyvolané potřeby namísto té skutečné je podle všech zásad zavedeného marketingu.

Pokud vás tedy vztah neuspokojuje, najdeme vám jiného partnera. Mezitím co budete čekat na vyžádanou lásku, zabavíme vás umělými pocity v hypermarketech, zábavných parcích, multikinech a množství restaurací a hospod. Pokud vás ani to neuspokojí, je tady ještě možnost nabídnout vám drogy, jelikož závislí už stejně jste, takže nemáte co ztratit a my vám dáme náladu podle přání. Vše se stále odehrává ve scénáři konzumní zásady.

Rodiny s dětmi jsou na tom obdobně. Trh zasytí všechny členy svou nabídkou a začne sám uspokojovat jejich zvláštní potřeby. Rodičům "pomůže" děti zabavit v jejich volném čase, rodičům vynahradí vynaložený čas v práci nakupováním nejnovějších a nejpotřebnějších výrobků. Manželům navzájem nahradí lásku, vzájemnost i intimitu. Rodiče nakupují pro sebe a děti, děti nakupují pro zábavu, protože mohou a zároveň, jelikož se to stalo sociální aktivitou a povinností. Děti tedy, jak píše Lipovetský: "prokazují svou úplnou, rovnoprávnou účast na hře módy, mladosti a spotřeby."⁹⁰ Dospělí i děti uspokojují svou touhu po novém, vzrušujícím, tedy vymykajícím se každodenní rutinně. Každý má svůj plán uspokojení, vytrácí se nárok potřeby uspokojovat společně, naopak děti se tímto nakupováním vymezují vůči rodičům. Rodiče zase uspokojují svou potřebu změny a uskutečňují naplnění svého času individuálně a nezávisle na rodině. Komunikace v rodině se odehrává skrze mobilní telefony, vrcholem společného života je společné sledování masmédií, zejména televize, které jim vynahrazuje společné téma. Také narozeninové oslavy a svátky jako Vánoce jsou už spíše svátky konzumu a přehlídky výrobků, nejlepší koupě a netrpělivě očekávaných slev. A jak se

⁹⁰ LIPOVETSKY, G., Paradoxní štěstí - esej o hyperkonzumní společnosti, s. 57.

rodina rozvolňuje a rozpadá, prarodiče končí v přeplněných domovech důchodců, rodiče vynahrazují svým dětem čas penězi a děti si za peníze kupují drogy.

4.4.2 Konzum a tělo

Tělo je v současné době považováno za matérii, kterou lze změnit, doplnit a nastavit dle přání vlastníka. Stáří se snažíme co nejdále oddálit různými preparáty, vzhled změnit plastickými operacemi a nemoci vymýtit množstvím léků a nekonečným pokrokem ve vědě a lékařství. Snažíme se sice ovládnout svá těla, ale takto uplatňovaná moc má vedle pozitivních účinků také významné negativní vedlejší účinky. Jedním z nich je mizející úcta k vlastnímu tělu. V současné době jsou nám již velmi známé pojmy jako je „anorexie, bulimie“ a kromě nich se šíří takřka epidemicky mimo jiné například poruchy chování.

Příkladem zde může být také vliv, kterým na nás mají reklamy, neustále útočící na všudypřítomných billboardech s vychrtlými modelkami ukazující bujná poprsí. Tuto éru vychrtlých modelek zahájila známá britská modelka Twiggy. Její chlapecká a extrémně štíhlá postava odstartovala revoluci v dříve panujícím ideálu krásy. Po jejím odchodu se také obecný vkus vrátil k plnějším tvarům Marilyn Monroe a dalších. Ideál krásy osmdesátých let byl štíhlý, ale fyzicky zdravý. Jeho příkladem jsou modelky typu Claudie Schiffer a Cindy Crawford. V devadesátých letech nastupují anorekticky vyhublé modelky „heroinového stylu.“ A nastupují skutečně masivním útokem. Lidé jsou neustále atakováni módními časopisy (které již nediktují jen to, co máme nosit, ale jak máme vypadat a jací máme být), filmy, reklamou a různými upoutávkami. Důkazem této dobře ověřené a udržované strategie je stále se zvyšující důležitost „body image“ v marketingu reklamních společností. V marketingovém pojetí Body Image se jedná o vliv na zákazníka prostřednictvím vzhledu a estetických „zdánlivých“ kvalit. Tento úspěšný tahák dokázal zabít nemálo mladých dívek a z jiných učinit otroky svého vzhledu a těla.

V posledních letech můžeme spatřovat jisté znaky nového obratu ke zdravějšímu pojetí krásy, i když zatím nepřinesl velký obrat k lepšímu. Ať už to máme přičítat proměnlivému vkusu a věčné lidské touze po něčem novém, moderní touhou po zdravějším životním stylu, můžeme tušit změnu i v tomto ideálu krásy. Objevily se pokusy o stanovení minimálních hodnot BMI pro modelky a i v našich médiích proběhla kampaň „Real Beauty“ značky Dove, jejímž sloganem bylo, že každá žena může být krásná v každém věku. Ale bezesporu i v této kampani byla hlavním motivem snaha zaujmout něčím novým zákazníka,

nikoli opravdový zájem firmy o člověka. Ale nehledě na to je dobře, že se občas některé firmy snaží zákazníka zaujmout poněkud ohleduplněji.

Tělo člověka bylo vždy středem zájmu výroby a obchodu, ale dnešní konzumní společnost ruku v ruce s ekonomickou globalizací a moderními marketingovými metodami dala tomuto obchodu nový rozměr a tělo se stalo nevídaným prostředkem k zisku. Připomeňme si již zmíněné reklamy, kde se střídají spoty na jídlo, prášky na hubnutí a zdraví, krásu zaručující kosmetiku a zároveň krásu a zdraví devalvující alkohol atd.. Jsme ochotní denně polykat nespočet prášků slibujících pevné zdraví, ale zeleninu a ovoce stále podceňujeme. Jsme ochotní měnit svůj vzhled cestou nepřirozené plastické chirurgie, namísto hledání harmonie a krásy v sobě samých. Naše délka života se prodlužuje, avšak nenaučili jsme se déle žít a stárnout. Stáří neexistuje, nemoci nás nemohou ohrozit, krása i zdraví se dají koupit. Jako bychom chtěli nakonec uplatit i samotnou smrt. V konzumním světě docházíme pocitu, že koupit a zkonsumovat lze úplně všechno, což vytváří nebezpečný vzorec myšlení a chování moderního člověka.

Náš neutěšený apetit po maximální kontrole nad naším tělem se dále rozšiřuje i do subtilnějšího světa našich nálad, pocitů a emocí. Namísto získání skutečné kontroly nad našimi životy se tak jen dále vzdalujeme sami sobě a stáváme se stálými uprchlíky. Utíkáme před časem, který narušuje reklamní idylku věčného království konzumu. Tak jako zdánlivě můžeme oklamat čas kosmetickými prostředky nebo plastickými operacemi, stejně tak se nabízí možnosti oklamat naše prožívání. Již dříve jsme si zvykli ovládat náš mozek a stimulovat ho například tabákem či alkoholem, ale nikdy se nenaskýtalo tolik příležitostí výběru legálních i nelegálních, lehkých i tvrdých drog a volného - či spíše vyprázdněného - času pro jejich užívání, jako právě v dnešní konzumní společnosti. Tak jako si můžeme nechat upravit tělo na míru, tak si zvykáme naprogramovat si pomocí drog i určité nálady a pocity. Narkomanie i relaxační užívání drog je výrazem, že nejen naše těla, ale i naše duše mohou a chtějí konzumovat. Konzumace drog je ukázková forma konzumu jako nákupu a aktuální spotřeby. Emoce a pocity jsou na prodej, již nemusíme vynakládat žádné úsilí, spjaté například s dosahováním přirozeného štěstím či spokojeností, stačí sehnat peníze a za ně si koupit drogy. Na prodej je sebevědomí, zapomnění i mystické vytržení. S větší volností a konzumací zážitků přirozeně přichází i chuť po dalších, co nejantičtějších napodobenin skutečných pocitů a emocí.

Projevy tohoto fenoménu je abúsus psychotropních látek, stejně tak jako neustálé obměňování a nakupování nových produktů, hnané touhou nezapadnout do rutiny všedního dne. Jak zaznívá z knihy již vícekrát citovaného G. Lipovetského: „Tato schopnost vytvořit

hravé rozptýlení a „vnitřní pohyb“ nepochybně patří mezi hlavní faktory, z nichž vychází nekonečná eskalace potřeb.⁹¹ Chceme mít pod kontrolou také svůj vnitřní svět, už se nespolehneme na podněty z okolí. Možnosti přivolat si určitou náladu a pocit hned teď, bez čekání a závislosti na druhých a ještě bez námahy je právě tím potvrzením suverenity sebe samé, které mohou iluzorně drogy zajistit. Právě tou měrou, jak se cítíme být svobodnými hráči na poli našeho života, tím více se zachycujeme do stále pevnějšího otroctví závislosti.⁹²

4.4.3 Konzum a masmédia

Této kontrole nad svým vnitřním světem se velice podobá konzumace různých televizních pořadů, které nám slibují „pravidelnou dávku emocí.“ Televize jako fenomén ovládnutí plní stejně významnou sociální roli jako podobně pacifikující a otupující rituální nakupování.⁹³ Nemohl být vybrán transparentnější termín pro druh závislosti, která se v lecčems liší od té drogové, avšak svým principem je velice podobná. Lidé nejsou schopni vyjadřovat své emoce, zavládlo odcizení, ztrácí se možnost i schopnost prožívat autentické emoce, které nahrazuje konzumace prefabrikovaných pocitů televizních pořadů. Kdokoli se při sledování seriálu se může vžít do postavy těhotné Anny, kterou zrovna opustil přítel, nebo právě do postavy jejího přítele. Naše životy se na chvíli promísí s životy hrdinů televizních seriálů, s nimiž se ztotožňujeme. Na chvíli můžeme být všichni pohádkově bohatí, stateční krásní a geniální. Je výmluvné, že lidé sledující pořad, kde si mohou vybrat z množství různorodých postav, se skoro vždy ztotožní s pozitivním hrdinou nebo jeho vyhraněným protivníkem, ale postav hrajících druhořadou roli si nevšímají. To odkazuje k reálnému životu - každý není milionář, či nemůže dokázat heroickou odvahu - a tak si tuto potřebu uspokojuje před televizí. Každý si může najít to, co zrovna chce nebo postrádá.

I když, jak můžeme v současné konzumní společnosti zaznamenat, stoupá počet historických, naučných nebo dokumentárních pořadů, obliba a sledovanost, tedy spotřeba, intelektuálně nenáročných a pohodlných programů přetrvává. Sledováním médií neuspokojujeme primárně svou potřebu informací, ale potřebu autentického života, který nahrazujeme identifikací s „autentickými“ postavami. Po televizních zprávách, které informují o bezpočtu katastrof, ztrátách na životech a neustálém politickém zápasení nebo spíše politickou iluzí zápasení, nemá průměrný konzument chuť se dále znepokojovat (a ani mu není dána velká šance, aby se mohl znepokojovat). Raději si naladí romantický film, kde

⁹¹ LIPOVETSKY, G., Paradoxní štěstí - esej o hyperkonzumní společnosti, s. 77.

⁹² LIPOVETSKY, G., Paradoxní štěstí - esej o hyperkonzumní společnosti, s. 63.

⁹³ LIPOVETSKY, G., Paradoxní štěstí - esej o hyperkonzumní společnosti, s. 68.

se vžije do postav hlavních hrdinů, překoná s nimi úskalí jim nastrojená, aby s nimi mohl prožít šťastný konec, při kterém prožije emocionální uvolnění. Tato droga je silou a nástrojem ovládnutí konzumní společnosti. Je to droga zaplacená celkovým otupením inteligenčních snah člověka, ztrátou vlastních zážitků a ovlivněním svého uvažování. Stejně jako u klasických drog, roste při jejím pravidelném užívání nutná dávka a spotřeba. Takto je mnohdy vyplněn náš volný čas spotřebou reklam na spotřebu. Nejen že si přivlastňujeme emoce, které nejsou zakoušeny osobně, ale my si i emoce kupujeme v produktech a jejich značkách.

Tady Lipovetsky ukazuje, jak se v hyperkonzumní společnosti změnil pohled na vlastnění a účel pořízování majetku. Tento postup známý od doby zrodu měšťanstva, kdy jsme získáváním majetku měnili svůj sociální status, se proměnil v individuální snahu o získání kvality a vyjádření sebe sama, a to právě v té emotivní stránce osobnosti. Samozřejmě se stále rozlišuje mezi možnostmi konzumentů, ale výběr je již natolik široký a výrobky natolik dostupné, že se eliminuje účel sociální diference. Je důležité jíst kvalitně, oblékat se kvalitně, ale co je nejdůležitější prožívat kvalitně a hlavně co nejvíce a autenticky. To je nárok dnešní hyperkonzumní společnosti, který ji v podstatě odlišuje od „klasické“ konzumní společnosti. Podobně jako si lidé v konzumní společnosti navykli nahradit emoce majetkem a okázalou spotřebou, obracejí se noví konzumenti oproti tomu spíše k prožitkovému shromažďování a vlastnění. Tak jako dříve byly převládajícím prvkem obchodní výroby materiální produkty, dnes jsou to především služby. Ať už jde o cestovní ruch, zábavný průmysl, do kterého patří diskotéky, restaurace, sportovní střediska, erotické služby, masáže, různé kurzy, boom zábavních parků, společností nabízejících ty nej zážitky.⁹⁴ Dnes již spíše dostaneme pod vánoční stromeček poukaz na 14 dní v Alpách než lyže. Hyperkonzumní společnost volá po lásce, mládí, sexu, nebezpečí a poznávání nového. Lidé se díky působení konzumní společnosti stávají stále více infantilní.

