

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Teologická fakulta
Katedra praktické teologie

Diplomová práce

Problémy sebepojetí mladého dospělého člověka
v české společnosti a pomoc sociálního
pracovníka při jejich řešení

Vedoucí práce: Mgr. David Urban, Ph.D.

Autor práce: Bc. Eva Jelínková

Studijní obor: Etika v sociální práci

Forma studia: prezenční

Ročník: druhý

2011

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným stanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

30. března 2011

Děkuji vedoucímu diplomové práce Mgr. Davidu Urbanovi, Ph.D.
za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.

Dále děkuji konzultantům doc. Mgr. Jindřichu Šrajerovi, Dr. theol.,
a PhDr. Ing. Marii Lhotové, Ph.D. za odborné připomínky a rady.

OBSAH	4
ÚVOD	6
1 SEBEPOJETÍ MLADÉHO DOSPĚLÉHO JEDINCE Z POHLEDU PSYCHOLOGIE	8
1.1 Období dospělosti z pohledu vývojové psychologie	8
1.1.1 Adolescence	9
1.1.2 Charakteristika mladé dospělosti	10
1.2 Sebepojetí mladého dospělého člověka z pohledu psychologie	13
1.2.1 Vývoj vědomí „já“ a identity k sebepojetí	14
1.2.2 Sebepojetí skrze sebereflexi	16
1.2.3 Charakteristické znaky sebepojetí	19
1.2.4 Aspekty sebepojetí	21
1.3 Sebepojetí a seberealizace dospělého jedince skrze sociální role	23
1.4 Možné problémy sebepojetí	25
1.5 Shrnutí	27
2 VLIV SOUČASNÉ ČESKÉ SPOLEČNOSTI NA POJETÍ DOSPĚLÉHO JEDINCE	29
2.1 Dějinné proměny české společnosti a pohledu na dospělost	29
2.1.1 Obřady a přechodové rituály	31
2.1.2 Změny v demografickém chování české populace	32
2.2 Současná společnost a její působení na pojetí dospělosti	34
2.2.1 Charakteristické prvky současné české společnosti	34
2.2.2 Kvalita života	37
2.3 Dnešní pohled na mladého dospělého člověka	38
2.3.1 Vstup do dospělosti v české společnosti	39
2.3.1.1 Současná situace v oblasti studia a zaměstnání v období mladé dospělosti	39
2.3.1.2 Mezilidské vztahy mezi dospělými lidmi	41
2.3.2 Vliv médií na dospělost	43
2.4 Shrnutí	45
3 PROBLÉMY SEBEPOJETÍ V OBDOBÍ MLADÉ DOSPĚLOSTI	46
3.1 Příčiny problémů pojetí sebe sama jako dospělého jedince	46
3.1.1 Ztráta sociálních opor	46
3.1.2 Výzvy a úskalí mladých dospělých v dnešní době	48
3.1.3 Společenská očekávání správného jednání dospělého člověka	51
3.2 Správné sebepojetí mladého dospělého člověka jako etický požadavek a jeho životní spokojenost	52
3.3 Problémy sebepojetí dospělého jedince aneb (ne)spokojenost v sociálních rolích	55
3.3.1 Profesní role dospělého jedince a její úskalí	56
3.3.2 Volný čas u dospělých	60

3.3.3 Partnerská role a manželství.....	61
3.3.4 Role rodiče a rodičovství.....	64
3.4 Důsledky problémů sebepojetí mladého dospělého člověka.....	67
3.5 Shrnutí.....	71
4 POMOC SOCIÁLNÍHO PRACOVNÍKA PŘI ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ SEBEPOJETÍ ČLOVĚKA V OBDOBÍ MLADÉ DOSPĚLOSTI.....	72
4.1 Koncept sociálního fungování jako cíl sociální práce.....	72
4.2 Pomoc sociálního pracovníka při řešení problémů sebepojetí v konkrétních situacích.....	74
4.2.1 Problémy při vstupu do zaměstnání a nezaměstnanost.....	75
4.2.2 Sociální práce s rodinou.....	78
4.2.3 Manželské a rodinné poradenství.....	80
4.3 Shrnutí.....	82
ZÁVĚR.....	83
Seznam literatury.....	85
Abstrakt.....	91
Abstract.....	92

ÚVOD

V mnoha sociologických či demografických člancích se můžeme dočíst o problémech nebo dokonce krizi české společnosti. Hovoří se o vývojových proměnách společnosti nebo jednotlivce a o jejich důsledcích dopadajících na generace současné, ale i na generace budoucí.

Člověk prochází určitými vývojovými etapami, kterým se věnují odborné vědy. Z pohledu psychologie je podstatou lidského života uvědomit si sám sebe jako bytost, která zaujímá ve společnosti své místo. Uvědomění si vlastního „já“, nalézání identity a pochopení sebe samého jsou specifické rysy osobnosti. Tento proces začíná již v dětství a pokračuje po celý život.

V této práci se zaměřuji na sebepojetí v období mladé dospělosti v české společnosti. Jedince ve věku 22-30 let provází určité životní úkoly, které se někdy mohou projevit jako krizové.

Každý jedinec se snaží vyhnout nesnázím a přiklání se raději k úspěchům, které očekává. Při přijímání sociálních rolí u studenta nebo zaměstnance, manžela, manželky či rodiče, mohou nastat problémy jako neztotožnění se s rolí nebo nesoulad s požadavky okolí. K těmto problémům se vážou i emoce v rámci (ne)spokojenosti a sebehodnocení, které mohou být směrodatné pro ztotožnění se s novou rolí. Problémy mohou vést až k nesprávnému sebepojetí člověka a to i zásluhou vnějších vlivů. Může docházet k rozdílům mezi tím, kdo jsem a jak se vnímám, tedy mezi reálným „já“, ideálním „já“ a očekávaným „já“. Analýza problémů sebepojetí a možnosti jejich řešení jsou úkolem této práce.

Otázkou je, jak velké napětí v náročných situacích může být pro člověka únosné, kdy potřebuje odbornou pomoc a zda správné sebepojetí můžeme považovat za etický požadavek. V současné české společnosti, která se mimo jiné vyznačuje individualismem, hektičností, výkonem a konzumem, může u jedince dojít k novodobým nesnázím, které je možné řešit svépomocí. V některých situacích se však člověk cítí natolik ohrožen, že se obrací na pomoc zvnějšku, resp. na pomoc sociálního pracovníka.

S využitím odborné literatury byla na začátku první kapitoly stručně popsána charakteristika dospělosti. V následujících podkapitolách je osobnost a prožívání

mladého dospělého člověka prezentována z pohledu psychologie osobnosti, která poskytuje teoretické informace o správném vývoji jedince a o možných rizicích v jeho sebepojetí.

Statistické údaje ze sociologických výzkumů vypovídají o postavení dospělého člověka ve společnosti. Pozice dospělých je určována osobností jedince, ale také vnějšími vlivy, o kterých pojednává druhá kapitola. Patrné změny ve společnosti ovlivňují i sebepojetí jedince.

Rozbor sebepojetí z pohledu psychologie a vlivů současné české společnosti na pojetí dospělého člověka, je obsahem třetí kapitoly. Cílem této kapitoly je analyzovat možné problémy pojetí sebe sama v období mladé dospělosti skrze sociální role, které napomáhají jedinci určit jeho životní orientaci. Pozdější vstup do dospělosti přináší nové poznatky a nové otázky, které jsou v této práci reflektovány. Důsledky problémů sebepojetí mladého dospělého člověka mohou být řešeny prostřednictvím sociální práce.

V sociálních rolích mladého dospělého, mohou vznikat problémové situace. V souvislosti se schopností jedince tyto situace řešit, má jedinec možnost obrátit se na profesionální pomoc sociálního pracovníka, který prostřednictvím psychoterapeutické činnosti poukazuje na možnosti pomoci prostřednictvím podpory správného sociálního fungování.

1 SEBEPOJETÍ MLADÉHO DOSPĚLÉHO JEDINCE

Z POHLEDU PSYCHOLOGIE

Každý člověk se postupným vývojem stává osobností, která se vyznačuje svou jedinečností a individualitou. Každý reaguje na různé situace odlišně. Naše osobnost je ovlivňována jak genetickými dispozicemi, tak prostředím, ve kterém vyrůstáme a žijeme.

V této kapitole je ve stručnosti uvedena charakteristika mladého dospělého člověka z pohledu psychologie osobnosti a sociální psychologie, zvláště s ohledem na námi sledované téma sebepojetí. Analýza psychického vývoje jedince, resp. sebepojetí nám ukazuje obraz člověka. Nejdříve je potřeba objasnit základní pojmy, které budou obsaženy v celém textu práce. Následně je představeno sebepojetí ve svém vývoji, jsou uvedeny jeho charakteristické prvky a aspekty. Seznámení s možnými problémy sebepojetí přechází v otázku socializace a seberealizace, která se uskutečňuje prostřednictvím sociálních rolí. V této práci budou reflektovány pouze sociální role typické pro období mladé dospělosti. V použitých zdrojích se problematika sebepojetí mladého dospělého člověka uvádí jen okrajově. Propojení sebepojetí z hlediska psychologie osobnosti s mladou dospělostí je doplněno pohledem psychologie vývojové. Uvedené informace budou aplikovány na konkrétní životní oblasti dospělého jedince ve třetí kapitole.

1.1 Období dospělosti z pohledu vývojové psychologie

V době vyznačující se novými trendy v celé společnosti nebo v pohledu na jednotlivce, dochází ke vzniku nových vývojových období nebo se některé náplně jednoho období přesouvají do obdobního jiného.¹ Periodizace vývojových období je dnes „relativní vzhledem k značným individuálním rozdílům“².

¹ Srov. SHEEYOVÁ, G. *Průvodce dospělostí*, s. 30.

² ČÁP, J. *Psychologie výchovy a vyučování*, s. 143.

Pro udržení návaznosti je nutné stručně nastínit období adolescence, které je považováno za životní etapu mezi dětstvím a dospělostí. Dospívání se v současné době prodlužuje, proto může docházet k prolínání s obdobím mladé dospělosti, která bude charakterizována v další podkapitole. Jedná se spíše o vymezení pojmů.

1.1.1 Adolescence

Adolescence je termín odvozen z latinského slovesa „adolescere“, což znamená v překladu dorůstat, dospívat, mohutnět. Takové období je připisováno věku 15 až 22 let. Mezi sedmnáctým a dvacátým druhým rokem hovoříme o pozdní adolescenci.³

Období dospívání je možné charakterizovat v několika základních bodech:

- V období adolescence jsou dva základní mezníky. Ukončení povinné školní docházky je vázáno na spodní hranici této životní etapy. Druhým mezníkem je příprava na profesní život. Jedinec může volit mezi zaměstnáním nebo pokračováním ve studiu. Obě rozhraní integrují adolescenta do nových skupin.⁴
- Do této etapy života je řazen první pohlavní styk.
- Dospívající dosahuje výšky jako dospělý a jeho fyzická síla roste.
- Pro dospívání je charakteristické hledání identity. Nejde ani tak o hledání vlastní identity, ale spíše jedinec přejímá nějaký vzor ze své sociální skupiny. Sebeuvědomění nachází i ve svém těle, které bere jako „nástroj“ k atraktivitě v návaznosti se sociální akceptací a prestiží. Výstražným problémem může být zvýraznění kritiky, resp. sebekritiky v tomto období.⁵

Macek označuje adolescenci jako most mezi dětstvím a dospělostí. „Dospívající se začínají lišit jak od dětí, tak od dospělých, vytvářejí si zvláštní znaky i specifickou subkulturu s odlišným vyjadřováním, oblečením a úpravou...“⁶

Rozdíl mezi mladým člověkem a dospělým můžeme spatřovat také v životním postoji. Mladí si žádají neustálou změnu, hledají své cíle. Adolescenti přijímají některé normy a hodnoty, které jim dospělí prezentují, ale zaujímají k nim vlastní postoj. Naproti tomu dospělí mají „pevné hodnoty získané zkušeností a ty charakterizují jejich rozhodování a způsob života“⁷. Přijetí určitých závazků, které souvisí s uskutečňováním

³ Srov. MACEK, P. *Adolescence*, s. 11.

⁴ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 336.

⁵ Srov. Tamtéž, s. 253, 296.

⁶ LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, s. 142.

⁷ HAMANN, B. *Svět dnešních mladých. Teologické texty*, s. 134.

osobních a společenských cílů, může znamenat, že dospívající se stává dospělým. Jedná se o přesun zájmu o sebe k zájmu o druhé.⁸

V západní literatuře se můžeme dočíst, že adolescence pokračuje tzv. post-adolescencí, která je překládána jako „pozdní mladost či mladá dospělost“⁹. Na konci období adolescence, či spíše na začátku mladé dospělosti člověk dozrává v lidskou osobnost, která se stává prostřednictvím postupného zařazování mezi dospělé jejich rovnocenným partnerem.¹⁰

„Ve vývoji jedince obecně dochází k urychlení celého vývoje – akcelerace.“¹¹ Pohlavní zralost je u dnešních mladých zřetelnější, než tomu bylo dříve. Na druhou stranu se osobní a společenská dospělost oddaluje. Macek upozorňuje na posun věku, kdy se lidé snaží chovat jako teenageři a jejich vstup do dospělosti se prodlužuje. Také záleží na profesní přípravě, především na vzdělávání. Právě u vysokoškolských studentů se předpokládá, že jejich přijetí role dospělého může být oddáleno až do věku dvaceti osmi let.¹²

1.1.2 Charakteristika mladé dospělosti

Pod pojmem dospělý jedinec si může každý představit někoho jiného. Existují různé pohledy na dospělost, mezi které jsou řazeny dospělost pohlavní a právní.

Pohlavní dospělost, resp. pohlavní zralost je podle zákona stanovena hranicí patnáctého roku. Z pohledu legislativního se v naší společnosti člověk stává zletilým, tedy právně dospělým, dosažením osmnáctého roku života. Tím nabývá práv a bere na sebe povinnosti plynoucí ze zákona, za které se stává odpovědným.¹³

Přesto, že je období dospělosti podle zákona vymezené věkem, neznamená to, že dosažením určitého roku života se staneme dospělým. Status dospělého může člověk získat teprve skrze určité zkušenosti a vědomosti, které jsou výsledkem postupného vývoje jedince ve společnosti. Nutné je včlenění jedince do skupiny dospělých, kde přijímá novou roli, nový status a sebe samého vnímá jako dospělého jedince, což se projevuje i v jeho chování a jednání.

⁸ Srov. MACEK, P. *Adolescence*, s. 87.

⁹ TOMÁŠEK, M. Já se ještě nechci vázat. *Psychologie dnes*, s. 22-24.

¹⁰ Srov. KURIC, J. *Ontogenetická psychologie*, s. 112.

¹¹ ULRICH, T. *Harmonický rozvoj osobnosti*, s. 11.

¹² Srov. MACEK, P. *Adolescence*, s. 11-12.

¹³ Srov. Občanský zákoník [online]. [cit. 2010-10-10]. Dostupné na WWW: <<http://business.center.cz/business/pravo/zakony/obcanzak/cast1.aspx>>.

Dospělost je podle Vágnerové, přední odbornice v oblasti vývojové psychologie, dělena na mladou, střední dospělost a na období stáří. Mladá dospělost je vymezena dvacátým až čtyřicátým rokem jedince.¹⁴

U většiny autorů je dospělost řazena stejně či obdobně. Langmeier a Krejčířová dělí dospělost do čtyř etap. První etapa je nazývána časná dospělost (zhruba od 20 do 30 let), která je „přechodným obdobím mezi adolescencí a plnou dospělostí“¹⁵. Následující tři dělení dospělosti člení na střední (asi do 45let), pozdní dospělost, která je dobou do začátku stáří (tj. asi do 60-65let) a poslední etapou je stáří jako takové.¹⁶

Sheehyová dospělost dělí do tří skupin: a) prozatímní dospělost (18 až 30 let)

b) první dospělost (30 až 45 let)

c) druhá dospělost (45 až 85 let a více).¹⁷

Sheehyová prozatímní dospělost nazývá „zkušební dvacítkou“, kde je základním úkolem zvolit si určitou životní orientaci.¹⁸

V mé diplomové práci je mladá dospělost vymezena věkem 22-30 let.

Mezník mezi dospíváním a dospělostí je nevýrazný. Můžeme říct, že dvacátá léta jsou pro člověka dobou „tělesné síly, energie, vitálního elánu, robustního zdraví“¹⁹. Vágnerová tvrdí, že v období dospělosti jde o tělesnou vyzrálost, která je vyznačována klidností a minimálními fyzickými změnami. Není však obecně platná pro dosažení dospělosti.²⁰

Přechod z mládí do dospělosti je dán věkem, fyzickou vyspělostí jedince, dosažením osobní zralosti anebo sociálním přijetím role dospělého. Langmeier považuje člověka za dospělého skrze jeho osobní zralost vyznačující se odpovědností vlivem osobního a sociálního osamostatnění.²¹ Jedná se o odpovědnost za své činy a za činy druhých. Havlíková považuje jedince za dospělého podle jeho míry participace na společnosti dospělých. Hovoří o sociálním aspektu dospělosti, který je doplňován o ukazatel psychologický a o subjektivní vnímání přechodu do dospělosti.²² Stejně tak Vágnerová tvrdí, že biologické aspekty neovlivňují jedince tolik jako

¹⁴ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 9-299.

¹⁵ LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, s. 161.

¹⁶ Srov. Tamtéž.

¹⁷ Srov. SHEEHYOVÁ, G. *Průvodce dospělostí*, s. 26.

¹⁸ Srov. Tamtéž.

¹⁹ ŘÍČAN, P. *Cesta životem*, s. 251.

²⁰ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 9.

²¹ Srov. LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, s. 169.

²² Srov. HAVLÍKOVÁ, J. *Přechod do dospělosti dlouhodobě nezaměstnaných absolventů učebních oborů z Brna a okolí. Sociologický časopis*, s. 75.

psychosociokulturní prvky²³, proto v mé práci bude převážně charakterizováno hledisko psychosociální.

V oblasti psychologie (osobnosti, sociální) je dospělost určována základními prvky, mezi které jsou řazeny: upevnění identity dospělého, identifikace s rolí dospělého, produktivní orientace a upřesnění osobních cílů.²⁴ Dochází ke stabilizaci projevů emocí a k posunu v sebepojetí a seberealizaci, které jsou provázány socializačními změnami.²⁵ Tento posun by měl směřovat k dosažení „stabilní, realistické a přijatelně pozitivní identity“²⁶. Těmto prvkům bude věnovaná větší pozornost v dalších kapitolách. Pro dospělost jsou za nezbytné považovány vlastnosti jako schopnost autonomního myšlení, jasné rozhodování a odpovědné jednání.²⁷

Pro uvedení do tématu práce jsou výše zmíněné psychologické aspekty aplikovány na životní úkoly či události příznačné pro dospělého jedince, které budou podrobněji analyzovány ve třetí kapitole.

- Jedinec koná nějakou produktivní práci, jejíž smysl chápe a dokáže ji provozovat bez zbytečných absencí.
- Samostatně hospodaří. Je schopný své věci opatrovat a udržovat.
- Je schopen spolupracovat bez zbytečných konfliktů. Snaží se vyhledávat konsensus. Rozpory mezi jedincem a jeho rodiči jsou minimální.
- S nadřazenými v práci či při studiu vyřizuje své věci samostatně.
- Má realistické plány. Provozuje své zájmy a koníčky.
- Bydlí sám. Pokud bydlí u rodičů, je nutné mít své místo, o které se stará.
- Volný čas je schopen trávit sám.
- Je schopen se stýkat s příslušníky opačného pohlaví bez přílišných zábran a strachu. Lásku, něhu je schopen opětovat.
- Cílevědomě rozšiřuje svou orientaci v prostředí, ve kterém žije a pracuje.
- Aktivně se stará o blaho své rodiny, přátel a lidí v širším okolí.²⁸

„Mladá dospělost je fází intenzivního rozvoje a využívání možností dosáhnout žádoucího uplatnění (profese) i emočního přijetí (partnerství).“²⁹ Stejně jako Farková a Vágnerová i Říčan ukazuje typické prvky mladé dospělosti na řadě úkolů. Zařazuje

²³ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 11.

²⁴ Srov. LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, s. 161-162.

²⁵ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 11-12.

²⁶ Tamtéž, s. 9.

²⁷ Srov. GILLIGANOVÁ, C. *Jiným hlasem*, s. 45-46.

²⁸ Srov. FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*, s. 44.

²⁹ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 12.

mezi ně hledání povolání a jeho následnou realizaci. Říčan takové uplatnění nazývá „zařídít si existenci“. Dalším úkolem je uspořádat si své mezilidské vztahy. Jde tak o určení dvou základních aspektů dospělosti: práce a láska.³⁰

Každé vývojové období jedince má své charakteristické konflikty, které uvádí Erikson. Nejpodstatnějším úkolem mladé dospělosti je nalezení intimity. „Intimita je spojením vlastní identity s identitou druhého bez přítomnosti strachu, že ztrácíme sebe či rozpouštíme své „já“.“³¹ Člověk se učí na vztahu pracovat a přizpůsobovat se požadavkům partnera. Určující ctností pro toto období je láska.³² Nebezpečí tohoto období je izolace, „do které se dostane člověk, který se buď nikdy neodvážil vstoupit naplno a bez výhrad do intimního vztahu, nebo byl při takovém pokusu příliš citově zraněn – anebo konečně ten, kdo v četných povrchních milostných „dobrodružstvích“ promarnil schopnost angažovat se v jakémkoli vztahu naplno, celou svou bytostí“³³. Intimita pojímaná jako část identity člověka se projevuje v sebepojetí dospělého jedince. Pokud se jedinec dokáže vypořádat s tímto vývojovým úkolem, jeho sebepojetí je potvrzováno stabilními vztahy s druhými lidmi, lépe řečeno jedním vztahem, který je prohlouben o svou intimní stránku.

Ze stručné charakteristiky období adolescence a mladé dospělosti je možné vyčlenit podstatné znaky, které se budou objevovat v sebepojetí mladého dospělého člověka.

1.2 Sebepojetí mladého dospělého člověka z pohledu psychologie

Předešlé vysvětlení vývojových období nám napovídá, že pokud chce být člověk dospělý, musí se tak také vnímat. Stabilní a uspokojivé sebepojetí, které se během vývoje jedince mění, je velmi důležité i pro období mladé dospělosti. Mladý dospělý je vystaven několika zásadním životním změnám, které určují jeho životní orientaci na několik desítek let života.

Sebepojetí a jeho vývoj je nejprve formulováno obecně z pohledu psychologie osobnosti. To je postupně rozšiřováno o informace z období mladé dospělosti. Z čehož vyplývá sebepojetí mladého dospělého člověka, které směřuje k socializaci skrze seberealizaci v sociálních rolích dospělého jedince.

³⁰ Srov. ŘÍČAN, P. *Cesta životem*, 248.

³¹ FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*, s. 20.

³² ŘÍČAN, P. *Psychologie*, s. 281.

³³ Tamtéž, s. 282.

1.2.1 Vývoj vědomí „já“ a identity k sebepojetí

Na vývoj sebepojetí je možné nahlížet jako na jeden z prvků vývoje jedince nebo na vývoj pojetí sebe sama jako na jednu ze složek struktury osobnosti. Sloučení těchto pohledů vede k pojetí člověka ve svém psychickém vývoji. Za osobitý znak jedince je považován vývoj vědomí „já“, na němž závisí rozvoj sebepojetí a uchopení vlastní identity.³⁴ Tyto aspekty psychologie osobnosti nejsou totožné, ale ve velké míře spolu souvisí.

Každý jedinec si je vědom sám sebe, je si vědom existence jiných bytostí a světa jako celku. „Já“ je rozděleno na „já“ jako subjekt, což se vyznačuje aktivitou. Uplatňuje se ve zpracovávání informací, v rozhodování, poznávání a regulaci vlastního jednání.³⁵ „Já“ jako objekt se reprezentuje jako obraz sebe sama. Na podkladě reakcí lidí vyskytujících se v jedincově okolí si člověk vytváří obraz o sobě samém.³⁶ Člověk, který je považován svými rodiči za dospělého, se tak nemusí osobně vnímat. Za svá rozhodnutí nebere odpovědnost, jako je to u dospělého jedince očekáváno. Přesto se snaží taková očekávání postupně splňovat. Formuje sebe sama a dává svému životu jedinečný smysl. Jedná se tedy spíše o subjektivně prožívané situace a náhled na sebe sama skrze emoce.³⁷

Nakonečný dělí vědomí „já“ na tělové „já“ a na sociální „já“. Obě vznikají již v období dětství. Tělové „já“ není pro tuto práci natolik podstatné, aby bylo zapotřebí ho dále rozvádět. Vědomí sociálního „já“ vychází ze zkušenosti a vnímání sebe jako vztahové bytosti. Uvádí proměnu jedince z čistě biologického sebevědomí ke společenské bytosti. Takový proces se děje pomocí určitých aspektů typických pro období mladé dospělosti: vývoj od impulzivitu k racionalitě, proměna hodnotového systému, vývoj od egocentrismu k altruismu nebo od výchovy k sebevýchově. Tyto společností očekávané prvky vedou dospělého jedince ke správnému pojetí sebe sama. Dochází tak k upevňování svého vědomí a to například skrze sociální role, splněné touhy či životní cíle.³⁸

Někteří autoři chápou sebepojetí a identitu jako totožné pojmy, protože se oba vytváří z vědomí „já“. Přesto je nutné i takové prvky osobnosti rozlišovat, i když se

³⁴ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 298.

³⁵ Srov. Tamtéž.

³⁶ Srov. NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*, s. 117.

³⁷ Srov. ČÁČKA, O. *Psychologie*, s. 191.

³⁸ Srov. NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 40-43.

zachová jejich provázanost. Základní rozdíl je v otázce, na kterou se člověk ptá. Identita člověka odpovídá na otázku, kdo jsem. Příklad: Jsem Petr Novák, jsem Čech. Sebepojetí je spíše odpovědí na to, jak se člověk vnímá, jaký jsem či jaký chci být. Příklad: Jsem dospělý a chci být úspěšný.

Identita je v odborné literatuře různě dělena. Přesto je možné najít u několika autorů shodu v rozdělení identity na identitu osobní a sociální. Osobní identitu Macek určuje „vlastní jedinečností, neopakovatelností a ohraničeností vůči druhým“³⁹. Nakonečný charakterizuje osobní identitu jako obsah „věděni subjektu o jeho vlastnostech, schopnostech, postojích a projevuje se jako složka vědomí já“⁴⁰. Identita osobní může být podmíněná společností a kulturou dané civilizace.