„Na jedné straně komerční Arkádie jednotlivce nutí, aby se ujali zodpovědnosti, sehnali si informace a převzali otěže své existence, ovšem na druhé působí jako zdroj infantilizace.“⁹⁵ Svědčí o tom jak již výše zmíněné rostoucí zábavní parky, nebo taky popularita animovaných filmů, které jsou uzpůsobeny dospělým i tak dětským divákům. Jsou to známé pohádkové filmy jako Shrek, Madagaskar, Doba ledová, Hledá se Nemo a další. Jejich úspěšnost potvrzují vysoké tržby i průtrž různých pokračování a nových variací osvědčených schémat. Už nectíme stáří, nevítáme zodpovědnost a práci přijímáme jako nutné zlo. Po práci si chceme odpočinout, odhodit břemeno a hrát si jako děti. Hledáme dobrodružství, dveře s nápisem útěk z všednosti. To ovšem neznamená ztrátu soudnosti a

⁹⁴ LIPOVETSKY, G., Paradoxní štěstí - esej o hyperkonzumní společnosti, s. 71.

⁹⁵ LIPOVETSKY, G., Paradoxní štěstí - esej o hyperkonzumní společnosti, s. 84.

kontakt s realitou. Právě, že o realitě a zodpovědnosti víme. Jsme si vědomi, co děje kolem nás. Jenže právě proto si současný člověk chce hrát a odpočinout si od těžkostí dne. Chce zapomenout na práci, na povinnosti a jen si hrát, tak jak to bylo v idealizovaném dětství.

4.5 Kultura, kontrakultura a emo jako protest

Jak jsme viděli výše, kultura nemůže být omezovaná na takzvanou „vysokou“ kulturu, tedy oficiálně uznané umění výtvarné, hudební, dramatické či jiné. Ne že by umění do kultury nepatřilo, právě naopak, ale kultura jako taková je komplexní systém hodnot, sdílených názorů, preferencí i antipatií. Proto můžeme mluvit o například o kultuře starého Egypta stejně oprávněně jako o současné globální konzumní kultuře, i když je definují naprosto jiné charakteristiky.

Od doby, kdy jsme jako lidé skutečně začali být lidmi, každá lidská společnost v historii vytvářela svou konkrétní specifickou kulturu tvořenou i určovanou zejména tradicemi, politikou, společenským paradigmatem, představami o světě a zázvěti, ale i kulturou v užším slova smyslu (umění). Kulturou je a bylo to, čím ta která společnost žila, o čem přemýšlela, čemu věřila, proti čemu se případně bouřila a rouhala, ale odkud brala společné hodnoty podle kterých určovala dobré a zlé, posvátné a zakázané. Kulturu je v tomto ohledu možné považovat za „obsah“ socializace, tedy penzum hodnot, názorů atd., sdílených společností jako celkem, jejichž spolusdílením se člověk stává sám sebou a zároveň součástí společnosti.

Touto specifickou částí socializace je takřka synonymní proces enkulturace, jako „proces učení (výchovy, vzdělání), jímž si člověk v dětství a dospívání osvojuje kulturu, hodnoty a normy dané společností.“⁹⁶ Akademický slovník dodává, že jde – ostatně stejně jako u socializace samotné – o celoživotní a nikdy neukončený proces. Kultura je v tomto slova smyslu je tedy souborem hodnot, norem, očekávání, náboženských a vůbec světonázorových představ, se kterými se v dané společnosti počítá jako s "normálními, běžnými, přirozenými." Jejich určitým sebevyjádřením je "veřejný anonym" ukládající lidem tu nejobecnější morálku „ono by se (ne)mělo“ - ono se nepřechází na červenou atd. Morálka nevázaná na konkrétního jedince nebo situaci, vycházející z obecných morálních norem vázaných spíše na požadavky konkrétní doby, než čehokoli jiného. Do této sféry ovšem spadá i kulturní a estetický diktát a tedy i již zmiňované konzumní stereotypy. Kromě toho, co je správné a dobré, se tak dozvídáme i to, co je normální esteticky, co je ošklivé a co naopak

⁹⁶ KRAUS, J., PETRÁČKOVÁ, V et al., Akademický slovník cizích slov, s. 198.

krásné. Netřeba připomínat, že hlavním měřítkem krásy i dobra je v konzumní společnosti zejména možnost komercializace a tvorby finančního zisku. A není třeba ani připomínat, že většina lidí podle této konzumní propagandy zdaleka nedosahuje úrovně krásy, ba ani normality. A zde dochází k zajímavému jevu, vedle oficiální kultury, pod ní a proti ní, vzniká opozice, která tvrdí, že je hnusné to, co oficiální kultura vidí jako krásné a naopak. Tato opozice získává různá jména, v minulosti nabývala forem kacířství, respektive kacířských hnutí, dnes jsme zvyklí mluvit o undergroundu, subkultuře nebo kontrakultuře.

Pro názornost můžeme člověka ve vztahu ke kultuře jeho společnosti přirovnat k rozvrstvení lidské osobnosti podle Freuda. Id je v tomto směru náš přirozený potenciál, poháněný našimi instinkty a pudy, vrozenými sklony a nadáním, ego je naším reálným morálním systémem, praktikovaným morálním jednáním a bojištěm mezi id a superegem, které v tomto přirovnání reprezentuje právě všeobecnou kulturu, univerzální a idealizovaný model kýženého chování, myšlení, cítění a prožívání vůbec.

Každá konkrétní společnost (nebo společenství) vytváří svou vlastní kulturu, která určitým způsobem odráží mentalitu dané skupiny, její charakteristický způsob života i problémy, kterým musí čelit, nebo radosti, kterými žije. Sociálních kultur je tedy nepřehledné množství - a z toho vychází i zprofanované tvrzení, že hřích jedněch je ctností druhých - i když jsem neobjevila žádnou společnost, ve které je zabíjení vrcholnou ctností (a to ani mezi satanisty nebo vojáky - snad jen kultury bohů ničitelů - v indii Kálí, v Řecku Dionýsia - vykazují takové prvky) nebo naopak pomoc bližnímu v nouzi jako vrcholný hřích. Nicméně vždy můžeme identifikovat určitou dominantní kulturu, která je pro danou společnost normativní - v tomto smyslu můžeme mluvit o křesťanské kultuře u nás, i když rozhodně nejsme národ křesťanů nebo o dominantní konzumní kultuře, přestože ne všichni konzumním stylem života skutečně žijeme. Nicméně právě konzumní kultura vyrůstající na zbytcích křesťanské (a protestantské) minulosti, je v současné době mírou, podle které je každý jednotlivec posuzován.

Pokud člověk není schopen zvládnout nároky dospívání, reaguje na to vývojovou regresí, vrací se do předchozího vývojového stádia, které dobře poznal, ve kterém se cítí bezpečně, jako doma, jak svůj mezi svými, ve kterém nabývá novými nároky rozkolísanou vyrovnanost, harmonii, homeostázi; pokud člověk nezvládá nebo nechce respektovat nároky, které na něho klade jeho konkrétní kultura, s analogickou motivací se utíká do kontrakultury. Co si představit pod pojmem kontrakultura nebo synonymně užívaného termínu subkultura, napovídají už samotné jejich předpony. Kontrakultura je definována svým zaměřením proti kultuře dominantní (kultura jako vzdor), subkultura je podmnožinou kultury obecně, kultura

neplaticí pro společnost jako takovou, ale jen pro její vymezenou část (kultura jako trend).

V našem prostředí je díky bolševické minulosti známý zejména normalizační underground, reprezentující subkulturu a kontrakulturu vůči rigidním establishmentem podporovanému hlavnímu proudu. Kontrakultura může ovšem nabývat velice různých forem, na konci dvacátého století jsme považovali za kontrakulturu satanismus, na začátku našeho letopočtu byla krutě pronásledována jiná dobová kontrakultura – křesťanství.

Mezi obecné charakteristiky každé kontrakultury je fakt jejího negativního vymezení vůči dominantní kultuře a společnosti, která tak významným způsobem určuje povahu dané kontrakultury - u nás to byl underground zpochybňující krásy diktatury proletariátu, v kapitalistickém světě zase punk s anarchokomunistickými tendencemi a důrazem na individuální svobodu a nespoutanost. Každá kontrakultura je tak do značné míry pokřiveným zrcadlem oficiální společnosti a právě proto se zde kulturou a kontrakulturou do takové míry zabýváme.

Sub- a kontrakultury jsou tedy pro psychology, etology nebo sociology zajímavé především právě proto, že v určitém smyslu negativně vypovídají o naší společnosti, stejně jako tma je velmi výstižným negativem světla.

Velmi výrazným a výmluvným fenoménem se stal subkulturní proud známý pod označením emo. Přes určité rozpaky, pohrdání či odmítání, které tato subkultura vzbuzuje, stalo se emo jedním z hlavních kulturních směrů dospívajících. Jako jiné subkultury, i emo zachytilo svou specifickou představu o estetice, umění, životě a místě člověka v něm, a máme plné právo domnívat se, že právě tímto způsobem současní dospívající vyjadřují své zásadní pocity a názory na svět, který je obklopuje.

Rozhodně se nechci připojit k zástupu mravokárců, kteří by na tomto místě začali na emo útočit s tím, že kazí mládež, která už je stejně tak zkažená, že „to za našich časů nebývalo.“ I když se možná nevyhnu určité kritice, mým zásadním zájmem je emo pochopit, ne stanovit zda je dobré či zlé. Při posuzování kulturních fenoménů totiž člověk snáze než kdy jindy sklouzává k zaměňování dvou kategorií kvalitativních soudů – to se mi líbí = to je dobré X to se mi nelíbí = to je špatné. Nevím, subkultury se nikdy nikoho neptaly, zda jsou dobré nebo špatné, zda mohou či mají vzniknout a fungovat, přitahovat a inspirovat nebo v tichosti zaniknout. Subkultury spíš než jakékoli jiné kulturní fenomény přežívají jen díky vlastní životaschopnosti, energii lidí v daných hnutích zapojených, na síle myšlenek a emocí, které dokáží vyjádřit a zejména na tom, do jaké míry se tyto myšlenky a pocity shodují s tím, čím tito lidé žijí a o čem přemýšlejí. Pamatujeme si ještě na tažení proti tzv. máničkám nebo pseudokřesťanskou kampaň proti „satanskému“ metalu? Represí a odsuzováním ani jedna z

těchto subkultur nijak fatálně neutrpěla, naopak zvenčí přicházející hysterická obvinění přispívala k jejich popularitě. Kolik papíru se popsalo o mládeži uctívající na rockových koncertech Satana, aniž by se kdo snažil zeptat na to nejdůležitější - proč vlastně Satan (nebo metal, bigbeat) někoho přitahuje.

Myslím si, že hlavním hnacím motorem subkultur je - kromě peněz různých firem, které se časem na komercializované subkultuře rádi přiživí - obecná frustrace určité potřeby u významné části populace, která se projeví jako společný znak a jednotící fenomén. Drastickou formu této unifikující frustrace můžeme vyčíst například z románů E. Hemingwaye, E.M. Remarquea a dalších pamětníků velkých válečných konfliktů, kteří shodně popisovali návrat vojáků z fronty, jejichž společná zkušenost je jednak vnitřně sjednocovala a jednak je jako podmnožinu veteránů vydělovala z ostatní společnosti. Stejně tak je dnešní mládež do určité míry sjednocována společnou frustrací, pramenící z prostého faktu, že drtivá většina dospívajících si nepřipadá v pořádku, dokud se nevyrovnají obrazu toho, co jim konzumní společnost vnucuje jako normu. A těmto normám většina z dospívajících – stejně jako dospělých – vyhovět nemůže.

A zde dochází k „subkulturní regresii“ a skupiny mladých lidí se sdružují v subkulturní identitě, ve společnosti, která je přijímá a chápe, sdílí stejné hodnoty a řeší stejné problémy. V tomto směru je subkultura jakousi další širší formou vrstevnické skupiny. Emo se stalo možná nejvýmluvnější výpovědí nastupující generace a jako každé subkulturní hnutí mládeže je také určitým prorocstvím - i varováním - do budoucnosti. A právě jako negativní vyrovnání se s nároky konzumní společnosti je emo zajímavé i pro naši práci.