Různé skupiny, do kterých se člověk začleňuje a ztotožňuje se s jejími členy, určují sociální identitu. Otázka: kam patřím, kam směřuji? Všichni lidé přísluší do nějaké skupiny, přejímají od jejích členů životní styl a systém hodnot.⁴¹ V tomto směru jsou určující prožívané nebo prožité zkušenosti a možnosti, které jsou jedinci nabízeny prostřednictvím společnosti dané kultury. Z toho je patrné, že jedinec, který přechází z adolescence do dospělosti, se již nezaměřuje na vzor svého jednání, ale vytváří si identitu vlastní. Je zařazen do skupiny dospělých, přejímá hodnoty a postoje, které se stávají autonomní. Získané zkušenosti ve studiu, ve skupině vrstevníků, v profesi nebo v partnerském vztahu formují sebepojetí dospělého jedince.⁴²

„Vědomí vlastní identity, tj. prožívání a uvědomování sebe sama, stejně jako představa o okolním světě, slouží k uspokojení jak potřeby vlastní orientace, tak potřeby jistoty.“⁴³ Pro mladou dospělost jsou tyto potřeby typické, jelikož jedinec utváří svou vlastní životní cestu a její směr. Pocity bezpečí a jistoty usnadňují realizovat sebe samého (mít podporu, být spokojený a šťastný) i životní cíle (zaměstnání, partnerství, rodina). Tato jistota se může narušit krizí identity. Ujasňování, upevňování či přetváření identity dochází během celého života.⁴⁴ Pokud se člověk potýká se zátěžovými změnami (ztráta nebo změna povolání, rozchod s partnerem, rozvod), které zapříčiňují zpochybnění stávající identity, jeho snahou je v takové situaci vytvořit nové, odpovídající varianty. Dojem krize identity může vyústit až v pocity nejistoty

³⁹ MACEK, P. *Adolescence*, s. 78.

⁴⁰ NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*, s. 449.

⁴¹ Srov. Tamtéž.

⁴² Srov. MACEK, P. *Adolescence*, s. 82.

⁴³ VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 305.

⁴⁴ Srov. ULRICH, T. *Harmonický rozvoj osobnosti*, s. 36.

a úzkosti.⁴⁵ Téma identity je v odborné literatuře přiřazováno do období adolescence, ale s prodlužujícím se dospíváním je možné hovořit o dovytváření identity i v období mladé dospělosti. Z uvědomění si toho, kdo jsem a kam patřím, se odvíjí to, jaký jsem a jak jsem vnímán druhými lidmi. Podle Eriksonových osmi životních stádií, které následují po sobě, se nejprve adolescent potýká s hledáním a vytvořením své identity a až poté může mladý dospělý člověk navázat intimní vztah s partnerem či partnerkou.⁴⁶

Z vědomí „já“ se kromě identity vyvíjí pojetí sebe sama, které je v psychologii označováno jako ego („já“). Ego je ve svém pojetí jako „organizační a dynamický faktor, jako centrum duševního života člověka, v němž se uskutečňuje volba a preference životních cílů i prostředků k jejich dosažení“⁴⁷. Analýza této definice napovídá, že sebepojetí je pružné a je možné ho flexibilně měnit. Na druhou stranu je pro duševní pohodu lepší, pokud je sebepojetí stabilní a realistické. V případě, že tomu tak je, je vysoce pravděpodobné, že zvolení svých cílů bude jednodušší.

1.2.2 Sebepojetí skrze sebereflexi

Smékal i Řezáč sebepojetí interpretují jako sebeobraz, který je možné chápat jako „představu o sobě samém, která zároveň ovlivňuje vnímání (a hodnocení) jiných i sebe sama“⁴⁸. Jedná se o to, jak se vnímat chceme, jaký se mi líbí být. Nejde tedy o skutečnost, ale o představu „kvality současného, vpravdě subjektivního pojmání sebe sama“⁴⁹.

Říčan říká, že obraz sebe sama lze také pojmout jako tzv. sociálně psychologickou mapu osobního světa. Spoluutváří naše postavení ve společnosti, naše role, naše členství v té či oné skupině a také naši identitu. Osobnostní mapa, která je scestná, naráží na dezorientaci v opravdovém světě. Příčinou špatné orientace může být i duševní porucha. Naproti tomu přesná osobní mapa, bohatě vyobrazená v životních cílech, s orientací na budoucí plány odpovídající motivům a síle jedince, označuje zdravého, cílevědomého člověka.⁵⁰ Mapa osobního života dospělého mladého jedince by měla být vyobrazena s jeho životními cíli, které jsou podle vývojové psychologie zaměstnání, manželství a založení rodiny. Dospělý jedinec si je vědom svých reálných možností

⁴⁵ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 336.

⁴⁶ Srov. ERIKSON, E. *Dětství a společnost*, s. 230-240

⁴⁷ NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 44.

⁴⁸ ŘEZÁČ, J. *Sociální psychologie*, s. 56.

⁴⁹ ČAČKA, O. *Psychologie*, s. 193.

⁵⁰ Srov. ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 295.

a schopností, které se snaží uplatnit ve svém životě. Jedinec v období mladé dospělosti se vyznačuje optimismem, nadějí a vírou ve své štěstí.⁵¹

Ze znalostí a zkušeností, jež jsou vytvářeny na základně poznatků, emocí a úvah, vychází sebepojetí dospělého jedince. Snaží se o dosažení úspěchu, např. v zaměstnání a v případě neúspěchu o vyrovnání se s ním.⁵² S tím souvisí i dvě základní potřeby sebepojetí. Potřeba asimilace a diferenciací. Na jednu stranu má jedinec potřebu začleňovat se do skupiny dospělých a nebýt odlišný a na stranu druhou se snaží zachovat svou jedinečnost.⁵³ Jedná se o sloučení procesu individuace a socializace.

Prostřednictvím sebereflexe a sebezpozorování dojdeme k sebepojetí, které je chápáno jako „komplex procesů souvisejících neoddělitelně se sebeuvědomováním i cílenou seberealizací“⁵⁴. Tento komplex procesů zahrnují do svého dělení Čačko, Smékal a Lacinová, kteří dělí pojetí sebe sama na tři základní komponenty. V kognitivní složce se projevuje u jedince schopnost uvědomovat si sám sebe a pozorovat vlastní jednání a chování. Do charakteristiky dospělého jedince patří schopnost vidět věci reálně, umět vidět rub i líc věci a mít vlastní názor. Dospělý jedinec má své vlastní názory, za kterými si stojí a veřejně je vyjadřuje. „Považuje za důležitější dělat to, co je správné, než to, co je snadné nebo populární.“⁵⁵ Stejně tak se dospělý jedinec snaží o předvídání následků svého jednání, za které nese plnou odpovědnost. Z čehož plyne vidění věcí takových, jaké doopravdy jsou. Uznání neúspěchu, pochopení, že některé věci přesahují rámec možností, pomáhá k vyrovnání se s těmito situacemi.⁵⁶ Ze složky afektivní vyplývá sebepojetí spojené se sebeúctou, sebevědomím a sebehodnocením jedince skrze své pocity. Emoční znaky z období adolescence, mezi které náleží instabilita, změny nálad a nepředvídatelnost reakcí, se v období mladé dospělosti stabilizují. Dospělý jedinec si je „jistý svou identitou a jeho sebehodnocení bývá proto poměrně stabilní a realisticky pozitivní“⁵⁷. Dokáže své emoce regulovat. Poslední složka, tzv. konativní, podle Smékala volní aspekt, obsahuje seberozvíjení (co chci umět), seberealizaci (kým chci být) a sebevýchovu jedince. Jedná se o míru úsilí k sebeprosazení. Dospělý jedinec se může realizovat v životních oblastech pracovních

⁵¹ Srov. ŘÍČAN, P. *Cesta životem*, s. 249.

⁵² Srov. MACEK, P. *Adolescence*, s. 88.

⁵³ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 300.

⁵⁴ ČAČKA, O. *Psychologie*, s. 201.

⁵⁵ DAY, D. *Proč nebýt dospělý?*, s. 18.

⁵⁶ Srov. Tamtéž, s. 20-25.

⁵⁷ LANGMEIER, J.; KŘEJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, s. 166.

a vztahových. V této složce je jedinec prezentován jako člověk, který se snaží dosáhnout svého ideálního „já“.⁵⁸

Ideální „já“ je obrazem, který neodráží skutečnost, ale ukazuje jen imaginaci toho, jak se vnímáme, resp. jak se vnímat chceme. Reálné „já“ je vlastní sebepojetí, které se vyznačuje relativní stabilitou a také tím, za koho se jedinec pokládá.⁵⁹ Vágnerová uvádí, že reálné „já“ je „představa o sobě samém jako souhrn atributů, jež si člověk přičítá“⁶⁰. Osobní touhy a přání jsou řazeny do ideálního „já“. V koncepci sebepojetí v osobnostní teorii C. Rogerse je reálné „já“ pojímáno jako „aktuální obraz vlastní osoby“ a ideální „já“ připodobňuje k přání být jiný. Tento rozpor může být pro jedince velmi významný a může mu ovlivňovat život. Je nutné upozornit, že takový rozpor může být u některých jedinců nepřijatelný. Napětí v nesouladu mezi ideálním a reálným „já“ v člověku vytváří snahu k jeho zmenšení nebo eliminaci. Každý jedinec má potřebu vyhýbat se špatnému hodnocení a přiklánět k hodnocení kladnému. Proto se může stát, že se jedinec podřídí očekávanému „já“, které mu zajistí pozitivní odezvu u druhých lidí, i v případě, kdy s tím není spokojený. Z čehož plyne vzdálení se od pravého „já“, což může vést k větší nespokojenosti a napětí.⁶¹ Všechny rozpory mezi variantami „já“ budou ve třetí kapitole ukázány v konkrétních sociálních rolích (role profesní, role manžela, role rodiče) charakterizujících mladého dospělého člověka.

Higgins poukazuje na základní rozdíl mezi ideálním „já“ a reálným „já“, který závisí především na míře spokojenosti a nespokojenosti se sebou samým. Sociální psychologie spojuje spokojenost s prožíváním a pocitem pohody. Dále Higgins porovnává reálné „já“ s požadovaným „já“, které je charakterizováno jako „komplex povinností a závazků“⁶². Jedná se zde o souhrn vlastností jedince, o kterých se domnívá, že by je měl mít. Tyto vlastnosti vznikají buď z vlastního přesvědčení, z požadavků druhých lidí nebo ze společenských norem. Rozdíly ve variantách „já“ tedy vznikají na základě hodnocení sebe sama nebo na porozumění daného jedince druhými lidmi.⁶³

Sklon pohlížet na sebe ve vztahu k ideálnímu „já“ je zařazováno spíše do období adolescence. „Dospívající si začínají uvědomovat, že některá aktuální rozhodnutí mohou významně ovlivnit jejich budoucí život (volba profesní přípravy, životní styl, volba partnera či partnerky atd.). To je nová zkušenost, která významně zvyšuje

⁵⁸ Srov. SMÉKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti*, s. 342.

⁵⁹ Srov. NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 43.

⁶⁰ VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 314.

⁶¹ Srov. Tamtéž, s. 313.

⁶² Tamtéž, s. 314.

⁶³ Srov. Tamtéž, s. 315.

důležitost osobních perspektiv a váhu vlastního rozhodování.⁶⁴ Přijetí zodpovědnosti za vlastní osud, může být spojováno s obavami a nejistotou. Na druhé straně je utváření vlastní identity provázeno určitým způsobem vnímání a hodnocení své budoucnosti prostřednictvím sebehodnocení a sebedefinování. Dospívající hledá svou identitu a snaží se ji vytvářet pomocí vzorů, kterým by se chtěl podobat. Pojetí sebe sama je chápáno jako budoucí program, který se postupně bude naplňovat. Období dospělosti se vyznačuje spíše realističtějším pohledem na sebe, jedná se o přizpůsobení svého sebepojetí a budoucích cílů aktuální realitě.⁶⁵

To, jak se člověk vnímá je důležité převážně na začátku dospělosti (mladá dospělost). Pojetí sebe sama je spojováno se sebehodnocením, sebedůvěrou, ale také se sociálními rolemi, které jedinec během svého života přebírá a prožívá.⁶⁶ Právě otázky po smyslu našeho života, jeho směřování a naplňování, životní úkoly a hodnoty jsou otázky přiřazené do období mladé dospělosti.

Stejně jako tomu bylo u problému hledání identity, i u sebepojetí je možné nalézt nespokojenost a zátěž při nějakém životním zvratu. Lidé se takové změně (např. ztráta sociální pozice) brání skrze různé obranné mechanismy (např. neadekvátní chování – regrese, popření, vytěsnění), které se snaží o vyrovnaní s tíživou situací. Někteří lidé neakceptují proměny v zásadě pozitivní, např. uzavření manželství či rodičovství.⁶⁷ Obranné mechanismy ega jsou známé i v oblasti sociální práce, kde se s nimi sociální pracovníci potýkají a snaží se jedinci v jeho náročné situaci pomoc (viz čtvrtá kapitola).

1.2.3 Charakteristické znaky sebepojetí

Podstatnou součástí sebepojetí jsou jeho charakteristické znaky, bez kterých by sebepojetí mohlo být nesprávně pochopeno. O těchto znacích hovoří Vágnerová, která zdůrazňuje jejich prolínání.

Úroveň sebepojetí spíše odpovídá sebehodnocení. Sebehodnocení mladého dospělého jedince by mělo být „přijatelně dobré, jasně definované, vnitřně konzistentní a stabilní“⁶⁸. Takové sebehodnocení je považováno za důležitý předpoklad psychické pohody, osobní spokojenosti i adaptačně účinného chování. Obsahem jsou pozitivní

⁶⁴ MACEK, P. *Adolescence*, s. 82.

⁶⁵ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 317, 337.

⁶⁶ Srov. MACEK, P. *Adolescence*, s. 82.

⁶⁷ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 305 - 306.

⁶⁸ VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 322.

a negativní vlastnosti, které si jedinec přičítá. Problémy v rámci hodnocení sebe sama mohou nastat, jestliže je sebehodnocení příliš vysoké nebo naopak je sebehodnocení příliš nízké. Tyto extrémní póly sebehodnocení se budou objevovat ve třetí kapitole v konkrétních životních situacích dospělého jedince. V každém případě sebehodnocení vychází z osobnostních dispozic, ale i ze zkušeností, ze kterých je vytvářeno sebepojetí.

Pohled na minulost, přítomnost a budoucí vymezení se vztahuje k časovému hledisku sebepojetí. Kontinuita „já“ je udržována stabilními znaky osobnosti. Například věk jedince, jméno a pohlaví jsou atributy, které se v průběhu času nemění. Avšak vědomí kontinuity může být v některých situacích bráno jako relativní. Jedinec se vyvíjí do jedinečnosti a kontinuity, ale může se stát, především v období adolescence, že se člověk ohlédne do minulosti a řekne si, že to není on. V období dospělosti se tyto výchyly stávají méně a dochází k upevnění identity. Uvědomění si své kontinuity, která je potřebná při utváření vztahů k druhým lidem, nastoluje duševní pohodu jedince.⁶⁹

Stabilita sebepojetí může kolísat pod tíhou vnějších tlaků, ale především se snižuje prostřednictvím osobních dispozic. V průběhu života dochází ke kolísání této stability. V dětství a stáří je sebepojetí spíše labilní. Stabilní sebepojetí narůstá v období adolescence a mladé dospělosti.⁷⁰ Přesto se v následujících kapitolách seznámíme s možnými problémy sebepojetí, resp. sebehodnocení mladého dospělého jedince.

Každý jedinec má potřebu mít harmonický obraz sám sebe, tj. soulad sebepojetí a názorů na sebe sama. Člověk tento obraz udržuje pomocí výběru informací, které chce vědět a naopak se vyhýbá informacím, které by harmonizaci narušovaly. Pokud dojde k špatnému pojetí sebe sama, člověk se chová nejistě a jeho sebedůvěra je nízká. Lidé ohrožení nepevným pojetím jsou například citliví na kritiku, které se snaží vyhýbat.

Dalším znakem sebepojetí je jeho komplexnost. „Komplexnost sebepojetí se projevuje množstvím různých charakteristik, jimiž se člověk definuje, ale záleží na jejich vyváženosti a harmoničnosti.“⁷¹ Vágnerová uvádí příklad s úspěšností v profesi, v rodině a u přátel, které jsou obsaženy v sebepojetí člověka jako celek. Pokud dojde k selhání úspěchu v jedné oblasti, je možné se opřít o jinou. Tím je zachována celistvost jedince a relativní stabilita sebepojetí.⁷² Mladí dospělí, kteří jsou na začátku cesty dospělosti, si tyto opory teprve vytvářejí. Největší oporou je rodina,

⁶⁹ Srov. ŘÍČAN, P. *Psychologie*, s. 140-142.

⁷⁰ VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 325.

⁷¹ Tamtéž, s. 328.

⁷² Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 328.

od které přejímají hodnoty. Tyto hodnoty si dovytvářejí a přeměňují na základě svých zkušeností a vědomostí a začínají je považovat za vlastní.

Události, které jsou pro jedince významné, mohou vyvolat v sebepojetí zpravidla jen dočasné výkyvy. Přesto je možné, že pokud jde o selhání nebo o proměny ve vztazích s jinými lidmi (rozvod, nový partner) je pravděpodobné, že se jedinec bude snažit adaptovat na vzniklou situaci i transformací sebepojetí.⁷³

Všechny výše napsané znaky pojetí sebe sama jsou spojovány se sebehodnocením, sebedůvěrou, sebeúctou a seberegulací. Tyto složky osobnosti by nemohly existovat bez zpětných reakcí ze strany okolního sociálního prostředí.⁷⁴

1.2.4 Aspekty sebepojetí

Sebepojetí, sebehodnocení a sebedůvěra jsou natolik provázané, že je nemožné se o nich nezmínit. Nepřehlédnutelným prvkem vztahujícím se k sebepojetí jedince je jeho sebehodnocení. „Rozhodujícím aspektem tohoto vztahování se ega ke světu je udržování, zvyšování a snižování pocitu vlastní hodnoty subjektu, resp. základní tendence člověka udržovat či zvyšovat jeho vlastní hodnotu, konkrétně mít pocit, že je významný, uznávaný, kompetentní, obdivovaný, ctěný atd. Deprimující jsou neúspěchy, selhání, pocity „ztráty tváře“ atd.“⁷⁵ Sebepojetí obsahuje hodnocení sebe samého (např. jsem vtipný), ale také vztah k sobě samému podmíněný emocemi (sebecit).⁷⁶

„Z kognitivního hlediska jde o ocenění vlastních kompetencí a kvalit, z emočního hlediska jde o vztah k sobě a míru přijetí sebe sama.“⁷⁷ Jde o to, jak se člověk dívá sám na sebe, jestli v kladném či negativním pohledu. Hodnocení sebe sama je ovlivňováno několika faktory. Jde o hodnocení, které vychází z vlastních zkušeností, vlastností a také z posudků z „vnějšku“. Společenské normy a hodnotový systém jsou prvky, které spoluutvářejí vlastní hodnocení jedince.⁷⁸

Hodnocení sebe sama je záležitost individuální. Za prvé se jedná o celkový pohled na sebe samého, na charakter jedince, ale také na dílčí sebehodnotící pojetí – profesní, mocenské atd. Za druhé má každý člověk jiné preference, které mohou jedince různě ovlivňovat. Oba tyto pohledy na sebehodnocení se odvíjí od emocí. Někdy nejde

⁷³ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 325.

⁷⁴ Srov. MACEK, P. *Adolescence*, s. 82.

⁷⁵ NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 44-45.

⁷⁶ Srov. Tamtéž, s. 43.

⁷⁷ VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 306.

⁷⁸ Srov. Tamtéž.

u jedince o ten nejlepší výkon, ale spíše o to, zda se cítí spokojený a má ze své činnosti dobrý pocit. Můžeme říci, že sebehodnocení má základ v emocích.⁷⁹

V sebehodnocení mohou nastat problémy tehdy, pokud není přiměřené realitě. Každý člověk se srovnává s někým jiným, z čehož vyplývá, že hodnocení sebe sama je vždy do určité míry relativní. Podstatným aspektem jsou kritéria a nároky, které si člověk přivlastní. Někteří mohou být zaměřeni na výkon, např. na profesní výsledky, a jiní se pozitivně hodnotí skrze druhé lidi. Pro každého jedince je žádoucí nebo přijatelné něco jiného. Někomu může stačit vzdělání základní, jinému nestačí ani ty nejlepší výsledky na vysoké škole. Předpoklad pro hodnocení a ocenění jedince je zpětná vazba od lidí kolem sebe, která může zlepšovat, ale také zhoršovat sebehodnocení člověka. Podstatným prvkem, který ovlivňuje sebehodnocení jedince, jsou (ne)splněná očekávání sociálního prostředí určující sociální standard.⁸⁰ I zde můžeme vidět rozpory mezi tím, jací jsme, jací bychom chtěli být a jací bychom měli být.

V rámci sebepojetí vzniká prostřednictvím negativního či pozitivního sebehodnocení odolnost vůči změně. Při reálném sebehodnocení je člověk schopen lépe reagovat na ohrožující situace.⁸¹ „Nejde tedy o posouzení sebe jako takového, ale o posouzení připravenosti něčeho dosáhnout, něco zvládnout, vyřešit atp.,“⁸² což je znakem dospělosti.

Sebehodnocení vychází ze sebepoznání. Emoční vztah k sobě a přijímané hodnoty souvisí se sebevědomím, sebedůvěrou a sebeúctou. „Sebeúcta je víra člověka v sebe sama. Je to přesvědčení, že je kladně přijímán druhými lidmi, že dobře zvládá své úkoly.“⁸³ Při utváření osobních cílů a rozvoji motivace je rozhodujícím znakem míra sebedůvěry. Ovlivňuje také porozumění svých schopností a správný odhad při zvládání obtížných situacích. Podle Bandury se jedná o osobní zdatnost. „Je to přesvědčení jedince, že má všechny potřebné schopnosti a dovednosti, aby nároky určité situace zvládnul, a umí je využít k dosažení žádoucího úspěchu.“⁸⁴

Pokud má jedinec pozitivní sebehodnocení, jeho důvěra je přiměřená a můžeme říci i stabilní. Při negativním hodnocení sebe sama se mohou vyskytovat potíže s prosazením se. Lidé s nízkou mírou sebedůvěry jsou spíše pasivnější, své možnosti

⁷⁹ Srov. Tamtéž, s. 306-307.

⁸⁰ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 307 - 309.

⁸¹ Srov. BALCAR, K. *Úvod do psychologie osobnosti*, s. 156.

⁸² ŘEZÁČ, J. *Sociální psychologie*, s. 54.

⁸³ KRÍŽ, P. *Kdo jsem, jaký jsem*, s. 11.

⁸⁴ VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 310.

podceňují, trpí stavy úzkosti, špatně vyjadřují své pocity a často vykazují depresivní stavy. Vysoká sebedůvěra je zřetelná u lidí, kteří zaujímají vyšší pozice a snadněji se prosazují.⁸⁵

Se sebedůvěrou souvisí i seberegulace, která se snaží o kontrolu vlastního života. Je zaměřená na dosažení cílů a snaží se o snížení rozdílu mezi reálným sebepojetím a ideálními životními cíli, u kterých je možné, že nebudou naplněny. Optimální stav seberegulace nastává tehdy, když sebehodnocení jedince je sice „jen“ průměrné, ale také odpovídající realitě.⁸⁶

Všechny tyto aspekty sebepojetí se promítají v životě dospělého jedince. Člověk, jakožto bytost vyvíjející se z emocionality k racionalitě, od egoismu k nesobeckému jednání, se začleňuje do společnosti skrze přijímání sociálních rolí, ve kterých se realizuje.

1.3 Sebepojetí a seberealizace dospělého jedince skrze sociální role

Člověk žijící v konkrétní společnosti založené na určité kultuře, přejímá její hodnoty, postoje (socio-kulturní činitelé socializace). Kulturní prvky napomáhají utvářet osobnost, která vždy nachází v interakci s okolím. Smyslem zařazení člověka do společnosti je jeho humanizace a cílem utváření lidské individuality. Individualizace a socializace jsou základní procesy určující člověka jako bytost autonomní a zároveň podmíněnou společností.⁸⁷

Říčan poukazuje na přechod do dospělosti jako na vysoce náročné období socializace. „Je to období vysloveně stresové, zvláště proto, že příprava na život se stále prodlužuje na úkor života samotného.“⁸⁸ Mladý člověk je stále závislý na rodičích a na okolním sociálním prostředí. Tím je částečně držen v roli dítěte. Náročnost socializace v tomto období se vyznačuje přechodem z role dítěte k samostatným rolím v oblasti práce a soukromého života. Role dospělého je doplňována o další role, které jsou typické pro dospělost. Některé jsou formální, např. profesní role. Jedinec se v zaměstnání nachází ve vztahu podřízenosti nebo nadřízenosti a musí dodržovat určitá

⁸⁵ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 309.

⁸⁶ Srov. Tamtéž, s. 311 - 312.

⁸⁷ Srov. ŘEZÁČ, J. *Sociální psychologie*, s. 43 - 44.

⁸⁸ ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 266.

pravidla. Neformální role jsou typické svou spontánností a nezávislostí. Tyto role se mohou za určitých okolností prolínat.⁸⁹

Mladý dospělý člověk organizuje svůj život ve společnosti podle toho, které role mu byly přiděleny (umožněny, někdy i vnuceny). Role nám pomáhá porozumět orientaci a jednání lidí ve společnosti. Některé role „přiřazené společnosti“ mohou být podmíněné emocemi. Například se od člověka v období mladé dospělosti očekává, že bude mít partnera, s kterým bude trávit čas. „Společenská role je významným činitelem pozměňujícím chování i prožívání člověka prostřednictvím sebepojetí, které ji zahrnuje.“⁹⁰ Člověk se přizpůsobuje očekávání druhých lidí, protože „každá role představuje určitý soubor očekávání, jimž má její nositel vyhovět, a zároveň soubor požadavků, jež je oprávněn klást na nositele jiných rolí, zejména rolí komplementárních, tj. doplňkových k jeho vlastní roli.“⁹¹ Přijetím společenské role člověk mění pojetí sebe samého a vytváří nové či podobné, které je v souladu s podmínkami okolí.⁹²

Výkon sociální role je limitován možnostmi jedince, charakterem sociální situace, subjektivním pojetím této situace a sebepojetím jedince. Obsah sociální role je jedinci zprostředkováván různými formami společenských modelů (v tradicích, předpisech, chování jiných lidí atp.).⁹³ Záleží tedy na konkrétní kultuře, která tyto modely vymezuje. V určitých situacích „napovídá“, jak se máme chovat. „Některé situace obsahují vzor, model chování, některé vyžadují tvořivou, originální reakci. Jinak řečeno, součástí některých situací je jakási nabídka – inspirace, která říká: „takto by ses měl nyní zachovat“, nebo „tohle se od tebe očekává“ nebo „pouze takové tvé chování bude přijato (oceněno)“, jiné situace takovou nabídku neobsahují.“⁹⁴

Každý jedinec má obraz sebe sama. Jedná se o obraz, který je také ovlivňován mezilidskými vztahy. Řezáč v tomto pohledu uvádí sebekoncepci vyznačující se „představou o cílové životní pozici, statusu i obrazu sebe sama a představou o způsobech dosahování životních cílů“⁹⁵. Ty jsou určovány vlastními záměry, z nichž vyplývají seberealizační tendence. Jedná se o budoucí pohled na sebe samého a o naplňování

⁸⁹ Srov. BALCAR, K. *Úvod do psychologie osobnosti*, s. 207.

⁹⁰ Tamtéž, s. 157.

⁹¹ ŘÍČAN, P. *Psychologie*, s. 206.

⁹² Srov. BALCAR, K. *Úvod do psychologie osobnosti*, s. 157.

⁹³ Srov. ŘEZÁČ, J. *Sociální psychologie*, s. 41.

⁹⁴ Tamtéž, s. 23.