Emo je především kulturní hnutí, jehož kořeny sahají do washingtonské HC/punkové scény poloviny 80. let minulého století. Tehdy se jako emo, případně emo-core, začal označovat jeden ze substylů této hudby. Nejrozšířenější verzí je, že označení emo se poprvé objevilo v roce 1985 v interview s Ianem MacKayem (tehdy člen skupiny Embrace) a členy skupiny Rites of Spring, kde členové kapely uvedli, že je fanoušci začali označovat jako „emo.“⁹⁷ Samotný název je zkratkou ze slov emotions případně emotional a odkazuje na pocity a emotivnost, které charakterizovaly hudbu, texty i show těchto skupin.

Když hudební vydavatelství začala sjednocovat tento tehdy začínající hudební směr, sjednocoval se i styl tohoto hnutí. V základu zůstávala inspirace punkem či postpunkem. Členové různých směr udávajících skupin (My Chemical Romance, The Used, Hawthorne Heights, Taking Back Sunday) se prezentovali v černém oblečení, prapodivně rozcuchaných vlasech padajících do očí a výrazným líčením (zejména černou tužkou na oči). Tím se

⁹⁷ www.cs.wikipedia.org/wiki/Emo

inspirovali i jejich fanoušci. Ovšem vzhledem k těmto dvojím kořenům emo, původního hardcoreového a pozdějšího uhlazenějšího, vznikl také dvojí styl oblékání. Oldschool zůstává věrný otrhanému punkovému zjevu, včetně polovojenských prvků, naopak novodobí fandové emo preferují uhlazenější do černa (černo-růžova) laděnou image, přestože zachovávají výstřední, obličej zakrývající účes a mnoho doplňků jako odznaky („placky“) nebo piercing. Image vyznavačů stylu emo přibližuje příloha č. 2.

Od doby svého zrodu urazilo emo velký kus cesty a podstatně zesílilo. Rozšířilo se do obecného povědomí mladých lidí a pomalu proměnilo v životní styl teenagerů, kterým učarovalo. Být emo vyjadřuje určitý postoj k světu a také naopak způsob, jak tento svět vnímat a přijímat. Emo se stalo zrcadlem toho, co naše společnost akutně postrádá, a tím i strádá. Stejně jako subkultury v minulosti je i emo symptomatickou indicií, diagnostickým ukazatelem, který vybízí k podání léku a zahájení nutné terapie. Všechna subkulturní hnutí mládeže, od hippies, punk, techno či hip-hop až po emo ukazují na všudypřítomné a všepřonikající odcizení, nedostatek emotivního souznění a spoluúčasti na bytí v životě mezi lidmi. Mládí (jako období změn a hodnocení, plné živých a zjitřených emocí) vidí nedostatky a nemoci rigidního stáří. Chce změnu a volá po lásce - ale často prostě jen o pomoc. Tedy i emo volá po citech, lásce a účasti na životě. Je to pro toto hnutí tak charakteristické, že to můžeme nazvat spíše symptomatickým křikem, než prosbou, a to křikem o lásku (projev citů a hluboké empatie), tak o pomoc (o kterou volají třeba i sebepoškozováním), tak i o účast na životě (krvácení z ran, kdy cítí svůj život teď a tady, když se jim toho pocitu nedostává jinde).

Naše konzumní společnost je vykořeněná a odcizená sama sobě. A proto je správné klást si otázku proč právě teď přichází hnutí emo. Proč „naše děti“ dělají co dělají. Jsou teprve na začátku hledání svého místa v životě, který si teprve nesměle začínají osahávat. Proto právě přichází hnutí emo, ukazuje společnosti její nedostatky, její rány, představuje společnost jako navenek krásnou sochu člověka mající formu, ale už ne obsah. Proto můžeme pochopit i módu tzv. emáků. Proč smuteční černá, proč výrazné líčení kolem očí, proč vlasy zakrývající tvář, proč sebepoškozování? Proč mladí lidé sami sebe právě teď nacházejí v tomto hnutí?

Pokusme se nyní odpovědět na tyto otázky. Začnu u otázky, proč právě nyní přišel čas pro tento proud. Konzumní společnost jako taková je společností, která hledá svůj cíl ve spotřebě a (kvalitní) lidskou existenci ztotožňuje s dostatečným konzumováním. Snaží se tedy skutečnou lidskou přirozenost a potřeby zaměnit za spotřebu, kterou nabízí jako univerzální řešení na všechny problémy a prostředek saturace všech přirozených lidských potřeb. To

ovšem znamená, že v konzumní společnosti mnohé naše skutečné potřeby zůstávají neuspokojené.

V konzumní společnosti naopak vyvstávají nové potřeby (respektive získávají nový obsah), mezi kterými v souvislosti naší práce vyniká zejména potřeba získat, obhájit či neztratit svůj sociální status. Jinak za uši tahající výraz „být in“ je v této souvislosti velice výstižný. Je třeba vypadat podle obecně přijímaného ideálu, je třeba mít odpovídající konzumní rekvizity, určitým způsobem trávit volný čas, určitým způsobem myslet a cítit.

Emo je pak teatrálním odmítnutím celé této kultury, společnosti a světa. Proti uhlazenosti a uniformitě staví na odiv otrhanost a jinakost; proti povrchnosti a odcizení upřímnost a exhaltované prožívání citů; proti ctižádostivému optimismu staví na odiv svou zranitelnost a zraněnost. Často demonstrují svůj odstup od tohoto světa, který vidí velice kriticky a negativně, ostatně i patku přes oko někteří vysvětlují tím, že se oběma očima na svět v jeho plné bídě nedokáží dívat. Ostentativně dávají najevo pohrdání společností a jejími hodnotami, proti kterým staví své vlastní společenství a autenticky prožívané emoce.

V poslední době je často medializována souvislost mezi emem a sebepoškozováním. A je třeba zdůraznit, že právě tady tkví největší a vlastně jediné nebezpečí celé této subkultury – totiž, že kolektivní příslušnost k partě přivede k sebepoškozování i lidi, kteří by si jinak neubližovali. Ovšem z epidemie sebepoškozování nemůžeme vinit emo, bylo by to zaměňování příčiny a důsledku, emo není příčinou, ale samo je dalším symptomem. Ostatně na stránkách věnujících se emu se stále častěji objevují prohlášení, kterými se sami emari od sebepoškozování – zejména toho okázalého – co nejdůrazněji distancují. Na druhou stranu je ovšem také pravda, že texty o sebepoškozování případně doplněné krvavě „šťavnatými“ fotografiemi či videi tvoří velkou část obsahu webových stránek a/nebo blogových zápisníků emarů, jak dokládá i obrazová příloha této práce.

Přestože jistě existují případy sebepoškozování pod vlivem skupiny, na druhou stranu věřím, že drtivá většina těchto případů spadá do sice maladaptivní, ale autentické strategie copingu, sice neúspěšného, ale o to vážnějšího pokusu nějak se vyrovnat se stresem a požadavky, které na dospívající klade společnost. Emo nevede mladé lidi k sebepoškozování, mladí lidé, kteří mají do značné míry společnou právě určitou frustraci, potřebu, zálibu či patologii uspokojovanou sebepoškozováním, se v současné době častokrát sdružují v subkultuře emo.

Emo tak můžeme chápat jako určitý protipól konzumní společnosti. Svou sílu a přitažlivost a životaschopnost bere právě z masivní frustrace současných dospívajících, kteří se obracejí zády ke společnosti, jejíž požadavky přes veškerou snahu nemohou splňovat. Emo

se tak stává náhradním psychosociálním domovem těchto lidí, zřetelným distancem od morálních i estetických hodnot většinové společnosti a hlavně útočištěm těch, které konzumní společnost odstrčila na okraj, protože nesplňovali její požadavky.

5. Hlavní problémy dospívání v konzumní společnosti

5.1 Poruchy příjmu potravy

Poruchy příjmu potravy (PPP) jsou jedním z nejzávažnějších nebezpečí, které dospívajícím na jejich cestě životem hrozí. V této kapitole budeme mluvit například i o drogách a delikvenci, a jakkoli tyto fenomény nechci zlehčovat, PPP považuji za možná ještě nebezpečnější. Většina drog není tak nebezpečná jako chronická bulimie a při běžné drobné kriminalitě dospívající riskují několik zničených let – ale například u anorexie jde doslova o život v jeho fyzické podstatě.

Poruchy příjmu potravy představují spektrum psychosomatických poruch charakterizovaných převážně psychogenně navozeným maladaptivním stravovacím chováním. Mezi PPP patří zejména mentální anorexie a bulimie (vzhledem k tomu, že anorexie často přechází v bulimii, zavádí se termín pro takovou mutaci – bulimarexie), ale také záchvatovité přejídání. Na přejídání se v tomto ohledu častokrát zapomíná, ale obzvlášť v kontextu konzumní společnosti se mu v naší práci musíme věnovat.

Dříve než se budu věnovat jednotlivým hlavním poruchám příjmu potravy, chtěla bych zdůraznit jeden aspekt těchto poruch, které mohou být vykládány i jako specifický způsob komunikace, respektive volání o pomoc. Přejídání a tloustnutí nebo naopak nejedení a hubnutí jsou dříve nebo později nepřehlédnutelné, ukazují však dál - „metá fyzis“ – na neviditelné a přehlížené problémy nitra. PPP nejsou v určitém slova smyslu problémem samy o sobě, jsou jen viditelným symptomem jiného či jiných problémů. Není bez zajímavosti a asi ani bez důvodu, že nejčastěji se PPP objevují v době dospívání, kdy komunikace člověka s jeho okolím najednou začíná vážnout a zvlášť o pomoc se v tuto dobu žádá obtížně, případně nově u žen středního věku, které jsou znovu znejistělé nástupem další životní fáze.

Na PPP tedy musíme pohlížet – alespoň z hlediska vzniku a terapie, důsledky jsou vždy i tělesného rázu – jako na psychickou, nikoli tělesnou chorobu. Ovšem možná nejpřesnější by bylo, označit je za nemoc lidské bio-psycho-sociální celistvosti, chorobu všech těchto podstat člověka zároveň. Obzvlášť důležité je to pro terapii, jejímž cílem nemůže být vykrmit anorektičky či poschovávat jídlo před neurotickými jedlíky, cílem musí být odstranění prvotních příčin PPP. Cílem terapie není jen zdravě vypadající, ale především zdravě se cítící, tj. zdravě sebe-vědomý a se sebou vyrovnaný člověk.

5.1.1 Záchvatovité přejídání

Záchvatovité přejídání (Binge Eating Disorder) známe pod mnoha názvy jako stresové, neurotické, psychogenní či jiné patologické přejídání. Jde o relativně rozšířenou poruchu a většina z nás zažila minimálně izolovanou epizodu psychicky motivované žravosti, kdy se člověk chápe jídla jako hromosvodu a jediného pevného bodu vesmíru zároveň. Naopak je to tak běžný jev, že záchvatovité přejídání ztrácí charakter poruchy a stává běžnou životní strategií. I mnohá pojednání o poruchách příjmu potravy na přejídání zapomínají, což přispívá k tomu, že se záchvatovité přejídání ani jako problém nebo dokonce choroba neřeší.

Naproti tomu záchvatovité přejídání sdílí mnoho z patologie anorexie a bulimie. Základním rozdílem je, že záchvatovité přejídání se může rozvinout od puberty v podstatě jakémkoli věku, a to bez ohledu na pohlaví.⁹⁸ Sporná je fatálnost této poruchy, která je u anorexie či bulimie zřejmá. Ačkoli přejídajícím se nehrozí v důsledku jejich poruchy tak akutní nebezpečí vážných zdravotních komplikací nebo smrti, v dlouhodobém měřítku je poškození zdraví nevyhnutelné a mnohdy smrtelné.

Americká psychiatrická asociace navrhl definovat diagnózu záchvatovitého přejídání s těmito definicemi:

- A. Opakující se epizody záchvatovitého přejídání. Epizodu záchvatovitého přejídání charakterizuje:
 - 1. Konzumace jídla během určitého souvislého časového úseku v mnohem větším množství, než by většina lidí dokázala ve stejné době sníst
 - 2. Pocit ztráty kontroly nad jídlem během této epizody
- B. Epizody přejídání jsou spojeny alespoň se třemi z následujících charakteristik:
 - 1. člověk jí mnohem rychleji, než je obvyklé;
 - 2. jí, dokud se necítí nepříjemně plný;
 - 3. jí, aniž by pocítoval hlad;
 - 4. jí o samotě, protože se stydí;
 - 5. po přejedení je sám sebou znechucen, deprimován nebo se cítí velmi provinile.
- C. V souvislosti se záchvaty přejídání se objevuje pocit úzkosti.
- D. K záchvatům přejídání dochází alespoň dvakrát týdně po dobu 6 měsíců.
- E. Záchvatovité přejídání není spojeno s pravidelným kompenzačním chováním.⁹⁹

⁹⁸ www.pppinfo.cz/prejidani.asp

⁹⁹ KRCH, F.D., Anorexie, s. 23.