⁹⁵ Tamtéž, s. 58.

svých aktuálních potřeb a cílů. Činnost člověka a její výsledky jsou pro seberealizaci důležité, ale je nutné brát v úvahu i souhlasné či nesouhlasné reakce sociálního okolí.⁹⁶

Dospělý jedinec se uplatňuje v různých společenských oblastech. Seberealizace (kým chci být) se odehrává skrze rozvinutou úroveň osobnosti a také zvolenou životní orientací, které jsou podmíněné možnostmi dané společností. Na člověka se nahlíží jako na jeho „vnější projev já“. Důležitost seberealizace je potvrzena i v Maslowově hierarchii potřeb, která je završena potřebou nejvyšší, potřebou seberealizace. Někteří autoři uvádí možnosti realizace dospělého jedince v oblasti profesní, jiní se přiklání k zralému rodičovskému postoji. Záleží na subjektivně založeném výběru životních cílů a na míře motivace k jejich realizaci.⁹⁷ Vlastní snahou můžeme dosáhnout určitého výsledku, který potvrzuje vnímání sebe sama jako zralého, úspěšného a spokojeného člověka. Sebeuvědomění a cílená seberealizace dospělého jedince skrze sociální role utváří jeho sebepojetí.

„Pro pochopení toho, jací jsme, je důležité všímat si, co od nás požaduje, co nám umožňuje a jak nás vede společnost, v níž žijeme, např. tím, jaké zřizuje školy a jaké zákony v ní platí.“⁹⁸ Ulrich hovoří o tzv. sociokulturních vzorcích dospělosti.

Modelace rolí může mít podobu „jak pozitivně idealistické identifikace, tak negativní kontra-identifikace, tedy přání být jiný“⁹⁹. To je částečně ovlivňováno mírou osobní zralosti a integrity jedince. Při identifikaci je nutné dodržet optimální míru shody charakteru role se subjektivními nároky ideálního „já“. Pokud dojde k překročení optimální hranice, může vzniknout napětí mezi variantami „já“, které je ve svých důsledcích pro vývoj jedince nežádoucí.

1.4 Možné problémy sebepojetí

Problémů sebepojetí dospělého jedince je velké množství. Proto jsou zde zdůrazněny jen některé, které budou reflektovány ve třetí kapitole.

Obecně platí, že každý jedinec má tendence se vyhýbat negativnímu a přiklánět se ke kladnému ohodnocení. Tento příklon má vliv na pozitivnější hodnocení sebe sama. Obraz o sobě je provázen pocitem jistoty. Pokud je sebepojetí jedince ve shodě

⁹⁶ Srov. ŘEZÁČ, J. *Sociální psychologie*, s. 59.

⁹⁷ Srov. VACÍNOVÁ, M. a kol. *Psychologie*, s. 50.

⁹⁸ ŘÍČAN, P. *Psychologie*, s. 21-22.

⁹⁹ ČAČKA, O. *Psychologie*, s. 195.

s představami či požadavky okolí, dochází k rovnováze a ke stabilitě sebepojetí. Negativní zážitek může zapříčinit vychýlení správného pojetí sebe sama, může dojít k frustraci ega, které vyústí v úzkost, resp. ve ztrátu jistoty v životní orientaci. „Zdrojem této situace mohou být jak vnější nepřekonané překážky (selhání, neúspěch), tak i vlastní psychika, když jedinec učiní něco, co je v rozporu s jeho osobní morálkou a co mělo např. povahu impulzivního činu (pocity viny, studu), nebo když něco naléhavého neučiní (zábrany).“¹⁰⁰

Nová zkušenost o sobě, která ohrožuje dosavadní stav, může zapříčiňovat snahy o jeho uchování nebo obnovení. Existují dvě reakce na takovou situaci. Buď nedochází k přijetí obsahu a významu takové zkušenosti nebo síla takové zkušenosti vyústí v přijetí a adaptaci nového sebepojetí.¹⁰¹

Obrana proti úzkosti a narušení osobní činnosti má dva základní prvky, které se liší v rozměru zkreslení skutečnosti a způsobem, jak na ni člověk zareaguje. Popřením situace (problému) se jedinec snaží o přesvědčení, že situace je méně hrozivá. Obrana proti uvědomění si těžkosti vyvolané skutečností je nazývána vytěsněním. Tyto obrany budou hlouběji rozebírány v kapitole zaměřující se na sociální práci.¹⁰²

Rozdíly v různých variantách „já“ mohou způsobovat u některých lidí nepřekonatelné potíže. Nesoulad mezi tím, jaký člověk je, jaký chce být a případně jaký by měl být, přináší v jedincově pojetí sebe sama napětí.¹⁰³ Jedná se o ideální „já“, které může být „platonicky vysněné, chápané jako povinnost, ztotožněné se svými pozitivními rysy nebo popřené“¹⁰⁴. Řezáč uvádí některé znaky odcizené osobnosti, jež se vyznačuje dezintegrováním, stylizováním či neujasněným obrazem o sobě. Chybí stabilita v sebepojetí a sebehodnocení. Schází úsilí o seberealizaci a seberozvoj. Jedinec odmítá akceptaci důsledků svého jednání a podléhá tlakům z okolí. Dále očekává od lidí odmítání a chybí mu pocit vzájemnosti.¹⁰⁵

Duševní poruchy mohou mít příčinu mimo jiné i v patologickém vztahu k sobě. Jedná se o zkreslené sebepoznání, zvrácený cit k sobě. „Některé psychické projevy vypadají – aspoň na první pohled – jako zoufalý pokus uniknout do sebe, stáhnout se do své „slonové věže“ a přerušit jakýkoli kontakt se světem.“¹⁰⁶

¹⁰⁰ NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 223.

¹⁰¹ Srov. BALCAR, K. *Úvod do studia psychologie osobnosti*, s. 160.

¹⁰² Srov. Tamtéž.

¹⁰³ ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 298.

¹⁰⁴ ŘEZÁČ, J. *Sociální psychologie*, s. 57.

¹⁰⁵ Srov. Tamtéž.

¹⁰⁶ ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 304.

Říčan se ve své knize věnuje především komplexu méněcennosti a chorobným pocitům viny. Komplex méněcennosti se projevuje u lidí, kteří se vnímají jako hloupí, neschopní a oškliví, aniž by to odpovídalo skutečnosti. Člověk s pocitem méněcennosti se příliš zabývá sám sebou. Neustále má na paměti, jestli působí v okolí příznivě či nepříznivě. Na druhou stranu je tento komplex tzv. bičem, který žene jedince k vysokým výkonům. Chorobné pocity viny jsou spojovány s přecitlivělým svědomím, kdy se jedinec cítí vinen i v bezvýznamných situacích. Jedinec trpící tímto pocitem je ve většině případů odtržen od reality a jeho svědomí se stává jedinou autoritou. Úlevu od pocitů viny, od svého utrpení nachází neurotický člověk v trestu.¹⁰⁷

Zmíněné problémy sebepojetí mohou být pro člověka podnětem pro vyhledání odborné pomoci.

1.5 Shrnutí

V této kapitole bylo představeno sebepojetí z pohledu psychologie osobnosti. Poněvadž je člověk vždy brán z pohledu sociálního prostředí, byly čerpány i údaje ze sociální psychologie. Získané informace budou reflektovány v druhé a především ve třetí kapitole, kde budou aplikovány do konkrétních životních úkolů, resp. sociálních rolí dospělého jedince.

Psychologie osobnosti dává akcent na vývoj vědomí „já“, ze kterého vychází identita a sebepojetí jedince. Vědomí „já“ je děleno na tělové a sociální. Podobně je tomu i u identity. Hledání osobní a sociální identity je charakteristickým prvkem pro období adolescence, avšak její utváření je proces celoživotní. Prostřednictvím identity se dostáváme k sebepojetí jedince, které nám napomáhá naplňovat potřeby životní orientace a jistoty. Pokud hovoříme o sebepojetí jedince, odpovídáme na otázku, jaký jsem, jak se vnímám. Pojetí sebe sama jako dospělého jedince je doprovázeno stabilitou, optimálním sebehodnocením a vytvářením reálného obrazu sebe sama.

Každý jedinec je ovlivňován vlastními emocemi. Ty jsou základem pro sebehodnocení, sebepoznání, sebedůvěru a seberegulaci jedince.

¹⁰⁷ Srov. ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 306.

Jedinec přejímá ze skupiny dospělých určité postoje, hodnoty a stejné či podobné životní cíle. Přijetí určitých sociálních rolí umožňuje tyto cíle realizovat a uspokojit nejvyšší potřebu, potřebu seberealizace.

V případě, že je vývoj člověka narušen vážnou zatěžující situací můžou se vyskytnout v jeho psychice změny, které ovlivňují i jeho sebepojetí. Problémy sebepojetí je možné dělit do dvou základních skupin. V prvním případě hovoříme o problémech při uchopení různých variant „já“. Naše ideály a přání mohou být v rozporu s realitou. Přijetí našich skutečných možností a schopností pomáhá ke snížení napětí. Pokud se jedinec zaměří na své ideální „já“, je pravděpodobné, že se rozpor mezi těmito variantami „já“ ještě prohloubí a může dojít k depersonalizaci a derealizaci. Nesoulad mezi tím, kdo jsem a kým chci být, je rozšířen o to, jaký bych měl být. Očekávané „já“ nám na jednu stranu napomáhá k pochopení našeho jednání, na druhou stranu je na nás kladem určitý tlak ze strany společnosti, abychom tato očekávání splňovali.

Další problém sebepojetí je možné vidět v míře sebehodnocení a sebedůvěry. Jedná se o dva extrémní póly: příliš vysoké sebehodnocení a příliš nízké sebehodnocení, které může vyústit až v komplex méněcennosti. Hodnocení sebe sama je spoluvytvářeno reakcemi z okolí.

Jak se dospělý jedinec vnímá a jaké místo zaujímá je ovlivňováno i vnějšími vlivy, tedy společností.

2 VLIV SOUČASNÉ ČESKÉ SPOLEČNOSTI NA POJETÍ DOSPĚLÉHO JEDINCE

V této kapitole jde o zhodnocení dospělého člověka v současné české společnosti. Je patrné, že politické a společenské proměny ovlivňují všechny sféry lidského života. Charakteristické prvky současné společnosti ovlivňují jedincovo chápání světa, ale také pojetí sebe samého. Kvalitní podmínky života působící na jeho existenci určují (ne)spokojenost jedince, která bude propojována s problémy sebepojetí dospělého člověka ve třetí kapitole.

Láska a práce, které v této kapitole budou konfrontovány se současnou situací jedince ve společnosti a na kterou mají vliv média, jsou pokládána za dvě základní vodítka pro vstup do dospělosti. Jde především o posouzení situace jedince ve společnosti, o realitu v oblasti mezilidských vztahů, v zaměstnání či ve studiu.

Pro uvedení jedince v období mladé dospělosti v dnešní české společnosti je nevyhnutelné reflektovat historické proměny obsahující mimo jiné tzv. přechodové rituály. Také proměny v demografickém chování české populace nám pomáhají pochopit jednání dospělého jedince, který oddaluje životní plány (manželství a rodinu) do vyššího věku.

2.1 Dějinné proměny české společnosti a pohledu na dospělost

Společnost vždy působí na psychiku člověka. Za posledních dvacet let se odehrály rychlé společenské změny. Významné mezníky v dějinách české společnosti mají vliv na pojetí dospělosti. Je to nástup průmyslové revoluce, totalitní, komunistický režim a jeho pád v roce 1989. V průběhu těchto období se pohled na dospělého jedince proměňoval.

Průmyslová revoluce definována dvěma základními faktory industrializace a urbanizace, zavedla nový typ společnosti. Hovoří se o přechodu z tradiční do moderní až postmoderní společnosti. Mladí lidé se především kvůli práci stěhovali z vesnic do měst. Rodiny tradiční se pomalu vytrácely a započala éra individualismu.

Jde o proces, který způsobil přeměnu celé společnosti, změnil způsob života i vztahy mezi lidmi.¹⁰⁸

Nástup komunistického totalitního režimu v Československu způsobil několik radikálních změn, které i dnes ovlivňují dospělého jedince.

Centrální politika podporující plnou zaměstnanost určovala životní dráhu jedince. Dále bylo minimálně podporováno studium žáků na středních či vysokých školách. Snaha režimu o potlačení inteligence národa způsobila relativně úzký výběr zaměstnání, které měly přinést co nejrychleji zisk a kontakty. Nejvyšší podíl studentů byl tedy na odborných učilištích. Studium oboru se ukončovalo v 17 až 18 letech. V případě, že je povolání považováno za jeden z prvků dospělosti, vstup do tohoto období se uskutečňoval v nižším věku, než je tomu dnes.¹⁰⁹

Životní úkoly jako získání zaměstnání, uzavření manželství a založení rodiny probíhaly v krátkém časovém sledu. Se zaměstnáním jedinec získal podnikový byt či dům. Preferovány byly rodiny, ale i jednotlivci bylo bydlení poskytnuto. Pro mladé manžele byly poskytovány novomanželské půjčky, které byly nízkouřokové. Můžeme říct, že pozitivem té doby bylo právo na práci a jistota bydlení, ale kulturní a soukromý život dospělých byl omezen. Možnosti vyžití, inspirace, cestování a svobody byly značně ohraničené.¹¹⁰ To se proměnilo v devadesátých letech 20. století.

Porevoluční doba se vyznačovala především slovy demokracie, svoboda a nezávislost. Postupný vývoj společnosti způsobil další rozvoj individualismu a prohloubení emancipace žen. Svoboda otevřela dveře novým možnostem a příležitostem, ve kterých se jedinec mohl uplatňovat a naplňovat své zájmy. Tím se vytvořily podmínky pro nárůst rozmanitosti životních drah. Nezávislost směřovala spíše k jednotlivci, který se začal ohlížet na své vlastní hodnoty a práva. Podoba a míra významnosti hodnot se měnila podle sociokulturních proměn společnosti. Podle Kučery dokonce část společnosti začala vědomě odmítat tradiční hodnoty, které byly obsaženy v rituálech a obřadech společnosti.¹¹¹

¹⁰⁸ Srov. MATOUŠEK, O. *Rodina jako instituce a vztahová síť*, s. 34.