Základní charakteristikou je, že jídlo neslouží k účelu nasycení, ale jeho konzumace má primárně psychologický účel. Jídlo má uvolnit stres a přinést uklidnění, ukonejšit člověka a přinést zapomnění. Přejídání se jako forma reakce na stres je evolučně podmíněná. Přijímáním potravy stimulujeme dopaminová centra v mozku, spustíme produkci endorfinů, které nás odmění příjemným pocitem, hraničícím se štěstím. V lidské prehistorii znamenal plný žaludek další každodenní vítězství v boji o přežití sebe sama i svého rodu, a od té doby nám pocit plnosti přináší i pocit klidu, bezpečí a jistoty. Jídlo přináší příjemný pocit zajištěnosti již od pravěku, nicméně nikdy se přejídání nestalo tak rozšířeným fenoménem jako právě v konzumní společnosti.

Konzumní společnost jednak nahromadila a maximalizovala stres, napětí a všeobecné odcizení člověka a nadto povýšila konzumaci jako prostředek na konzumaci jako cíl, čímž ještě zvýraznila „narkotickou“ přitažlivost přejídání se. Okázalá konzumace zároveň potvrzuje sociální status konzumujícího, případně se může stát symbolem příslušnosti k určité skupině či subkultuře, takže uklidňuje i jeho sociální sebevědomí. Na evolučně zakotvenou tendenci člověka přejídat se konzumní společnost vtipně odpověděla barevnou a šňavnatou reklamou, restauracemi „sněz, co můžeš“ a maxiburgery (viz např. dokument *Supersize Me*) – kterými tento vzorec ještě upevnila.

A tak se přejídání jídlem, jehož výživná hodnota je často více než sporná, stalo tak masovou diagnózou, že takřka přestalo být vnímáno jako choroba. Nicméně přesto zůstává záchvatovité přejídání vážnou poruchou, která může mít vážné fyzické, psychické následky. Pokud se přejídání pravidelně opakuje a příjem energie není vyvážen odpovídajícím výdejem, tělo reaguje ukládáním přebytečné energie do tukových zásob. Důsledkem může být obezita s veškerým nebezpečím, které v sobě skrývá zejména pro kardiovaskulární systém a klouby, může se přidat i cukrovka a další zdravotní komplikace. Nicméně ještě závažnější jsou psychické a sociální důsledky neřešeného záchvatovitého přejídání.

Zde je třeba uvést věci na pravou míru. Nemůžeme si automaticky představovat, že lidé trpící záchvatovitým přejídáním musí jíst nepředstavitelné množství potravy a potýkat se s obezitou. Tak se ovšem přejedení definovat nedá, Krch uvádí, že „přejíst se může znamenat, že:

1. sníte víc, než byste chtěli;
2. sníte víc nebo něco jiného, než jste zvyklí nebo než je vám příjemné;
3. sníte větší množství jídla, než je obvyklé, anebo i v nezvyklé kombinaci;

4. ztrácíte během jídla kontrolu nad svým chováním.¹⁰⁰

Přejedení je subjektivní stav závislý na našem hodnocení, možná ještě spíše naše vlastní subjektivní hodnocení určitého stavu. Velkou roli hraje sebehodnocení a další pocity. Pokud se zdravý dělník vrátí po celodenní práci na stavbě, s radostí sní sedm knedlíků se svíčkovou, večeri spláchne dvěma dvanáctkami a nejspíš si nebude dělat starosti s přejedením. Disponovaná dívka, která je fixovaná na svůj vzhled, má nízké sebehodnocení a připadá si nehezka a obézní si bude připadat neuvěřitelně přejedená po dvou celozrnných sucharech.

Zvlášť u žen má přejídání se, pocit ztráty kontroly nad jídlom a případná obezita velký vliv na jejich sebehodnocení a sebevědomí. To má za následek, že po záchvatu žravosti častokrát přichází záchvaty úzkosti, deprese a pocitu viny, a psychický rozlad je vlastně ještě větší než před „uklidňujícím“ přejezením se. Člověk se dostává do začarovaného kruhu, na jehož začátku je psychický rozlad, který je způsobený například nízkou sebeúctou, kterou jako anestetikum vyléčí přejezení se, které nicméně člověka uvrhne do ještě větších výčitek a pocitu viny, který ještě prohlubuje nízkou sebeúctu a sebehodnocení přejídajícího se člověka.¹⁰¹ To může vést k trvalým depresím nebo i k suicidálním pokusům, v lepším případě ke snaze o změnu stravovacích návyků. Pokračující fascinace jídlom, neuvážené diety (pozor, „redukční diety zvyšují riziko vzniku mentální anorexie nebo bulimie asi osmkrát“¹⁰²) a překotné pokusy o rychlou změnu ovšem častokrát ústí do anorexie či bulimie, a tak se k chorobnému přejídání přidává ještě patologičtější pokus o řešení.

U záchvatovitého přejídání stejně jako u anorexie a bulimie platí, že je především symptomem závažnějšího vnitřního problému, neschopnosti se vyrovnat se stresem zdravou formou, přetížení lidské psychiky všudypřítomným stresem a napětím, projevem problematického sebevědomí a duševní nestability. Není to projev slabé vůle, na kterou by bylo možné apelovat, ale především choroba, tedy důvod k citlivé terapii a akceptující péči o trpícího člověka.

¹⁰⁰ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 26.

¹⁰¹ www.aktip.cz/cs/publikace/bludny-kruh-prejidani.html

¹⁰² KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 49.

5.1.2 Mentální anorexie

Mentální anorexie je další z poruch příjmu potravy, kterou se zde budeme zabývat. Ačkoli jí netrpí zdaleka tolik lidí jako záchvatovitým přejídáním nebo bulimií, je zřejmě obecně nejznámější a nejvíce medializovanou z těchto poruch. Ačkoli anorexie může začínat velmi nenápadně, je vážnou chorobou, která může vést k vážným zdravotním potížím, až ke smrti.

Termín anorexie vychází z řečtiny, skládá se ze slova orexie (chuť k jídlu) a negativní předložky a(n), znamená tedy nechutenství, nechut' k jídlu. To by bylo poněkud zavádějící, protože anorektičtí pacienti chuť k jídlu mnohdy ve skutečnosti neztrácejí, ale spíše jí potlačují a vytěsňují. Rozhodně ale netrpí žádnou fyzickou anomálií, postižením či chorobou, která by u nich vyvolávala nechutenství. Pokud tedy můžeme o nějakém nechutenství mluvit, přívlastek mentální vysvětluje, kde hledat jeho kořeny.

V Mezinárodní klasifikaci nemocí je anorexie charakterizovaná několika faktory, které podle kterých lze tuto chorobu diagnostikovat.¹⁰³ Tato tři základní kritéria shrnují podle Krcha:

1. aktivní udržování abnormálně nízké tělesné hmotnosti (u starších dívek méně než 17,5 BMI);
2. nepřiměřená obava z tloušťky, přetrvávající bez ohledu na skutečnou tělesné proporce;
3. u žen amenorea - porucha (vymizení) menstruačního cyklu nevyvolaná hormonálními přípravky.¹⁰⁴

Anorexie propuká obvykle u dívek v době nástupu puberty a obecně v průběhu dospívání. Zdůraznit musíme slovo obvykle, protože anorexie zvláště v poslední době postihuje i ženy kolem čtyřiceti let stejně jako i dospívající chlapce. Obvykle se uvádí, že anorexie postihne 1% populace, přičemž na deset nemocných dívek připadá jeden nemocný chlapec. Nicméně v poslední době se zdá, že anorexie se v populaci šíří a postihuje nové rizikové skupiny. „Příčinu rostoucího počtu poruch příjmu potravy však vidí většina autorů v rychle se měnící kultuře, která nekriticky oslavuje štíhlost a jednostrannou kontrolu.“¹⁰⁵

¹⁰³ MKN-10, s. 221

¹⁰⁴ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 22.

¹⁰⁵ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 51.

Kult štíhlé krásy si zde vybírá svou daň, „šedesát procent českých děvčat není spokojeno se svým tělem a většina mladých žen si přeje zhubnout.“¹⁰⁶ Za posledních deset let se zdvojnásobil počet dívek, které drží různé hubnouce diety. Vliv médií je v současné době obrovský, stránky časopisů jsou plné „ideálních těl“ a návodů, jak dosáhnout štíhlosti. Článků o nebezpečí poruch příjmu potravy sice nepatrně přibylo, ale záplava „dietní“ literatury tyhle ostrůvky rozumu s přehledem potopí. Dívčám je předložen jasný vzor a cíl, kterého jakoby musely dosáhnout. Štíhlé tělo á la Twiggy se stalo jakousi formou, která je pro většinu dívek a žen sice příliš malá, ale nevádí, propasírují se naskrz díky tlaku, který na dospívající dívky vyvíjí jejich okolí, média a častokrát i jejich vlastní rodina.

Stejně jako u záchvatovitého přejídání, i u anorexie je podstatou poruchy patologický vztah k jídlu – ke kterému se přidává nerealistické hodnocení vlastní osoby a ambivalentní až negativní vztah k vlastnímu tělu, potažmo celé osobnosti. Nízké sebehodnocení a celkové negativní ladění je u anorexie i bulimie charakteristické a obvykle se uvádí jako jeden z rizikových faktorů. V této souvislosti je zajímavý pokus, který zkoumal důsledky hladovění na psychiku člověka.

Na univerzitě v Minnesotě sledovali mladé dobrovolníky, kterým byl na půl roku snížen příjem potravy zhruba na polovinu. Hladovění mělo na většině mladých mužů za následek jednoznačné a výrazné emoční změny, „udávali přechodná nebo i dlouhodobá období deprese a skleslosti a stavy úzkosti. V testovém vyšetření se významně zvýraznily známky depresivity, hysterie a hypochondrie (...) Nevyhnutelným důsledkem hladovění bylo i dramatické zvýšení pozornosti věnované jídlu a pocit ztráty kontroly nad jídlem spojený s výčitkami svědomí.“¹⁰⁷

Dlouhodobé hladovění tedy dokáže vyvolat i v jinak nedisponovaných jedincích mentální stav charakteristický pro anorexii a bulimii. Je tedy více než pravděpodobné, že u disponovaných pacientek je negativní ladění a sebehodnocení hladověním minimálně umocňováno a fixováno. A co víc, „emoční odchylky, zejména popudlivost a negativismus, přetrvávaly po období hladovění ještě několik týdnů a srovnaly se až s úpravou tělesné hmotnosti.“¹⁰⁸ To je důležité pro léčbu pacientů trpících anorexií a bulimií, které v sobě musí zahrnovat saturování fyzických potřeb organismu.

Dalším zásadním fenoménem anorexie je sebeovládání. Postižení přemáhají hlad a sami sebe, prožívají kontrolu nad svým tělem a svými životy, což je pro dospívající osobnost obzvlášť lákavé. Hladovění v přísné sebekontrolě dospívající dívky dočasně zbavuje strachu,

¹⁰⁶ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 42.

¹⁰⁷ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 50.

¹⁰⁸ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 50.

úzkosti, pocitu nejistoty a nízkého sebehodnocení. Často je zpočátku okolím obdivována, z čehož čerpá pocit nadřazenosti, úspěšnosti, schopnosti. V této fázi dívky častokrát zažívají pozitivní zpětnou vazbu od okolí a jejich sebevědomí posiluje i samotná schopnost ovládnout své tělo a chuť jíst. Nástup a počáteční rozvoj anorexie tak může proběhnout naprosto nenápadně, stejně nepovšimnuté jsou i prvotní symptomy. Dívky pouze „upravují“ svůj jídelníček, orientují se na „zdravý životní styl,“ atd. Okolí je za jejich „zodpovědný a příkladný přístup“ k vlastnímu tělu často dokonce chváli.

A tak dívky pokračují v destruktivním psychotickém hubnutí, které po čase začíná ohrožovat jejich zdraví i samotný život. Dlouhodobě nedostatečná a jednostranná strava může způsobovat řadu zdravotních komplikací různé závažnosti. Patří mezi ně zimomřivost; únava, slabost, svalová ochablost a spavost; další poruchy spánku; zažloutlá tenká kůže, padající a lámavé vlasy, objevuje se lanugo – jemné ochlupení rostoucí po celém těle; poruchy funkce ledvin a žaludku, žaludeční vředy, srdeční problémy, zejména bradykardie a arytmie; zastavení dospívání u mladých dívek, ohrožení možnosti otěhotnění a zejména vymizení menstruace, které je i jedním z diagnostických kritérií. Závažný je také nedostatek minerálů, který může způsobit poruchy vědomí a vnímání, poškozuje nervovou činnost a škodí srdci. „Dlouhodobé hladovění a podvýživa jsou vždy spojeny s tělesným a psychickým utrpením a mohou skončit smrtí.“¹⁰⁹

Anorexie je nemocí paradoxů. Dívkám, které se tolik obětují pro krásu, vypadávají vlasy, kazí se pleť i zuby a chlupatí po těle, které samo o sobě vypadá jako strašák (viz přílohu č. 2). Přesto jsou dívky zejména zpočátku spokojené. Jednak mohou být (a jsou) hrdé na svou vůli a ovládání v hladovění, jednak skrze hubnutí skutečně dosahují některých předem stanovených cílů. Je nesporné, že anorektičky v důsledku své poruchy skutečně hubnou, a i když si toho samy přes své porušené tělové schéma nemusejí všimnout, všímá si jich jejich okolí. Zvýšený zájem anorektičky vnímají pozitivně a připisují ho své rostoucí popularitě v důsledku jejich „zkrášlení.“ Zděšení a odpor okolí v následujících fázích hubnutí a hladovění pak obdobně přikládají „žárlivosti“ a „závisti“ ostatních.