¹⁰⁹ Srov. KUČERA, M. *Demografické chování mladých lidí v České republice, jeho sledování v průzkumech, hodnocení reálné situace a vnější vlivy*, s. 10.

¹¹⁰ Srov. Tamtéž.

¹¹¹ Srov. Tamtéž, s. 13.

2.1.1 Obřady a přechodové rituály

Přechod z dětství do dospělosti obklopují různé rituály. V některých přírodních národech, jde o drsný test přežití v divoké přírodě, v jiných se směřuje k nalezení zodpovědného postoje k životu v lidském společenství. V každém případě umírá to dětské a rodí se nová bytost, svobodná a zcela zodpovědná za svůj život.¹¹²

V české kultuře najdeme tradice a rituály spíše v minulosti. Náboženské obřady, které dnes ztratily na své důležitosti, představovaly „podstatnou změnu společenského postavení a předepsaného způsobu života“¹¹³. Příčiny úpadku rituálů, obřadů pozorujeme mimo jiné v procesu sekularizace a v úmyslném potlačení náboženství za totalitní doby. Po roce 1989 začala éra kapitalismu, svobody a nezávislosti. Prohlubující individualismus, zaměření na výkon, globální obraz člověka způsobily na jednu stranu pokles tradičních rituálů. Druhá strana věci ukazuje na nové možnosti, na nově vznikající rituály, které však mnohdy nejsou jako rituály vnímány. Nebývají projevem začlenění, ale jsou spojovány s osobním pocitem (štěstí).¹¹⁴

Takzvaně přechodové rituály určují přechod z jedné životní fáze do druhé, z období dospívání do období společenské dospělosti. Zanechávají určitý zážitek, upřesňují povinnosti a práva jedince a tím dochází ke stvrzení důležitosti každého člověka. Bez těchto rituálů by jedinec nemohl být považován za dospělého z pohledu společnosti. Rituály a obřady pomáhají definovat člověku sebe sama a nové role ve společnosti.¹¹⁵ „Je možné, že moderní člověk se právě takovéto nové definice obává, a právě proto se přechodovým rituálům vyhýbá. Raději jsme „vším a ničím“ zároveň, než abychom přesně definovali své místo ve společnosti.“¹¹⁶

Přesto můžeme i dnes určit významný mezník v životě každého středoškolského studenta, maturitu. Důležité je, že se jedná o zkoušku, ve které by měl jedinec uspět. Dříve byla maturitní zkouška chápána jako brána do dospělosti a v současné době se na ni nahlíží jen jako na přijetí role maturanta. Podobně je tomu v případě ukončení vysokoškolského studia při předávání diplomu. Mladí dnes promoci častěji vynechávají a uzavírají dobu studia bez slavnostního univerzitního obřadu.¹¹⁷

¹¹² ULRICH, T. *Harmonický rozvoj osobnosti*, s. 15-16.

¹¹³ ŘÍČAN, P. *Cesta životem*, s. 242-244.

¹¹⁴ Srov. ARNAUTOVOVÁ, M. Zkouška dospělosti. *Psychologie dnes*, s. 20.

¹¹⁵ Srov. ULRICH, T. *Harmonický rozvoj osobnosti*, s. 15-16.

¹¹⁶ ARNAUTOVOVÁ, M. Zkouška dospělosti. *Psychologie dnes*, s. 20.

¹¹⁷ Srov. Tamtéž, s. 19-20.

Dalším rituálem, který je dnes spojený se vstupem do dospělosti je rituál svatební. Svatebním obřadem je rodičům partnery sdělováno, že již patří k jiné osobě a že tento vztah je významnější než vztahy předešlé. Dále tím dávají najevo, že jejich vztah se proměňuje na stabilní a jejich chování se mění jak k druhým lidem, tak i k sobě. Končí období namlouvání a volné milostné soutěže. Tímto spojením se zavazují k dodržování psaných a nepsaných zákonů, které manželství ovlivňují. Končí tak etapa dospívání a začíná jiná, stabilnější etapa dospělosti.¹¹⁸

Rituály a tradice jsou svým způsobem brány jako opory, které zaručují určitou jistotu smysluplného stabilního života. Člověk si při jejich absolvování uvědomuje vážnost života, svých pracovních a mravních povinností. Dodržování rituálů a tradic přináší člověku pevný řád životní dráhy, potvrzuje význam každého individua.¹¹⁹ Současná česká společnost vyznačující se moderními prvky nedává vzniku opor velký prostor.

Historické proměny společnosti a nedostatek sociálních opor jsou doplněny o změny v demografických ukazatelích, které mají vliv na vstup do dospělosti.

2.1.2 Změny v demografickém chování české populace

Český statistický úřad, který se zabývá a publikuje data o vývoji obyvatelstva České republiky, uvádí za rok 2009 statistické údaje ohledně sňatečnosti, porodnosti a rozvodovosti, které jsou potřebné pro vymezení dospělosti.

Nejzřetelněji je možné vidět změnu v reprodukčním chování. Od poloviny 70. let 20. století docházelo k poklesu porodnosti. Důkazem je v současnosti nejčastější typ rodiny a to jsou manželé s jedním potomkem. Až poslední tři roky dochází k mírnému vzestupu porodnosti. Zejména tím, že ženy ze silných populačních ročníků ze sedmdesátých let přestávaly posouvat založení rodiny do vyššího věku.¹²⁰ Kolísání porodnosti můžeme spatřovat v několika faktorech. Farková uvádí, že příčiny se vyskytují v ekonomické (pokles životní úrovně) a kulturní sféře (proměny postojů, hodnot, norem, náboženství a výchova). Vyšší vzdělanost žen je dalším faktorem, který umožňuje ženám se více emancipovat v oblastech profesních. Žena se dnes snaží

¹¹⁸ Srov. FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*, s. 73.

¹¹⁹ Srov. Tamtéž.

¹²⁰ Srov. Český statistický úřad: *Demografická ročenka ČR 2009* [online]. Praha: Český statistický úřad, © 2011, poslední aktualizace 3.3.2011 [cit. 2011-02-12]. Dostupné na WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2010edicniplan.nsf/p/4019-10>>.

o spojení profese s rodinou, čímž dochází k překrývání tradičních rolí muže a ženy.¹²¹ Dříve se založení rodiny praktikovalo kolem dvacátého roku. V dnešní době je to přibližně ve třiceti letech. Za necelých dvacet let došlo k posunu o sedm let. Dokládají to statistické údaje. Sheehyová vidí tento posun také jako reakci na pokrokovou medicínu a na změny životního cyklu.¹²² Medicína napomáhá prostřednictvím rozšíření antikoncepce snižovat i procenta umělého přerušování těhotenství, které v roce 2009 oproti předešlým rokům klesla. Za další příčiny jsou považovány větší nezávislost a svobodné rozhodování žen. Tyto příčiny můžeme pokládat za alarmující pro zvyšující se počet narozených dětí mimo manželský svazek.¹²³

Dalším demografickým ukazatelem je sňatečnost, která se za posledních pět let stále snižuje. „Rok 2009 byl ve znamení rekordně nízkého počtu uzavřených manželství.“¹²⁴ Uzavírání manželství se odkládá na pozdější dobu, do vyššího věku partnerů. U mužů je to dnes 32. rok a u žen 29. rok života, kdy uzavírají manželství z důvodu založení rodiny.¹²⁵ Pro lepší představu, před revolucí tomu bylo jinak. Manželství se uzavíraly v nízkém věku partnerů (21 let) a také často proto, že byla nevěsta gravidní.

Rok 2008 se vyznačoval krizí manželství pro nejvyšší procento rozvodů za posledních dvacet let. O rok později došlo ke snížení počtu rozvodů, což lze připisovat i nižšímu procentu sňatečnosti. Přesto se v české společnosti rozvádí téměř každé druhé manželství. Pro české obyvatelstvo je častý rozvod už po dvou až třech letech trvání manželství. Nejvyšší podíl rozvodů se týká manželství do deseti let od jejich uzavření. Z čehož plyne, že nejméně stabilní jsou především mladá manželství. Přitom zvýšení věku při uzavírání manželství by mělo podnítit jedince k uvážení výběru partnera a odpovědnosti. Že tomu tak pravděpodobně není, je možné usoudit i z potřeby osobní nezávislosti a z nejčastější příčiny rozvodů, rozdíl povah, názorů a zájmů. Stoupá i rozvodovost v manželstvích středního a staršího věku. Pokud se rozvádí mladí rodiče, je zde možný výskyt ohrožení vývoje dítěte. Jestli jsou to manželé staršího věku, dochází k zvýšení počtu osaměle žijících seniorů.¹²⁶

¹²¹ Srov. FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*, s. 65-67.

¹²² SHEEHYOVÁ, G. *Průvodce dospělostí*, s. 30.

¹²³ Srov. Český statistický úřad: *Demografická ročenka ČR 2009* [online]. Praha: Český statistický úřad, © 2011, poslední aktualizace 3.3.2011 [cit. 2011-02-12]. Dostupné na WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2010edicniplan.nsf/p/4019-10>>.

¹²⁴ Tamtéž.

¹²⁵ Srov. Tamtéž.

¹²⁶ Srov. TUČEK, M. a kol. *Dynamika české společnosti*, s. 46.

Ve srovnání s ostatními evropskými zeměmi patří Česká republika mezi země s nadprůměrným procentem rozvodovosti.¹²⁷ Podle psychoterapeutů a manželských poradců je dnes problém vysoké rozvodovosti zapříčiněn neochotou měnit své hodnoty a zasetý životní styl. To, že by měl být rozvod brán za nejzazší možnost manželského rozvratu, je nahrazováno rychlým až zbrklým rozhodnutím, což je pokládáno za nejdůležitější faktor vysoké rozvodovosti.¹²⁸

Ve změnách demografického chování české populace je možné spatřovat nástrahy až problémy vznikající u jednotlivců a rodin, které jsou řešeny prostřednictvím odborné pomoci. Ať se jedná o porodnost, sňatečnost nebo rozvodovost, jedná se o životní úkoly týkající se dospělého jedince začleněného v konkrétním společenství.

2.2 Současná společnost a její působení na pojetí dospělosti

Během posledních třiceti let došlo k celkové transformaci společnosti, která je významným faktorem i v pohledu na dospělost v současné české společnosti. Sociální transformace započala v naší republice oficiálně až rokem 1989, ale dosud není dokončena. Dotkla se oblasti politické a ekonomické, ale také rodiny a jednotlivce. Proměny systémů vztahů, očekávání a uvažování jednotlivců (soustavy hodnot, postojů a přesvědčení¹²⁹) jsou důsledkem kapitalismu, rozvoje vědy a především individualizací spotřeby.¹³⁰

Charakteristické prvky společnosti a míra kvality života ovlivňují pojetí dospělého člověka v jeho vědomí „já“ a v jeho životní orientaci, která je nutná pro určení jeho sebepojetí.

2.2.1 Charakteristické prvky současné české společnosti

Jedinec je neoddělitelnou součástí společnosti, což potvrzují i studia sociální psychologie zabývající se socializací. Člověk se nachází ve všech úhlech pohledu

¹²⁷ Srov. Český statistický úřad. *Rozvodovost* [online]. © 2009 [cit. 2011-01-07]. Dostupné na WWW: <<http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/rozvodovost>>.

¹²⁸ Srov. DOUCHOVÁ, J. Konstruktivní nevěra vztah neohroží. *Psychologie dnes*, s. 7-9.

¹²⁹ ČERVENKA, J. *Modernizace a priority veřejnosti*, s. 33.

¹³⁰ Srov. FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*, s. 10.

ve vztahu k něčemu či k někomu. Přesto se čím dál více prohlubuje proces individualizace, který se vyznačuje nezávislostí a soběstačností jedince.

Beck charakterizuje individualizaci třemi dimenzemi. „Vyvázání z historicky daných sociálních forem a vazeb ve smyslu tradičních vztahů nadvlády a materiální závislosti („dimenze osvobození“), ztráta tradičních jistot v oblasti praktického vědění, víry a řídících norem („dimenze okouzlení“) a – čímž se význam pojmu převrací takřka na svůj opak – nový druh sociální vázanosti („dimenze kontroly či neintegrace“).“¹³¹ Jedná se tedy o tři základní momenty: osvobození, ztráta stability a neintegrace.

Individualismus je to, co člověku zbývá, když se začnou minimalizovat sociální opory. Tradiční vazby a sociální formy (sociální třída, nukleární rodina) jsou vystřídány sekundárními institucemi, které „utvářejí životní dráhu jednotlivce a v rozporu s individuální dispozicí, která se realizuje jako forma vědomí, z něhož činí hračku mód, okolností, konjunktur a trhů“.¹³² Na jednu stranu rozšířený individualismus naznačuje, že vývoj jedince (ať puberta, adolescence nebo mladá dospělost) je prakticky nechán na jednotlivci. Požadavky ze strany rodičů i společnosti jsou mnohem volnější a občané v české společnosti nechávají mladým více času na dozrání a na úplné přijetí sociálních rolí.¹³³ Druhý úhel pohledu však ukazuje, že se snižuje individuální forma osamostatnění se a člověk se stává závislý. „Jednotlivec se sice vymaňuje z tradičních vazeb a způsobů existenčního zabezpečení, ale zato se podřizuje tlakům trhu práce a konzumní existence i v nich obsažených standardizacím a kontrolním mechanismům.“¹³⁴ Dostává se ve všech dimenzích svého života do naprosté závislosti na mechanismu trhu.