Právě chybějící náhled onemocnění a negativní vnímání světa je největší překážkou v léčbě mentální anorexie. Aby léčba mohla být úspěšná, musí u pacientek léčit všechny nemocné oblasti. Musí se zaměřit na vyrovnání sociálních problémů (tedy vzájemnému vztahu anorektiček s okolním světem, rodiči, společností), problémů čistě tělesných (obnova saturace potřeb a funkcí organismu) a zejména psychologických (podpora sebevědomí, zdravého sebehodnocení atd.). Je zajímavé, že zrovna u těchto poruch je inteligence a znalost

¹⁰⁹ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 36.

problematiky spíše ke škodě a vzdělanější pacienti mají ještě zkreslenější náhled na svou nemoc („nepůjdu k psychologovi, sama jsem to vystudovala“) a mají tendenci nemoc odmítat, racionalizovat svou poruchu, případně smlouvat. Více než třetina anorektiček se časem začne přejídat a některé i zvracet.¹¹⁰

Ačkoli se přesná čísla poněkud liší, z dlouhodobých průzkumů vyplývá, že přibližně 44% pacientek s mentální anorexií se uzdravilo úplně, 28% částečně a u 24% získala anorexie chronický průběh se stálou neschopností udržet zdravou váhu, patologickým zaujetím jídlem a váhou, závažnými somatickými a psychosociálními komplikacemi a také zvýšenou úmrtností (5-20%). Příčinou smrti bývá nejčastěji srdeční zástava, sebevražda či banální infekce.

¹¹⁰ KRCH, F.D., Anorexie. www.ordinace.cz

5.1.3 Mentální bulimie

Mentální bulimie (Bulimia Nervosa) je svým způsobem sestrou anorexie, je ovšem těžké rozhodnout, zda je sestrou mladší nebo starší. Vzhledem k tomu, že je častokrát anorexie nastupuje dříve a snadněji přechází do bulimie než naopak, zdálo by se, že anorexie je ta prvorozená. Ovšem takzvanou bulimii zná západní lékařství již více než dva tisíce let. Věhlasný antický lékař a filosof Galén jako „bulimis“ pojmenoval chorobnou žravost, termín doslovně znamená „býčí hlad.“ Koncem sedmdesátých let pak londýnský lékař G. Russel určil u části anorektických pacientek specifickou formu jejich choroby, kterou nazval mentální bulimií, tedy duševní žravostí.

Domácí odborník na poruchy příjmu potravy, F.D. Krch, v souhlasu s diagnostikou MKN- 10,¹¹¹ shrnuje symptomy nutné k určení diagnózy mentální bulimie do následujících tří bodů:

1. Opakující se epizody přejídání, kdy člověk sní subjektivně větší množství potravy, než potřebuje. Je třeba zdůraznit subjektivní kritérium, množství zkonsumované potravy nemusí být nijak závratné, musí ovšem být subjektivně hodnoceno jako nadměrné. Dávky jídla se vzhledem k pokusům bulimiček ho nestrávit ovšem mohou postupně zvyšovat.

2. Nadměrná a nepřiměřená kontrola hmotnosti a nepřiměřený zabývání se jídlem. Sem patří uměle vyvolané zvracení, používání projímadel a diuretik, ale často také často nešťastné dietní pokusy, hladovky a nadměrné cvičení.

3. Výrazná fascinace vlastním tělem, vzhledem a tělesnou hmotností, ovšem převážně v negativním smyslu. V závislosti na těchto hodnotách je závislé a kolísá jejich sebehodnocení.¹¹²

Mentální bulimií trpí přibližně každá dvacátá dospívající dívka, přičemž ale „narušené jídelní postoje a ohrožující způsoby kontroly tělesné hmotnosti lze pozorovat u více než deseti procent mladých žen.“¹¹³ Porucha se obvykle rozvíjí mezi patnáctým až dvacátým rokem, o něco později než anorexie, která ji častokrát předchází (někdy se obě nemoci vzájemně prolínají a v literatuře se objevuje nový termín bulimarexie. Mužů postižených bulimií je relativně málo, pouhých pět procent ze všech léčených pacientů, jejich zvláštností je, že rozvoji bulimie zpravidla nepředcházejí pokusy o hubnutí či diety, ale naopak přejídání se.

Bulimii může, ale nemusí předcházet fáze anorexie. Stejně dobře mohou rozvoji bulimie předcházet pokusy o přechod na zdravý styl života, kdy si člověk navykne přejídat se

¹¹¹ MKN-10, s. 221.

¹¹² KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 42.

¹¹³ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 42.

nízkokalorickou stravou (ovoce, zelenina) a dříve nebo později se vrátí k normální stravě, ovšem dál se přejídá „běžným“ kalorickým jídlem. Případně si člověk může častým mlsáním sladkého přivodit hypoglykémii (nízká hladina cukru v důsledku nadprodukce inzulínu) a další přejídání se mu do značné míry stává drogou, na níž je závislý. Frekvence záchvatů přejídání může být – zejména zpočátku – velmi různá, některé bulimičky vnímají každé jídlo jako přejídání se, jiné dívky se přejídají jen „příležitostně“ nebo v určitou denní dobu (nejnebezpečnější je večer). Vždy se ale dá očekávat, že se perioda mezi jednotlivými záchvaty bude zkracovat a vytvoří se podobný začarovaný kruh jako u záchvatového přejídání.

Společným jmenovatelem jsou nesprávné či atypické stravovací návyky, které se v kombinaci s akcentovanou sebekontrolou a nízkým sebehodnocením stávají obtěžující a člověk se jim snaží postavit. Až dvě třetiny postižených žen dává nástup poruchy do souvislosti s nějakou životní událostí. Mohou to být „různé nárážky týkající se jejich tělesného vzhledu, životní změny nebo problémy v rodině,“¹¹⁴ což je sice spíše jejich subjektivní hodnocení, nicméně to potvrzuje významnou roli různých zdrojů stresu a jeho nahromadění pro rozvoj bulimie.

S anorexií má bulimie společnou také fascinaci vlastním tělem, vzhledem a hmotností spojenou s nízkým sebehodnocením a ambivalentním až negativním vztahem k vlastnímu tělu a osobnosti. Z toho také vychází společný přehnaný zájem o jídlo. V čem se liší, je míra sebeovládání, které je u anorektiček maximální, zatímco u bulimiček problematičtější. Lidé trpící bulimií nevydrží držet anorektickou dietu a hladovění u nich střídá záchvat přejedení, po kterém následují pocity selhání, viny a pohrdání sebou, a také pokusy situaci „nějak zachránit,“ například zvracením. Často může následovat další pokus o dietu, který ovšem znovu končí selháním „vůle“ a tento začarovaný kruh se může opakovat až k úplnému vyčerpání.¹¹⁵

Je třeba znovu zdůraznit, že pocit přejedení je navýsost subjektivní a stejně jako mnohé další pocity do značné míry závislý na sebehodnocení. Nízké hodnocení vzhledem k ideálu významně přispívá k rozvoji poruchy. Pokud se dívka považuje za nehezky tlustou, jakékoli normální jídlo jí bude připadat nadměrné a subjektivně se „přejí“ pokaždé. Narozdíl od anorexie, kde úspěšná sebekontrola zejména zpočátku zvyšuje sebevědomí a sebehodnocení postižených dívek, opakované subjektivní selhávání u bulimiček dále podkopává jejich již tak problematičtější sebehodnocení. S oslabenou vůlí a nízkým

¹¹⁴ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 49.

¹¹⁵ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 49.

sebehodnocením bulimiček možná souvisí i fakt, že oproti anorektičkám velmi často zneužívají alkohol a další drogy.¹¹⁶

Kromě zdravotních následků plynoucích z nedostatečné a/nebo jednostranné stravy, o kterých jsme mluvili u mentální anorexie, hrozí bulimičkám ještě mnoho dalších zdravotních rizik, plynoucích ze snahy minimalizovat energetický příjem ze snědené stravy. Na prvním místě je to především zvracení, které je sice obvykle přirozené, ochranné a reflexivní, nicméně v bulimii je vyvolávané uměle, často a opakovaně, a má destruktivní důsledky. Nebezpečné je již samotné umělé vyvolávání zvracení pomocí prstů či předmětů, kdy hrozí poškození (s velkou pravděpodobností infekce) nebo dokonce proděravění a prasknutí jícnu. Agresivní žaludeční šťávy leptají jícen, ústa i zuby, které se bez ochranné vrstvy skloviny velice snadno kazí. Nebezpečná je nerovnováha minerálů a elektrolytů a celková dehydratace organismu, kterou nemocné často ještě umocňují používáním diuretik, tedy léků na vylučování vody. Největší problémy způsobuje nedostatek draslíku, vyvolávající vážné srdeční problémy, křeče, závratě, zmatenost či omdlívání. A při jejich zneužívání jsou ostatně smrtelné již samy některé prášky uměle vyvolávající zvracení, projímadla či diuretika.¹¹⁷

Pro léčbu bulimie platí samozřejmě vše, co bylo řečeno o předchozích poruchách příjmu potravy. Jde tedy zejména o to, pomoci postiženým k získání pozitivního náhledu na sebe sama a současně s touto primární změnou také upravovat jejich stravovací návyky. U bulimie musí být pomoc ještě citlivější, přívětivější a trpělivější, protože většina bulimiček již má s pokusy o úpravu svých stravovacích zvyků negativní zkušenost, u mnoha z nich bulimie propukla v důsledku diety, mnohé se posléze snažily vlastní silou vůle vybědnout z bludného kruhu přejídání a hladovění a jejich problém se místo řešení jen zvětšoval. U bulimie je zásadní stanovení realistických cílů, trpělivé doprovázení a zejména neodsuzující laskavý přístup, který by sami nemocní měli časem přijmout za svůj ve vztahu k jejich tělu a osobnosti celkově.

¹¹⁶ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 174 -175.

¹¹⁷ KRCH, F.D., Bulimie. Jak bojovat s přejídáním, s. 37.

5.2 Alkohol, drogy a závislost u dospívajících dívek

Drogy a závislost na nich se zejména v minulém století staly významným globálním společenským problémem, ke kterému se kromě různých uměleckých příspěvků vyjadřují všechny různé vědní obory od adiktologie a obecného lékařství až po psychologii a pedagogiku. Drogy se staly tématem nejen celospolečenským, ale také interdisciplinárním. V kontextu konzumní společnosti jsou drogy dalším rizikovým faktorem, který může mít vážné důsledky pro zdravé dospívání dnešních dívek.

Konzumní společnost má k drogám ambivalentní vztah. Na jednu stranu jednoznačně odsuzuje problémové uživatele a „feťácký“ životní styl, na druhou stranu - už jen svým důrazem na maximální výkon - k užívání drog v podstatě vybízí. Charakteristická je proměna drogového abúzu - od hippies šedesátých let, kteří masově užívali marihuanu a halucinogeny, k současným self-made-man manažerům, kteří užívají široké spektrum drog od kávy přes tzv. smart-drugs po kokain, který je jako „droga úspěšných“ v konzumní společnosti obzvlášť oblíbený. Při používání drog již nejde o rozšiřování vědomí, dosažení nirvány či osvícení, cílem je především zlepšení vlastního výkonu a aktivity, případně dosažení okamžitých zážitků.

Pro účely této práce dělím drogy podle dvou základních kritérií, jimiž jsou vztah státu, respektive práva k těmto drogám, druhým kritériem je nebezpečnost drog vůči jejich uživatelům a jejich okolí. Je zřejmé, že v první kategorii rozlišujeme drogy legální a nelegální. Podle škodlivosti pak dělíme drogy na měkké a tvrdé. Zatímco u legálních a nelegálních drog je hranice jasně daná zákonem, u dělení na tvrdé a měkké je hranice mlhavější. Nadto se obě kategorie a kritéria vzájemně prolínají, čímž vznikají čtyři základní kategorie drog: legální měkké drogy (kofein, taurin, tzv. smart drugs), legální tvrdé drogy (alkohol, tabák, některé léky), nelegální měkké drogy (kanaboidy, halucinogeny, „taneční“ drogy) a nelegální tvrdé drogy (opiáty, stimulanty).

V České republice jsou drogy i alkohol všeobecně dlouhodobě oblíbené a tolerované. V roce v roce 2003 pravidelně kouřilo 30% obyvatel,¹¹⁸ prvenství v pití piva (a čestná místa v ostatních druzích alkoholu) jsou bezmála zdrojem národní hrdosti a například v roce 2001 se v ČR spotřebovalo bezmála 39 milionů balení analgetik.¹¹⁹ Podobně oblíbené jsou lehké drogy v čele s marihuanou a dalšími konopnými produkty. Stabilně vysoká je, zejména mezi

¹¹⁸ Zaostřeno na drogy, 1/2005, s. 3.

¹¹⁹ www.drogy-info.cz

mladými, také obliba halucinogenních a tanečních drog. Tyto drogy jsou konzumovány zejména rekreačně, mnohdy při víkendových technoparty, bez vzniku závislosti a vážnější sociální patologie. Podat u těchto drog statistické údaje je obtížný úkol, protože chybí zdroje informací. Na rozdíl od problémových uživatelů nevyhledávají rekreační uživatelé lehkých drog pomoc specialistů (žádosti o léčbu ze závislosti na konopných drogách pocházejí víceméně od výchovných poradců atd.), nedocházejí do kontaktních center, ani nevyužívají služeb streetworkerů.

Obliba tvrdých drog v České republice po určitém růstu v devadesátých letech, v současnosti stagnuje a některé ukazatele naznačují dlouhodobý trend poklesu jejich užívání. Problémové užívání drog, které charakterizuje užívání tvrdých drog, je definované jako injekční užívání drog a/nebo dlouhodobé či pravidelné užívání opiátů a amfetaminů. Problémoví uživatelé jsou lépe statisticky postižitelní vzhledem k tomu, že ve vysoké míře využívají služeb specializovaných zařízení (kontaktních i léčebných) i terénních pracovníků. Počet těchto uživatelů po několika letech poklesu v roce 2005 mírně vzrostl, odhadováno je přibližně 32 tisíc narkomanů, z nichž 11,5 tisíce užívá opiáty a 20,5 tisíce pervitin (35 100 problémových uživatelů v roce 2002, 30 000 v roce 2004).¹²⁰ Na druhou stranu dlouhodobě klesá počet žadatelů o léčbu - v roce 2006 o ni požádalo celkem 4 119 narkomanů, což znamená oproti roku 2005 pokles o 253 osob.¹²¹ Průměrný věk žadatelů o léčbu se roce 2006 oproti předchozímu roku zvýšil u prvožadatelů z 22,9 roku na 23,1, u všech léčených uživatelů z 24,8 roku na 26,2, což znamená, že se k stagnujícímu počtu uživatelů výrazně nepřidává nastupující generace.¹²²

Počet smrtelných předávkování nelegálními drogami je rovněž stabilní, v roce 2005 zemřelo na předávkování 24 uživatelů opiátů, 18 uživatelů těkavých látek a 14 uživatelů pervitinu. Oproti roku 2004 tak mírně vzrostla mortalita heroinistů (o pět případů), u těkavých látek a pervitinu zemřelo shodně o dva uživatele méně.¹²³ Kromě toho dochází sporadicky k předávkování dalšími drogami, v roce 2005 se 3 lidé smrtelně předávkovali metadonem, dva uživatelé zemřeli po požití extáze a došlo také k prvnímu fatálnímu předávkování kokainem. Stabilně největší podíl na smrtelných předávkováních mají ovšem legální léky, v roce 2005 po jejich nadměrném požití zemřelo 156 lidí.¹²⁴

¹²⁰ Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2005, s. 28.

¹²¹ Incidence, prevalence, zdravotní dopady a trendy léčených uživatelů drog, s. 17.

¹²² Incidence, prevalence, zdravotní dopady a trendy léčených uživatelů drog, s. 23.

¹²³ Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2005, s. 44.

¹²⁴ Zaostřeno na drogy, 5/2006, s. 8.

Narkomanie je pro dospívající obzvláště závažnou hrozbou. Na rozdíl od dospělých narkomanů mají dospívající zranitelnější organismus a také jejich psychika, která neprošla standardním procesem vývoje a zrání, je citlivější na všechny negativní vlivy. Zneužívání drog včetně alkoholu blokuje další zrání a vývoj, ať už fyzický, psychický nebo sociální. Z mladých narkomanů se stávají mladí duševní i tělesní mrzáci. Jsou ohrožováni smrtelnými chorobami, možností předávkování, hrozí jim dopadení od policie nebo švindl od dealerů, musejí shánět neuvěřitelné množství peněz, lhát, podvádět, krást a prodávat se. Drogy často působí jako spouštěč paranoidních psychóz a dalších poruch, tlak společnosti takové působení ještě zvýrazňuje (paranoidní uživatel může mít iluzi, že ho pronásleduje policie, což je skutečně pravděpodobné). Je zřejmé, že i když se mladí závislí vyhnou dalším komplikacím, jejich osobnostní a morální vývoj je vážným způsobem narušen.

Pro dospívající dívky mají drogy ještě několik osidel navíc. V průběhu dospívání dosahuje dívčí sebevědomí svého životního minima a mnoho dívek zápasí s vnitřní nejistotou, ambivalentními či přímo negativními pocity vůči vlastnímu tělu a touhou po návratu do bezstarostného dětství. To vše drogy mohou zdánlivě vyřešit, nahradit sebevědomí pocitem neohroženosti, dodat sebejistotu nebo minimálně odpoutat pozornost od těch nejpálčivějších problémů. Například pervitin má navíc – alespoň dočasně – povzbuzující účinky, takže dívkám umožňují zvládat stres i často neúměrné požadavky rodičů a školy, a to vše s minimální potřebou jíst a spát. Zneužívání pervitinu také může vést k vymizení menstruace a výrazné ztrátě hmotnosti, takže se velmi snadno spojuje s mentální anorexií či ještě spíše s bulimií.

Soustavné užívání drog uvádí mladé narkomany do drogové subkultury, jejíž normy přijmou za své. Pokud v sobě mladé narkomanky již měly z rodiny a školy zažité nějaké pozitivní hodnoty či prosociální vzorce chování, které se jim snažili předat rodiče a učitelé, rychle je překryjí „fetácké“ modely chování a uvažování. Droga má pro narkomana nevyčísitelnou hodnotu, je středem jeho světa a vrcholem jeho hierarchie, závislost se stává modlou, které závislý obětuje cokoli. Tímto způsobem se k drogové závislosti přidává majetková kriminalita a zejména u dívek prostituce.

Mladý člověk závislý na drogách přichází o svůj život nejen v tom smyslu, že mu hrozí smrt v mnoha podobách, ale v tom smyslu, že ani nežije po dobu své závislosti. U narkomanů se zastavuje vývoj fyzický, psychický i sociální. Mladí narkomani postupem času ztrácejí standardní morální zásady, vzorce myšlení i normální vztahy. Žijí ve světě narkomanů, dealerů, zlodějů a překupníků, policie, a na ten se adaptují. Užívání drogy obrátí základní hodnoty vzhůru nohama. Vyléčení mladí narkomani tak potřebují i další sociální

terapii, která by jim měla do určité míry nahradit jejich ztracené dospívání, včetně tvorby, upevňování a internalizace morálních hodnot, zvláště pokud období závislosti trvalo delší dobu a/nebo se k užívání drog přidaly další komplikace jako například poruchy příjmu potravy, prostituce, kriminalita atd.

5.3 Delikvence dívek

Co se týče delikvence dospívajících dívek v konzumní společnosti, je pro současnou situaci charakteristický zvyšující se podíl žen a dívek na obecné kriminalitě a delikvenci obzvlášť. Je to významný fenomén už proto, že se u dívek a žen vzhledem k jejich tradičním sociálním rolím a většímu tlaku na jejich přijetí, předpokládá vyšší míra prosociálního chování i cítění a tím pádem i menší míra delikvence. Zdá se však, že i do této oblasti lidského bytí pronikla emancipace. Kriminalita žen opsala po roce 1989 obdobnou křivku jako celková kriminalita. Po strmém nárůstu v devadesátých letech následoval pokles a stagnace, které pokračují v novém tisíciletí. V roce 2006 tvořilo 16 708 odsouzených žen 13,6% z celkového počtu usvědčených pachatelů.¹²⁵ Ženská kriminalita je tedy relativně méně rozšířená, ovšem alarmující je na ní vysoký podíl dětí a dospívajících dívek.

Stejně jako u chlapecké delikvence, i dívky se nejčastěji dopouštějí majetkových trestných činů, za kterými následují násilné a mravnostní trestné činy. Krádeže věcí z aut, vloupání do bytů nebo i pohlavní zneužívání jsou některé z oblíbených dívčích zločinů, ve kterých jejich podíl tvoří čtvrtinu i více než polovinu celkové ženské kriminality. Zvlášť závažným fenoménem je výrazné zapojení dívek do patnácti let, které v některých trestných činech dokonce překonávají mladistvé dívky.

Vzrůstá počet delikventních dívek, které dokonce vytvářejí čistě ženské gangy specializující se na vykrádání aut, krádeže kol, případně krádeže v obchodech. Alarmující skutečností je pak to, že kriminalitu dospívajících dívek stále častěji provází surová brutalita vůči obětem, které mnohdy končí i vážným zraněním. Přesto prosté ublížení na zdraví tvoří menší část ženské násilné kriminality, mnohem rozšířenější jsou loupeže. Mladá děvčata se na loupežích podílela v jedné čtvrtině až jedné polovině celkové ženské kriminality. Stejně jako u majetkové kriminality děvčata do patnácti let překonávala mladistvé ženy.¹²⁶ Nárůst násilných a násilím provázených trestných činů ovšem stoupá obdobně u dívek i chlapců. Agresivní násilí je zřejmě dospívajícími obou pohlaví považováno za přirozený jev a legitimní způsob dosažení cíle. Může ale zároveň vypovídat o stoupající frustraci a vykořeněnosti pachatelů, projevující se nesmyslnou agresivitou. Přesto stále zůstává pravdou, že u dívek je hrozba delikventního jednání méně závažným problémem než u chlapců.

¹²⁵ Statistické výkazy Policejního prezidia ČR.

¹²⁶ MOULISOVÁ, M., Vývoj trestné činnosti žen z pohledu policejní statistiky.

Ve skladbě trestné činnosti dívek do 15 let výrazně převažují krádeže a obvykle s nimi spojené trestné činy poškozování cizí věci a porušování domovní svobody a trestný čin loupeže.

U mladistvých dívek je nejčastěji evidovaným trestným činem krádež a u části mladistvých zlodějek i poškozování cizí věci a porušování domovní svobody. Dále jsou pro ně charakteristické trestné činy křivého obvinění a křivé výpovědi, padělání a pozměňování veřejné listiny, podvody, loupeže a porušení tzv. drogových zákonů stále častěji i výtržnictví.

Kriminalita dospívajících dívek vypovídá o několika trendech, které v současné době ovlivňují jejich dospívání. V první řadě je to zrovnoprávnění dívek „před zákonem,“ určitá emancipace a odpoutání se od tradičních rolí, které dosud dívky vychovávaly relativně přísně v anticipaci budoucí pečovatelské rodičovské i partnerské role. Dnešní míra dívčí delikvence by byla před padesáti lety nemyslitelná, nicméně je otázka, zda ji (se všemi výhradami) můžeme hodnotit alespoň jako pozitivní emancipaci nebo naopak důsledek rozbití tradiční společnosti a všeobecného odcizení. Skladba dívčí delikvence pak zadruhé prozrazuje patrný vliv konzumní společnosti, která dívky motivuje především k majetkové trestné činnosti, především ke krádeži. Ta je pro fyzicky slabší dívky realizovatelnější než třeba loupežné přepadení, častější u dospívajících chlapců. Na další a hlubší problémy může odkazovat také zvyšující se podíl dívek na takzvané drogové kriminalitě.

5.4 Sebeпоškozování

Významným a mohutným fenoménem se v dnešní společnosti stává sebeпоškozování, které svým rychlým nástupem zaskočilo řadu psychologů i společnost jako takovou. Opět můžeme hledat důvody, proč se tento jev stal tak aktuálním právě v současné společnosti. Jednak můžeme poukázat na perverzní mediální přitažlivost sebeпоškozování, u kterého častokrát nechybí množství krve (viz přílohu č. 4). Mohli bychom upozornit na vznik životního stylu vyznávající emo kulturu, která bývá, jak jsme již zmínili, se sebeпоškozováním spojená a svalit vinu za epidemii sebeпоškozování mezi dospívajícími právě na tuto subkulturu. Ta ovšem není příčinou, ale důsledkem současné situace, jak jsme viděli výše, a navíc se fenomén sebeпоškozování nespojuje výhradně s životním stylem emo.

V současnosti můžeme sledovat nárůst množství různým způsobem autodestruktivně smýšlejících mladých lidí, ať už zneužívají drogy, trpí poruchami příjmu potravy nebo různými afektivními poruchami osobnosti. Je to různorodá skupina, která se ale vyznačuje určitými společnými znaky, mezi které patří charakteristické maladaptivní chování, emoční labilita, afektivní poruchy, neschopnost vyrovnat se nárokům dnešní konzumní společnosti, nízké sebevědomí jedinců a v neposlední řadě také velké rozšíření v posledních desetiletích.

Proč právě teď? Odpověď se pokoušíme v kapitolách věnovaných psychosociálnímu působení konzumní společnosti, kde uvažujeme nad jejím vlivem na vykořenění člověka a narušení přirozeného vztahu jak mezi světem a lidmi a mezi lidmi navzájem, tak také ve vztahu člověka k němu samému. Můžeme pozorovat nárůst tohoto fenoménu právě v západních moderních společnostech, kde konzum a spotřeba již dlouhodobě nahrazují přirozené vztahy mezi lidmi i jejich přemýšlení o sobě samých.