Beck dále hovoří o tzv. institucionálních biografických modelech, které nahrazují tradiční kulturu a rodinu. Uvádí příklad takového modelu: „vstup do vzdělávacího systému a výstup z něho, zapojení do výdělečné aktivity a její ukončení, sociálněpolitické determinace důchodového věku“¹³⁵. Takový model probíhá jak v průběhu všech vývojových období člověka (dětství, mládí, dospělost, odchod do důchodu a stáří), tak i v rámci každodenního hospodaření s časem (spojení sféry rodiny, vzdělání a zaměstnání). Vyhnout se institucionálnímu modelu lze

¹³¹ BECK, U. *Riziková společnost*, s. 206.

¹³² Tamtéž, s. 211.

¹³³ Srov. LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, s. 171-172.

¹³⁴ BECK, U. *Riziková společnost*, s. 211.

¹³⁵ Tamtéž, s. 211-212.

za předpokladů, že je biografie člověka otevřená. Každý jednatel by měl svým jednáním realizovat vlastní život podle svých rozhodnutí.¹³⁶

Keller hovoří o tzv. individualizaci spotřeby, která se vyznačuje dominancí kulturního nad ekonomickým, estetického nad instrumentálním, spotřebním nad výrobním.¹³⁷ Tyto proměny se promítají ve všech sférách života jedince. Současná společnost již neurčuje, jaké vzdělání si kdo zvolí, s kým uzavře manželství nebo kterou politickou stranu bude volit. Významnou roli v životě hraje osobní štěstí či zaujetí, které však nemá dlouhého trvání. Po krátkém čase je možné vyměnit věci, zboží a možnosti za něco jiného, zajímavějšího a esteticky přitažlivějšího. To se může týkat jak materiální oblasti, tak i sociální, např. nový partner, nové zaměstnání. Zajímavá je pro novou generaci atraktivní kvalita života a maximální možnost seberealizace.¹³⁸

V závislosti na rozvoji světových technologií se utváří nebo přeměňuje obraz budoucnosti. „Technologický pokrok umožňuje téměř neomezený přístup k informacím a rozličným kulturám. Jednotlivci se tak otvírají stále nové příležitosti pro svobodný výběr a utváření vlastního světového názoru.“¹³⁹ Problémy, které mohou vzniknout prostřednictvím internetu, jenž se dnes považuje za celosvětový řád informací, se týkají i pojetí jedince. Hrozí ztráta identity, která se pomalu vytrácí v kybernetickém prostoru. Nutností je si uvědomit, že informační technologie tu jsou pro lidi a ne lidi pro počítače.¹⁴⁰

Nesvoboda ve smyslu závislosti na trhu, konzumu či technologiích zastírají jedinci nutnost tolerance, spolupráce a vzájemnosti. Člověk by měl dokázat individuálně myslet a řešit otázky vlastního života nezávisle na předmětech svého úspěchu. Dnešní pohled na dospělého jedince se liší. Převážně jedná podle okamžitého prospěchu či za účelem vlastního zájmu a příliš neklade důraz na existenci druhých. Konzumní jedinec nemůže být ničím jiným, než článkem v řetězu, sobeckým spotřebitelem a tím, kdo účelně využívá příležitosti ke svému prospěchu. Bohužel současný svět mu to nejen umožňuje, ale přímo ho k tomu vede.¹⁴¹

¹³⁶ Srov. BECK, U. *Riziková společnost*, s. 216-218.

¹³⁷ Srov. KELLER, J. *Tři sociální světy*, s. 23.

¹³⁸ Srov. Tamtéž, s. 24.

¹³⁹ SVOBODOVÁ, L. *Kvalita života*, s. 127.

¹⁴⁰ Srov. GIDDENS, A. *Sociologie*, s. 389.

¹⁴¹ Srov. Tamtéž, s. 82-83.

2.2.2 Kvalita života

Kvalita života zkoumá materiální, psychologické, sociální a duchovní podmínky života pro zdravý a šťastný život člověka a dotýká se otázek po smyslu života. Právě život sám se stává čím dál víc smyslem existence člověka.¹⁴²

Na kvalitu života se můžeme dívat ze dvou hledisek. Objektívni hledisko pojednává o materiální stránku života společnosti jako celku. Subjektívni pohled je určen kognitivní (individuální úsudek podmínky života) a emocionální složkou (osobní pohoda vytvářená pozitivními či negativními emocemi). V rámci subjektivního pohledu je ke kvalitě života vztažen pojem osobní pohoda. Pocit pohody je výsledkem tělesné, sociální a duševní vyrovnanosti člověka. Z toho plyne, že jde o subjektivní vnímání individuální životní reality, která je pro tuto práci podstatná. Obvykle se popisuje v pojmech, jako „soběstačnost, autonomie, důstojnost, seberealizace, spokojenost v rodinných i partnerských a dalších mezilidských vztazích, sociální a kulturní integrovanost, tvořivost apod...“¹⁴³ Z toho vyplývá, že subjektivně prožívaný život, související mimo jiné i s uspokojováním potřeb, s intenzitou motivace a s hierarchií hodnot, je také podřízen vnějším faktorům (objektivní hledisko kvality života), které ovlivňují a formují člověka každý den a dávají mu možnost volby.¹⁴⁴

„Příznivé životní podmínky závisejí na široké škále faktorů, jako jsou kvalitní služby zdravotní péče, příležitosti ke vzdělávání a odborné přípravě nebo kvalitní prostředky veřejné dopravy“¹⁴⁵. Potůček takovou škálu oblastí ovlivňující kvalitu života rozšiřuje o sociální stát, trh práce a zaměstnanost, strukturu obyvatel, bydlení, rodinu a o životní prostředí. Můžeme říct, že dnešní doba se vyznačuje relativně vysokou životní úrovní v porovnání s dobou minulou.¹⁴⁶ Z tohoto důvodu nám rozbor faktorů pomůže pochopit uvažování a jednání jedince v sociálních oblastech, jelikož se s nimi každodenně potýká.

Důkazy o rozvoji ve zdravotnictví můžeme najít téměř v každém sociologickém výzkumu, který se zabývá stárnoucí populací. Stejně je tomu i v případech transplantace či umělého oplodnění. Takové možnosti jsou dnes často využívány. Pro vysokou kvalitu v lékařství je nutné také odborné vzdělání lékařského personálu.

¹⁴² Srov. SVOBODOVÁ, L. *Kvalita života*, s. 131.

¹⁴³ Tamtéž, s. 131-132.

¹⁴⁴ Srov. Tamtéž, s. 122-123.

¹⁴⁵ Srov. Česká republika, životní a pracovní podmínky [online]. [cit. 2011-8-2]. Dostupné na WWW: <http://portal.mpsv.cz/eures/prace_v_eu/zeme/cesko#kap%204>.

¹⁴⁶ Srov. SVOBODOVÁ, L. *Kvalita života*, s. 127.

Vzdělávání v rámci kvality života je řešeno z pohledu úrovně a dostupnosti škol. V oblasti zaměstnanosti se řeší otázky vytváření a dostupnosti volných pracovních míst či platového ohodnocení zaměstnance.¹⁴⁷ Tyto sféry budou hlouběji analyzovány v další podkapitole.

Dalším aspektem životní úrovně je bydlení. Současná situace je pro mladé lidi spíše nepříznivá. Aktuální situace na trhu s byty ovlivňuje i rozhodnutí jedince se osamostatnit od původní rodiny. Koupě bytů je pro mladé dospělé nákladná, protože jsou často umístěny v nových výstavbách. Po roce 1989 došlo k poklesu bytové výstavby, která trvá dodnes. Takový pokles se projevuje převážně u středních vrstev, které mají problémy se získáním vhodného bydlení, což můžeme považovat za jednu z příčin nízké porodnosti. Mladí dospělí si dnes nechtějí půjčovat peníze od banky. Za prvé jim to příliš neumožňují příjmové mzdy a za druhé by se tak cítili svázáni k jednomu majetku. Jejich potřebou je flexibilita umožněná pronájmem bytu.¹⁴⁸

Kulturní a společenský život (restaurace, divadla, kina, sport, cestování) je zařazován do volného času. Vyšší kvalita života napomáhá k rozšiřování moderního trendu užívání si a to právě v období adolescence a mladé dospělosti. Lidé si po dvacátém roce vytvářejí plány o cestování, pak se věnují práci. Nejprve zábava a poté zodpovědnost a starost. K tomuto myšlení vede i lepší medicína a jistota, že se lidé dožijí stáří. Vidina vysokého věku navádí k užívání si mladých let a vzít si tak oddechový čas. Otázkou je, zda budou mladí dospělí ochotní změnit svůj nezávislý životní styl, vytvořit pevný vztah, popř. založit rodinu, s důrazem na odpovědnost a určité obětování se. Částečnou odpovědí může být stále se prodlužující období vzdělání, z čehož vyplývá, že význam tohoto „moratoria“ v budoucnu dále poroste¹⁴⁹.

2.3 Dnešní pohled na mladého dospělého člověka

Před revolucí byla v rámci individuálního životního běhu tzv. časová komprese dílčích přechodů. Charakteristické rysy mezi dvacátým a třicátým rokem života byly definovány ukončením vzdělávání, získáním profese, manželstvím a založením

¹⁴⁷ Srov. Česká republika, životní a pracovní podmínky [online].[cit. 2011-08-02]. Dostupné na WWW: <http://portal.mpsv.cz/eures/prace_v_eu/zeme/cesko#kap%204>.

¹⁴⁸ Srov. TUČEK, M. a kol. *Dynamika české společnosti*, s. 122-125.

¹⁴⁹ Srov. GIDDENS, A. *Sociologie*, s. 56.

rodiny,¹⁵⁰ které se odehrály u většiny mladých lidí během několika málo let. Mladí lidé prožívali klíčové události jako uzavření manželství či rodičovství v podobném věku a pořadí.¹⁵¹ Dnešní doba se vyznačuje spíše individuálním načasováním těchto životních cílů. „V posledních desetiletích se proces vstupu do dospělosti prodlužuje a stává se složitějším – jednotlivé dílčí kroky se vzájemně oddalují a zvyšuje se variabilita jejich časování.“¹⁵² Giddens hovoří o člověku jako o architektovi vlastního života. Například vytvoření intimního a manželského svazku dnes nezávisí na rozhodnutí rodičů, avšak na iniciativě a výběru jedince samotného. Znamená to větší svobodu jedince, ale také nutnost přijmout odpovědnosti za své jednání. To může být jedna z příčin, proč mladí dospělí oddalují tato životní rozhodnutí.¹⁵³

2.3.1 Vstup do dospělosti v české společnosti

Prodlužování období adolescence způsobující posun mladé dospělosti do vyššího věku vytváří prostor pro tzv. zkušební dobu. Jedná se spíše o subjektivně vnímané období, kdy se jedinec necítí být adolescentem, ale nepovažuje se ani za dospělého. Vstup do dospělosti je špatně definovatelný podle věku nebo fyzické zralosti. Jedná se spíše o životní přechody, které obsahují přijetí sociálních rolí. Sociologové uvádí základní mezníky dospělosti, mezi které řadí ekonomickou nezávislost a založení vlastní rodiny. Zhodnocením profesní oblasti a oblasti mezilidských vztahů v životě dospělého, které jsou ovlivňovány pracovním trhem, možnostmi studia, změnami rodinného chování a proměnami hodnotových orientací mladých lidí, je poukazováno na jejich velký význam pro sebepojetí dospělého člověka. Sebeobraz jedince může být novými skutečnostmi ovlivňován i negativně.

2.3.1.1 Současná situace v oblasti studia a zaměstnání v období mladé dospělosti

Dvacetiletí muži a ženy nejsou dnes připraveni na uzavření manželství a na založení vlastní rodiny, jak tomu bylo v dobách před revolucí. Dnešní generace má nový cíl: „Studuj co nejdéle.“ Nejen, že je vzdělání potřebné k širšímu výběru zaměstnání, ale

¹⁵⁰ Srov. TOMÁŠEK, M. Já se ještě nechci vázat. *Psychologie dnes*, s. 22-24.

¹⁵¹ Srov. HAVLÍKOVÁ, J. Přejít do dospělosti dlouhodobě nezaměstnaných absolventů učebních oborů z Brna a okolí. *Sociologický časopis* s. 75.

¹⁵² CHALOUPOKOVÁ, J. Vstup do dospělosti. *Sociologický webzin*. [online]. [cit. 2011-02-21]. Dostupné na WWW: <http://www.socioweb.cz/upl/editorial/download/186_SOCIOWEB_01_2011_.pdf>.

¹⁵³ GIDDENS, A. *Sociologie*, s. 56.

i sami mladí lidé vzdělávat chtějí. To můžeme považovat za jeden z důvodů, proč se neustále zvyšuje číslo studentů na vysokých školách.¹⁵⁴

S prodloužením doby studia dochází k odkladu samostatnosti. Podle Sheehyové jde u studentů (především vysokoškolských) o prodlouženou dobu adolescence, která trvá až do třicítky. Je to zapříčiněno tím, že mladí dospělí zůstávají doma u rodičů po dobu studia, kdy je tento fakt dán ekonomicky. Mladí dospělí nemají možnost sehnat si vlastní bydlení z důvodu studia anebo nízkého platu, který neumožňuje si vzít hypotéku. Částečně je to dáno i českou kulturou, která „považuje za samozřejmé, že dokud je dospělý člověk svobodný, žije s rodiči“¹⁵⁵. Psychologové upozorňují, že bydlení u rodičů do vysoké věku (30 let) může mít i negativní vliv na celkové pojetí dospělosti. Člověk, který je na rodičích závislý může mít v budoucnu problémy v partnerském soužití.