Sebeпоškozování neboli automutilace je záměrné agresivní (násilné) chování namířené vůči vlastní osobě, které může mít mnoho příčin. Spektrum sahá od psychotických poruch po depresivní ladění až po případy náhodného neopakovaného sebeпоškození, motivovaného momentální situací a novou zkušeností. Mechanismus automutilace funguje na principu uvolnění nahromaděného stresu, který člověk není schopen zvládnout zdravějšími adaptačními strategiemi. Dle Dětské a adolescentní psychiatrie se jedná o „vědomé, cílené sebeпоškozování, které není vázáno na psychózu nebo mentální retardaci. Má nejčastěji charakter lokalizované automutilace, ke které většinou dochází pořezáním (nožem, žiletkou, sklem) na zápěstí, ruce, ale i dolních končetinách, vzácně v obličeji, na prsou, břicho. Toto jednání může mít rituální složku, jehož spouštěčem bývá stresor působící z okolí.“¹²⁷

¹²⁷ HORT, V., et al., Dětská a adolescentní psychiatrie, s. 340.

Stresorem se zde myslí určitý druh negativního vlivu na subjekt, který se stává spouštěčem pro sebepoškození.

Stresorem tedy může být rozvod rodičů, studijní povinnosti, nepřiměřené nároky vrstevníků-rodičů-společnosti, nízké sebehodnocení, dlouhotrvající frustrace, zneužívání v rodině, nemoc atd.. Spouštěčem se také může stát nedostatek pozornosti nebo také nedostatek podnětů, přičemž veškeré stresory zvýrazňuje psychický rozvoj dospívajících a větší vnímavost pro jejich vlastní emoční rozpoložení. Ovšem velkým společným znakem pro adolescenty vykazující toto chování, je nízké sebevědomí a hodnocení sama sebe jako určitým způsobem méněcenného jedince. V tom případě může být sebepoškození vnímáno jako brána k sebeovládání. Sebepoškození samozřejmě bolí a schopnost jedince se pro ně rozhodnout, způsobit si bolest, ze svého rozhodnutí ji vykonat – to vše znamená mít sám sebe v moci. Mít kontrolu nad svým životem je velmi silným, i když paradoxním, motivem sebepoškození. Mít sám sebe alespoň tak, pokud se to už nedaří v běžném životě.

Při samotném sebepoškození dochází k uvolnění stresu - psychická bolest se mění na bolest fyzickou, kterou je možno lépe kontrolovat a překryje na čas palčivou psychickou bolest a nejistotu. Bolest nadto uvolňuje v mozku endorfiny, které následně přinášejí úlevu. Dochází v podstatě k uvolnění napětí, pocitu uspokojení a úlevy a dokonce v daný okamžik i pocitu kontroly nad svým životem. Toto schéma je velmi podobné jako u návykových látek, a proto je sebepoškození hodnoceno stejně jako jiné druhy závislosti, je srovnatelné se závislostí na alkoholu či drogách. Člověk si na tomto „uvolnění“ může vytvořit závislost a získat tendenci toto jednání při další stresové situaci opakovat.

Sebepoškození může mít mnoho podob podle způsobu působení násilí - jedinec se může zraňovat sám sebou (kousání, trhání vlasů, bití hlavou o různé předměty, škrábání, kousání nehtů do krve) nebo pomocí nástroje (hlavně pomocí žiletky, střepu, špendlíků, nože, případně co se zrovna naskytne po ruce). Chápeme-li sebepoškození v širším smyslu, mohli bychom také uvést i anorexii či alkoholismus nebo užívání jiných návykových látek.

Hlavním motivem u sebepoškození tedy není sebevražedný úmysl, ačkoli se sebevražedné myšlenky u těchto lidí objevují a je třeba pamatovat na riziko třeba i jen nahodilé sebevraždy.¹²⁸ Sebevražedné myšlenky se ovšem zejména v období dospívání objevují nejen u sebepoškozujících se dospívajících. Třikrát větší podíl na sebepoškozujícím chování mají ženy,¹²⁹ zřejmě proto, že mají ve stresu větší sklon k sebeobviňování a pocitům viny. A z obecně disponované ženské populace jsou nejohroženější skupinou právě dospívající dívky.

¹²⁸ HORT, V., et al., Dětská a adolescentní psychiatrie, s. 341.

¹²⁹ HORT, V., et al., Dětská a adolescentní psychiatrie, s. 340.

Dospívající dívky procházejí mnohými změnami, jak po fyzické, tak i po psychické stránce (viz druhá kapitola) a jejich tělesná i psychická integrita není stabilní. Společnost a kulturní rámec společnosti pro ně v tomto věku nabývá na důležitosti. Přes určité záměrné nekonformní chování, které je vedeno hlavně vůči rodičům a autoritám, chtějí být mladé dívky konformní vůči společnosti a chtějí se podobat nastaveným ideálům dané společnosti. Žijeme-li tedy ve společnosti, která je zaměřena na konzumaci, vzorcem „čím víc mám, tolikrát jsem člověkem“ („mám“ lásku, kamarády, úspěch, výkon, peníze, zdraví, krásu, dokonalost...), je logické, že dospívající dívky se přizpůsobí. Cílem snahy mladé dívky bude být krásná, štíhlá, mít dobrou pracovní pozici, být úspěšná a povšechně dokonalá.

Média vytvářejí obraz dokonalého ideálu - mladí konzumenti se setkávají s dokonalým obrazem člověka - ženy jsou obvykle prezentovány buďto jako mužský doplněk, jehož hlavní hodnotou je působit hezky, anebo naopak velmi emancipované, schopné se ve všem vyrovnat muži a dokonce ho i překonat, bohaté - zastávající dobré pozice ve společnosti, velmi dobře upravené, ať už co se týká oblečení, doplňků a samozřejmě i kultury bydlení. Ženy „klenoty“ prezentují svoji moc skrze krásu svého těla, vytríbenost ve vkusu – síla peněz a mocí nad muži.

Emocionální působení tohoto ideálu umocňuje hudba, která se s jeho prezentací (například na hudebních kanálech jako MTV) častokrát spojuje. Hudba posiluje hloubku emocionálního prožívání, vybízí k identifikaci a následování vzoru, umělecká nadsázka prezentuje emoce (bolest, smutek, moc, potěšení, lásku atd.) v jejich vypjaté formě, která ale samozřejmě neodpovídá realitě života.

Málokdo je ideálně krásný, bohatý, úspěšný a naprosto nezávislý člověk. A své pocity nepocituje v každé denní situaci tak pozitivně a intenzivně, jako to předstírá televize. Mladý člověk ovšem chce žít životem filmového hrdiny. Chce cítit teď a tady. A pokud obraz života televizního hrdiny neodpovídá skutečně prožívanému emocionálnímu životu adolescenta, může začít toto vzrušení hledat a přímo se zaměřit na nebezpečné situace, které mohou poskytnout zástupné emocionální vzruchy. Hledání vzrušení může mít socializovanější nebo asociálnější formu. Může to být například relativně jemná forma sebepoškozování ve stylu piercingu, tetování, případně hledání vzrušení při paintballu nebo adrenalinových sportech; mohou to ale také být drogy, alkohol, kriminalita nebo právě sebepoškozování.

Mladé dívky mohou mít pocit, že při sebepoškozování zažívají něco výjimečného, co se vymyká rutině denního programu. Pohled na krev vždy fascinoval, krev odnepaměti hraje významnou roli i v mytologických představách člověka, byla a je centrální součástí mnoha

náboženských obřadů. Dívky při prolévání vlastní krve mohou cítit převzetí moci nad svým životem, mohou s ním v tu danou chvíli zacházet a symbolicky ho ovládat, což dívky s nízkým sebevědomím velmi přitahuje. Nehledě na výše zmíněný mechanismus uvolnění napětí a endorfinů.

Mezi člověkem a světem se rozevřela propast odcizení, která se v konzumní společnosti začala velmi rychle zvětšovat. Člověk se odcizil sám sobě a společnost nastavila nerealistický ideál, jehož dosažení stanovila jako úkol. Selhání je vnímané jako prohra, důkaz nedostatečnosti a vede k dlouhodobé frustraci. Sebepoškozování se pak může stát únikovou strategií pro zvládnání stresu. Sebepoškozování je v současnosti mezi adolescenty relativně rozšířené, a můžeme se domnívat, že je to způsobeno právě velkou mírou stresu a frustrace, se kterou se musejí vyrovnávat. Sebepoškozování je známým fenoménem, a je zajímavé, že například i u kajících hnutí sebemrškačství vycházelo z nespokojenosti s vlastní osobou, nízkým sebehodnocením a neschopností vyrovnat se nerealistickému ideálu. Z toho může plynout i náznak řešení – sesazení nerealistického ideálu z piedestalu, zdravé strategie uvolnění stresu a hlavně emocionální podporu a přijetí dospívajících, která jim může pomoci vyrovnat se s ne zrovna ideální realitou i bez destruktivního ventilu sebepoškozování.

6. Závěr

Na závěr mé práce bych nejraději podala nějakou „dobrou radu nad zlato,“ zveřejnila ten správný recept a pokaždé platný návod na použití světa a člověka. Stanovila, jak dobře žít, chovat se za všech okolností správně a nenechat si pokřivit osobnost vývojem ve společnosti, která je v současnosti zaměřená nikoli na člověka jako takového, ale na jeho „průvozní potřeby v rámci spotřeby.“

Zřejmě bych nebyla prvním nebo ojedinělým moralistou, novým vizionářem či prorokem doby - jaké by to či ono mělo být a jaké pravidla zachovávat, ačkoli i toto pro další změnu a možnost volby zásadně důležité. Ovšem vykřikovat častokrát ukvapené a jednostranné odsudky a emocionální závěry je příliš snadné a laciné. Svět není černobílý a dobro a zlo se v krystalické formě zřejmě nevyskytují. Krystalickým zlem v čisté podobě není ani konzumní společnost, i ona přináší lidem mnoho pozitiv a pokroku. Ani já nevidím na konzumní společnosti jen zápory, ale i klady, které očividně přinesla.

Celkově bych svůj názor na konzumní společnost mohla shrnout do výroku slavného řeckého filozofa Herakleita – pantha rei – vše plyne. Vývoj se nedá zastavit, a to jak společnosti jako takové, tak ani žádného jedince. Proto se nestavím proti vývojovému stupni naší současnosti, ani se neobracím do minulosti, která už pominula. Vždyť koneckonců se oba časové úseky střetávají, tedy koexistují právě teď, vytvářejí současnost se vším všudy, jak s tím zlým tak i dobrým. Jelikož studuji teologickou fakultu, mohu zde připomenout i slova Ježíše, který varuje člověka, aby se neobracel zpět do minulosti ale ani se neztrácel v budoucnosti (Mt 6:34).

Jako určité východisko tedy vidím samotného člověka jako jedince, který nachází sám sebe ve vztahu k druhým. Toho Druhého pak nevidí jako prostředek pro dosažení cíle, ale jako cíl sám o sobě. Tohle nepodávám jako radu, ale spíše jako cestu, kterou se můžeme vydat. Vždyť i my samotní nejsme nikdy hotovi sami se sebou, stále jsme na cestě být někým, stále se stáváme někým, proto vždycky je čas na změnu.

Tak jako se dospívající mění a rostou uvnitř společnosti, stejně tak roste a vyvíjí se i společnost kolem nich. Možná proto je nejlepším lékem na nedostatky naší konzumní společnosti zdravý vztah sám k sobě, ke kterému samozřejmě patří i zdravý vztah i druhým, tedy i zdravá společnost, kterou již nebude charakterizovat jediné konzum, ale naopak právě neodcizený člověk a jeho opravdový vztah ke společnosti a druhým. To se může stát, pokud začneme u sebe jako člověka a vydáme se ze sebe na cestu k druhému.

A na úplný konec našeho pojednání o vlivu konzumní společnost na dospívající dívky bych chtěla podotknout, že i když jsem při jejím psaní samozřejmě zažívala horké chvílky, zoufalství a beznaděje...; že i přesto je neskonale jednodušší o problémech dospívajících dívek psát, než se s nimi potýkat v realitě. Realita je jiná než teorie, která se dá vždy revidovat, přehodnotit a přepsat, realita je živá, ale právě jen živému hrozí smrt a zánik. Dospívající jsou jako vinná réva, která bez podpory nemůže růst, zplání a umírá. A vzhledem k tomu, že společnost se k dospívajícím dívkám staví přinejmenším macešsky, zbývá velká část potřebné péče na nás, kteří jsme všechny potřebné, „nejmenší z mých bratří,“ přijali za předmět svého osobního, studijního i profesionálního zájmu. Jen samo filozofování nad tím, jestli projít dveřmi, nestačí, je třeba hlavně vzít za kliku a otevřít, což zůstává úkolem každého z nás.

Shrnutí

V mé práci se věnuji tématu „vlivu konzumní společnosti na emoční deprivaci a sebevědomí adolescentních dívek.“ Tento vliv je sledován zejména jako psychosociální tlak působící na dospívající dívky a jeho případným negativním důsledkům, které mohou při interakci dospívajících dívek s konzumní společností hrozit.

První kapitola je věnována úvodu, ve kterém osvětluji svůj osobní zájem, který mě vedl k tomu, že právě tato problematika se stala zdrojem inspirací pro tuto práci. V této části také vymezuji některé klíčové termíny, které budu následně v celé práci užívat právě takto definované.

Druhá kapitola se zaměřuje na dospívání a adolescentní dívky jako specifickou skupinu s jejími charakteristickými znaky. Části této kapitoly jsou rozděleny dle bio-psycho-sociálního pohledu na člověka.

Další kapitola se věnuje socializaci adolescentních dívek a různým faktorům, které mohou tuto socializaci ovlivnit, nebo jinak narušit zdravý vývoj jedince.

Čtvrtá kapitola se zabývá konzumní společností jako takovou, se zvláštním zájmem o její psychosociální rozměr a vliv na člověka.

V páté kapitole se věnuji některým nejpálčivějším problémům adolescentních dívek. Uvedené problémy definuji a dále je sleduji jako fenomén pod úhlem působení konzumní společnosti na dospívající dívky. Je to problematika poruch příjmu potravy, sebepoškozování, drogové závislosti nebo delikvence.

V šesté kapitole přidávám i svůj osobní pohled na toto téma a v závěrečném Shrnutí stručně rekapituluji obsah a skladbu této práce.

Použitá literatura

- ELLIOTOVÁ, Michéle. *Jak ochránit své dítě*. Přel. Jiří Bumbálek. Praha: Portál, 1995. 173 s. ISBN 80-7178-034-0.
- FONTANA, David. *Psychologie ve školní praxi*. Přel. Karel Barcal. Praha: Portál 2003. 384 s. ISBN 80-7178-626-8.
- FROMM, Erich. *Mít nebo být?* Přel. Jan Lusk. Praha: Aurora, 2001. 244 s. ISBN 80-7299-036-5.
- GEIST, Bohumil. *Psychologický slovník*. Praha: Vodnář 2000. 647 s. ISBN 80-85605-28-7.
- HADJ-MOUSSOVÁ, Zuzana. *Kapitoly ze sociální psychologie*. Liberec: TUL, 2001. 75 s. ISBN 80-7083-562-1.
- HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Praha: Dokořán, 2007. 776 s. ISBN 80-7178-303-X.
- HAVLÍK, Radomír. *Úvod do sociologie*. Praha: Karolinum, 2005. 113 s. ISBN 80-246-0381.
- HERZOVÁ, Noreena. *Plíživý převrat*. Přel. Robert Bartoš. Praha: Dokořán, 2003. 256 s. ISBN 80-86569-46-2.
- HEYESOVÁ, Nicky. *Základy sociální psychologie*. Přel. Irena Štěpaníková. Praha: Portál, 2003. 168 s. ISBN 978-80-7367-639-1.
- HRČKA, Michal. *Sociální deviace*. Praha: SLON, 2001. 302 s. ISBN 80-85850-68-0.
- HORT, Vladimír, et al. *Dětská a adolescentní psychiatrie*. Praha: Portál, 2008. 496 s. ISBN 978-80-7367-404-5.
- CHMELÍK, Jan. *Trestná činnost mládeže a páchaná na mládeži*. Praha: Policie ČR, 1998.
- JANDOUREK, Jan. *Sociologický slovník*. Praha: Portál, 2001. 285 s. ISBN 80-7367-269-3.
- KALINA, Kamil. *Drogy a drogové závislosti : mezioborový přístup*. Praha: Úřad vlády České republiky, 2003. 343 s. ISBN 80-86734-05-6.
- KELLER, Jan. *Až na dno blahobytu*. Praha: EarthSave, 2005. 132 s. ISBN 80-903085-7-0.
- KELLER, Jan. *Soumrak sociálního státu*. Praha: Slon, 2006. 160 s. ISBN 80-86429-41-5.
- KELLER, Jan. *Úvod do sociologie*. Praha: Slon, 2008. 204 s. ISBN 80-86429-39-3.
- KRAUS, Jiří, PETRÁČKOVÁ, Věra, et al. *Akademický slovník cizích slov*. Praha: Academia, 2000. 834 s. ISBN 80-200-0982-5

- KRCH, František David. *Mentální anorexie*. Praha: Portál, 2002. 240 s. ISBN 80-7178-598-9.
- KRCH, František David. *Bulimie: Jak bojovat s přejídáním*. Praha: Grada, 2008. 195 s. ISBN 80-247-2130-9.
- KRCH, František, David. *Poruchy příjmu potravy*. www.medicinapropraxi.cz
- KOLÁŘ, Michal. *Bolest šikanování*. Praha: Portál, 2001. 255 s. ISBN 80-7367-014-3.
- KOUDELKOVÁ, Andrea. *Psychologické otázky delikvence*. Praha: Victoria Publishing, 1995. 114 s. ISBN 80-718-7022-6.
- KOUKOLÍK, František, DRTINOVÁ, Jana. *Zlo na každý den, Život s deprivanty I*. Praha: Galén, 2001. 390 s. ISBN 80-7262-088-6.
- KOUKOLÍK, František, DRTINOVÁ, Jana. *Základy stupidologie, Život s deprivanty II*. Praha: Galén, 2002. 490 s. ISBN 80-7262-078-9.
- LANGMEIER, Jiří, KREJČÍŘOVÁ, Dana. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 1998. 352 s. ISBN 80-247-1284-9.
- LIPOVETSKY, Gilles. *Éra prázdnoty: úvahy o současném individualismu*. Přel. Martin Pokorný. Praha: Prostor, 2003. 311 s. ISBN 80-7260-085-0.
- LIPOVETSKY, Gilles. *Paradoxní štěstí - esej o hyperkonzumní společnosti*. Přel. Martin Pokorný. Praha: Prostor, 2007. 400 s. ISBN 978-80-7260-184-4.
- MATĚJČEK, Zdeněk, LANGMEIER, Jiří. *Psychická deprivace v dětství*. Praha: Avicenum, 1974. 383 s.
- MATĚJČEK, Zdeněk, DYTRICH, Zdeněk. *Děti, rodina a stres*. Praha: Galén, 1994. 214 s. ISBN 80-85824-06-X.
- MATĚJČEK, Zdeněk. *Co děti nejvíc potřebují*. Praha: Portál, 2007. 108 s. ISBN 978-80-7367-504-2.
- MATOUŠEK, Oldřich. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: SLON, 1993. 161 s. ISBN 80-86429-19-9.
- MATOUŠEK, Oldřich, KOLÁČKOVÁ, Jana, KODYMOVÁ, Pavla et al. *Sociální práce v praxi*. Praha: Portál, 2005. 352 s. ISBN 80-7367-331-2.
- MATOUŠEK, Oldřich, KROFTOVÁ, Andrea. *Mládež a delikvence*. Praha: Portál, 1998. 335 s. ISBN 80-7178-226-2.
- MEZŘICKÝ, Václav, et al. *Environmentální politika a udržitelný rozvoj*. Praha: Portál, 2005. 208 s. ISBN 80-7367-003-8.
- MOVSESIAN, Shushann. *Dospívání dívek*. Přel. Hana Loupová. Praha: Portál, 2007. 120 s. ISBN 978-80-7367-213-3.

- NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Praha: Akademia, 1999. 288 s.
ISBN 80-200-0690-7
- NAKONEČNÝ, Milan, et al. *Encyklopedie obecné psychologie*. Praha: Academia, 2002. 437 s. ISBN 80-200-0625-7.
- NEŠPOR, Karel. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. Praha: Portál, 2000. 150 s. ISBN 80-7178-432-2.
- NOVÁK, Tomáš. *Přestaňte se podceňovat!* Praha: Grada, 2005. 122 s.
ISBN 80-247-1165-6.
- PRESL, Jan. *Drogová závislost: Může být ohroženo i Vaše dítě?* Praha: Maxdorf, 1995. 86 s.
ISBN 80-85800-25-X.
- REICHEL, Jiří. *Kapitoly systematické sociologie*. Praha: Grada, 2008. 240 s.
ISBN 978-80-247-2594-9.
- SAK, Petr. *Digitální média a životní styl*. www.insoma.cz
- SAK, Petr. *Média a hodnoty v sociálním poli mládeže*. www.insoma.cz
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese: variabilita a patologie lidské psychiky*. Praha: Portál, 1999. 444 s. ISBN 80-7178-678-0
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie I*. Praha: Universita Karlova, 1996.
343 s. ISBN 80-7184-317-2.

Výroční zprávy, statistické výkazy

- Incidence, prevalence, zdravotní dopady a trendy léčených uživatelů drog*. Výroční zpráva ČR – 2006. www.drogy-info.cz
- Výroční zpráva Národní protidrogové centrály 2000-06*. www.mvcr.cz
- Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2005*. Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti. Praha 2006. www.mvcr.cz
- Zpráva o situaci v oblasti veřejného pořádku a vnitřní bezpečnosti na území České republiky v roce 2003-2006*. www.drogy-info.cz
- Informace o problematice extremismu na území ČR v roce 2002-2006*. www.mvcr.cz
- Statistický výkaz policejního prezidia ČR v roce 2000-2006*. www.mvcr.cz

Internetové stránky

www.medicinapropraxi.cz

www.doktorka.cz

www.ordinace.cz

www.pppinfo.cz

www.aktip.cz

www.insoma.cz

www.cs.wikipedia.org

www.mvcr.cz

www.justice.cz

www.kriminologie.cz

www.nature.com

www.drogy.web3.cz

www.drogy-info.cz

www.adiktologie.cz

www.emo.org

www.enotalone.com

www.emosvet.cz

www.bud-emo.blog.cz

www.mladazena.maminka.cz

www.bara-s.blog.cz

www.sebeposkozovani-pojdme-si-pomoc.estranky.cz

www.semimyska.estranky.cz

www.super.cz

www.galerie.albumfotek.cz

www.emopribeh.blog.cz

www.vampirefreaks.com

www.dudi4.blog.cz

www.lukashorky.cz

Seznam příloh

Příloha č. 1: Nízké sebehodnocení a self-imace (fotografie).....	98
Příloha č. 2: Emostyl (fotografie).....	99
Příloha č. 3: „Krása“ anorexie (fotografie).....	100
Příloha č. 4: Ukázky sebepoškozování (fotografie)	102

Příloha č.1: Nízké sebehodnocení a self-image



Zdroj: www.pppinfo.cz

Příloha č.2: Emostyl



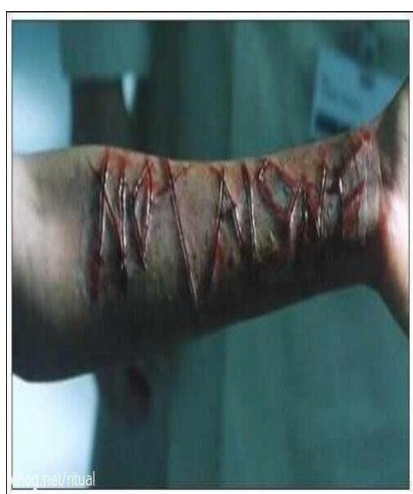
Zdroj: www.vampirefreaks.com

Příloha č.3: „Krása“ anorexie



Zdroj: www.dudi4.blog.cz
www.lukashorky.cz

Příloha č.4: Ukázky sebepoškozování



Zdroj: www.semimyska.estranky.cz/clanky/sebevrazdy-a-sebeposkozovani
www.super.cz/clanek/17713-anorexie-me-privedla-k-sebeposkozovani.html
www.galerie.albumfotek.cz
www.emopribeh.blog.cz

Summary

VLIV KONZUMNÍ SPOLEČNOSTI NA EMOČNÍ DEPRIVACI A SEBEVĚDOMÍ ADOLESCENTNÍCH DÍVEK

(Consumer Society and its Influence on Emotional Deprivation
and Self-Confidence of Adolescent Girls)

Lenka Chourová

In my dissertation I focus on the topic of „a consumer society and its influence on emotional deprivation and self-confidence of adolescent girls.“ I follow this influence particularly as a psychosocial pressure on adolescent girls and its potentially dangerous consequences which may appear during the interaction between young girls and the consumer society.

The first chapter is dedicated to an introduction where I explain my personal concern about this topic and why this theme became inspiration for my thesis. In this part I also specify some key terms which I subsequently use in such definitions in further text.

The second chapter focuses on adolescence and adolescent girls as a specific group with its characteristic attributes. This chapter is further divided according to the bio-psychosocial perspective of personality.

The next chapter focuses on socialisation of adolescent girls and several factors which may affect it or harm their healthy socialisation.

The fourth chapter is about consumer society itself with special interest to its psychosocial frame and possible impact on personality.

In the fifth chapter I focus on some of the most burning issues of adolescent girls. I define mentioned phenomena and discuss them further as a phenomenon seen in view of influence of a consumer society on adolescent girls. These problems are eating disorders, self-mutilation, drug abuse and delinquency.

In the sixth chapter I add my own personal opinion on this topic and in final Summary I shortly resume the content and form of this dissertation.