Obecně lze říct, že osamostatnění jedince se převážně odvíjí od ekonomické nezávislosti, která je spojována s hledáním zaměstnání. Pokud člověk přijme roli zaměstnance, přestává být závislý na své původní rodině, má možnost se od rodičů odstěhovat a ukončit tak své dětství.¹⁵⁶

Lidé, kteří ukončili základní vzdělání či odborné studium bez maturity, dříve realizují další životní cíle spojené s obdobím mladé dospělosti. Na rozdíl od vysokoškolských studentů dříve uzavírají manželství a vzápětí zakládají rodinu. Jejich představy o profesní dráze neobsahují příliš dlouhodobé cíle, tím je dříve naplňují a jejich vstup do dospělosti je realizován dříve.¹⁵⁷ Podle Sheehyové je u pracujících prodloužení adolescence do pětadvaceti let. Student se po ukončení vysoké školy ještě do třicátého roku nachází v tzv. prozatímní dospělosti. Sheehyová považuje až třicátý rok za typický pro začátek opravdové dospělosti, kdy má jedinec stabilní zaměstnání a může se zaměřovat na naplňování dalších životních cílů (manželství, rodina).¹⁵⁸

Trh práce, který má vliv i na pojetí mladých dospělých, je charakterizován poptávkou po práci a také její nabídkou. Podle údajů Českého statistického úřadu je zaměstnanost dělena podle věku a dosaženého vzdělání. Například v roce 2002 převažoval podíl mužů ve věku 25-34 let a s dosaženým vysokoškolským vzděláním nad podílem žen. Tento jev je možné charakterizovat tradičním modelem rodiny, kdy

¹⁵⁴ Srov. ŘÍČAN, P. *Cesta životem*, s. 254.

¹⁵⁵ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 10.

¹⁵⁶ Srov. Tamtéž.

¹⁵⁷ Srov. ČÁP, J. *Psychologie výchovy a vyučování*, s. 143.

¹⁵⁸ Srov. SHEEHYOVÁ, G. *Průvodce dospělostí*, s. 61.

muž zajišťuje příjmy pro domácnost a ukončené vysoké studium mu napomáhalo k lepšímu uplatnění na trhu práce. Během sedmi let došlo k výrazné změně. Díky emancipaci společnosti se postavení podílů obrátilo. Ženy více využívají vysokoškolského studia než muži, možná proto, že výše dosaženého vzdělání se v současné době stává základním předpokladem pro získání kvalifikované a dobře placené práce.¹⁵⁹

Se zaměstnaností je spojená nezaměstnanost. Růst materiální výroby v České republice, technický pokrok v posledních desetiletích zapříčinil paradoxně prohlubující nezaměstnanost, která je dnes již problémem téměř neřešitelným. Je možné ji minimalizovat, ale ne zcela odstranit. V druhé polovině devadesátých let došlo k vzrůstu míry nezaměstnanosti. Pokles zaměstnaných se projevil především u lidí nekvalifikovaných a u pomocných profesí. Rozdíl je evidentní i podle vzdělání člověka. U vysokoškolsky vzdělaných lidí je výskyt nezaměstnanosti menší než u středoškoláků. Největší podíl v míře nezaměstnanosti mají lidé vyučení nebo se základním vzděláním. V současné době je často řešena otázka dlouhodobé nezaměstnanosti, která vyžaduje i profesionální pomoc sociálního pracovníka.¹⁶⁰

Profese je také stále symbolem pro určitý sociální status. Povolání lze hodnotit podle dvou hledisek. V objektivním hledisku jde o příjmy, vzdělání a v důsledku toho i materiální zajištění. To, jak vnímáme naši profesi, zda jsme spokojeni s naším postavením v zaměstnání, se přisuzuje hledisku subjektivnímu, které bude analyzováno ve třetí kapitole.¹⁶¹

2.3.1.2 Mezilidské vztahy mezi dospělými lidmi

Hlavním tématem našeho osobního života jsou vztahy. Říčan uvádí výrok: „Řekni mi, kdo jsou tvoji přátelé, a já ti povím, jaký jsi.“¹⁶² Hovoříme o vztazích milostných, o vztazích s rodiči nebo přáteli aj. Těmito vztahy se prolíná citová vazba a blízkost. Vztah je vzájemná důvěra dvou či více lidí, kteří na něm pracují. Měl by být stabilní a dlouhodobý.¹⁶³ V období mladé dospělosti se stále udržují vztahy s vrstevníky

¹⁵⁹ Srov. Český statistický úřad: *Ročenka statistiky trhu práce 2010*. [online]. Praha: Český statistický úřad, © 2011, poslední aktualizace 25.2.2011 [cit. 2011-03-02]. Dostupné na WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2010edicniplan.nsf/p/3111-10>>.

¹⁶⁰ Srov. MOŽNÝ, I. *Česká společnost*, s. 99-100.

¹⁶¹ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 115.

¹⁶² ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 17.

¹⁶³ Srov. GIDDENS, A. *Sociologie*, s. 156.

z období adolescence, ale mění se jejich obsah. Přátelské vztahy se proměňují na vztahy intimní. Jedinec by měl být schopen akceptovat potřeby svého partnera a propojovat je se svými.¹⁶⁴

Současná situace v oblasti vztahů se vyznačuje volným spolužitím partnerů, upřednostňováním kariéry nad rodinou a snahou využít nabízených možností v oblasti volného času (cestování, studium).

Mladí lidé dříve nebo později odcházejí z prostředí svého domova a chystají se usadit ve svém „novém domově“, kde bydlí se svým partnerem. V naší moderní společnosti dochází k růstu počtu alternativních soužití. Za rodinné trendy jsou považovány tendence zakládat rodinu neformálně, bez legálního sňatku.¹⁶⁵

Především od šedesátých let 20. století dochází ke změnám v soužití mezi mužem a ženou. Bydlení s partnerem v nemanželském vztahu nebylo dříve společensky tolerované. Dnes člověk může žít v manželství, v celibátu, „na hromádce“, v sexuálně promiskuitní komunitě, a nebude to mít tak velké důsledky pro jeho finanční či materiální postavení jako tomu bylo v tradičních rodinách. Pro jeho sociální postavení to má význam okrajový.¹⁶⁶

Žena během dvacátého století získala značnou osobní, finanční a společenskou samostatnost. Touha žen po kariérním vzestupu, po rovnosti a svobodě se staly dalším ovlivňujícím faktorem pro nemanželské soužití. Rodina a s ní spojené manželství se pomalu vytrácely z hodnotových priorit ženské populace. Dokonce dnes nepovažují za nutné udržovat vztah s mužem kvůli společné výchově dětí. Není to tedy tak časté, jak by se mohlo zdát.¹⁶⁷

Mezi alternativní soužití je zařazováno i tzv. nesezdané soužití. Partneri spolu žijí, mají společnou domácnost, ale nepociťují nutnost se vdávat či ženit. Je to vztah muže a ženy, který je „náhradou“ manželství. Partneri mají společnou domácnost, společně hospodaří a mají spolu intimní sexuální vztah. Tento vztah většinou netrvá dlouho. Směřuje buďto k svatbě nebo k rozchodu.¹⁶⁸ Současná doba usnadňuje takové soužití respektovat. Dnes neexistuje tlak společnosti, kvůli kterému by dva lidé museli uzavírat manželství, pokud je žena gravidní. Přesto ve většině případů dospělí lidé, kteří se

¹⁶⁴ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 11.

¹⁶⁵ MATOUŠEK, O. *Rodina jako instituce a vztahová síť*, s. 35.

¹⁶⁶ Srov. Tamtéž, s. 35-40.

¹⁶⁷ Srov. Tamtéž, s. 41.

¹⁶⁸ Srov. RABUŠIC, L. *Kde ty všechny děti jsou?*, s. 193.

rozhodnou pro vytvoření vlastní rodiny, manželství uzavřou, ať je to před nebo po narození dítěte.¹⁶⁹

Další alternativou jsou tzv. singles. Fenomén singles je pravděpodobně nejvýraznějším projevem individualizace ve sféře rodinného života. Valná část singles jimi však celoživotně zůstat nechce. Nesezdané soužití se mnohdy jeví jako bližší a podobající se více singlovství než manželství.¹⁷⁰

Dnes lidé prosazují partnerské vztahy, které nesdílí společnou domácnost. Ani nesezdané soužití nebo uzavření manželství nemusí být mladými lidmi provozováno. Mladá dospělost vyznačující se nezávislostí a volností napomáhá právě vztahům „spolu, ale odděleně“. Podíl mladých lidí, kteří by odcházely z domova za účelem sňatku či společného soužití se dlouhodobě snižuje.¹⁷¹ Závěrem lze podotknout, že singles jsou sice nezávislí, svobodní, bez závazků, ale otázkou je, zda to stačí k tomu, aby byl člověk plně šťastný a spokojený. Podstatnou roli hraje v takových vztazích láska, která je v dnešní době spíše vyměňována za svobodu.

Lidé chtějí svobodu a to jak svobodu občanskou, tak i sexuální a svobodu ve vztahu. „Být svobodný ve vztahu k druhému znamená být schopný rozhodovat o vzdálenosti, kterou ke druhému zaujmu. Svobodný v partnerském vztahu znamená být schopný sladit vzdálenost mezi oběma partnery tak, aby měli oba dostatek prostoru pro naplňování svých životních možností.“¹⁷² Otevřenost vůči svému partnerovi má své hranice. Je nutné, aby partneři hledali společné hodnoty a správnou míru prostoru. Láska pro dnešní mladé dospělé se může zdát svazující, proto může vyvolávat strach. Raději se realizují v profesní sféře, která se může zdát prioritou. Následující kapitola o životní oblasti profese či studia představuje současnou situaci v české společnosti.

2.3.2 Vliv médií na dospělost

Vývoj mediálního světa procházel v posledních dvaceti letech velkým rozvojem. Dříve byl počítač či video luxusem domácnosti, dnes se pokládá za samozřejmost. „Přirozené prostředí je vytěšňováno prostředím mediálním a v dalším vývoji i virtuální realitou.“¹⁷³

¹⁶⁹ Srov. DIMITROVÁ, M. Manželství a jeho význam v pojetí české veřejnosti. *Naše společnost* [online]. 2007, č. 2 [cit. 2011-01-12]. Dostupné na WWW: <http://www.cvvm.cas.cz/index.php?lang=0&disp=nase_spolecnost&r=1&offset=113&shw=100074>.

¹⁷⁰ Srov. MAREŠ, P.; POTOČNÝ, T. *Modernizace a česká rodina*, s. 226.

¹⁷¹ Srov. TOMÁŠEK, M. Já se ještě nechci vázat. *Psychologie dnes*, s. 22.

¹⁷² JEGOROVÁ, K.; ZLÁMANÝ, J. Jak žít s partnerem a zůstat sám sebou. *Psychologie dnes*, s. 41.

¹⁷³ SAK, P. *Proměny české mládeže*, s. 165.

Média mají na člověka velký vliv, který si někdy ani nemusí uvědomovat. Jejich působení je možné pozorovat i v chápání životních období. Filmy či seriály cílené pro mládež se mnohdy vykazují velkou sledovaností. Opomíjení mediální výchovy ze strany rodičů často vyústí v manipulaci s uživateli moderních technologií. Politolog Alexandr Tomský říká, že to, co zajímá lid, jsou převážně bulvární média, které ve veřejném životě zakrývají morálku a etiku.¹⁷⁴

Seriály určené pro mladé lidi se často vyznačují bizarními způsoby života. Seriáloví mladí lidé jsou nezávislí a svobodní. Masová média nám zprostředkovávají představy a návody na to, jak by mladí lidé měli správně žít, jak milovat a jak řešit vývojové problémy. Přijetí nevlastního obrazu života člověka omezuje v jeho svobodě a uzavírá ho do cizího světa.¹⁷⁵

Možný předkládá názor, že „každá společnost potřebuje jednu dominantní reprezentaci skutečnosti“¹⁷⁶. Dříve to byla církev, která lidem poskytovala vhled do událostí a poukazovala na to, co je dobré a co špatné. Dnes takovou roli převzala média.

Polovina dospělých Čechů sedí denně více než dvě hodiny u televize. Čím dál větší vliv reklamy, a to nejen na televizních obrazovkách, způsobuje jednotnou podobu konzumentů. Reklama „předpokládá masový vkus u lidí a nutí je do stále unifikovanějšího životního stylu“¹⁷⁷. To všechno se děje i přesto, že dnešní doba nabízí velký množství eventualit, pro které se jedinec může rozhodnout. „Řada sociologů je přesvědčena, že člověk nikdy neměl tak širokou volbu a tolik podnětů při budování své identity, jako má dnes, a dosud nikdy nebylo natolik na něm, jak příběh svého života napíše.“¹⁷⁸

Vliv médií na pochopení života v období mladé dospělosti je značný. Mladí lidé, kteří si tento tlak neuvědomují, se mohou nechat strhnout do nereálného života, který si vysnily. O to větší je prozření při prvním neúspěchu. Ať je to v partnerském vztahu nebo v oblasti kariéry, přání a iluze zobrazené v médiích bývají ve skutečnosti nesplnitelná.

¹⁷⁴ Srov. LABUSOVÁ, E. Hovory o rodině. Český rozhlas 6 [online]. © 2000 - 2009 [cit. 2011-01-04]. Dostupné na WWW: <http://www.rozhlas.cz/radionaprani/archiv/?p_po=1971>.

¹⁷⁵ Srov. JEGOROVÁ, K.; ZLÁMANÝ, J. Jak žít s partnerem a zůstat sám sebou. *Psychologie dnes*, s. 41.

¹⁷⁶ MOŽNÝ, I. *Česká společnost*, s. 144.

¹⁷⁷ Tamtéž, s. 145.

¹⁷⁸ MOŽNÝ, I. *Česká společnost*, s. 145.

2.4 Shrnutí

Cílem této kapitoly bylo poukázat na vliv současné české společnosti na pojetí dospělého jedince.

Dějinné proměny společnosti jako průmyslová revoluce, totalitní nadvláda a její pád v roce 1989 mají vliv na současný pohled na dospělého člověka. Společenské proměny jsou v návaznosti na přechodové rituály a změny demografického chování české populace.

Přechodové rituály pomáhají definovat člověku sebe sama a jeho roli ve společnosti. Dnes se realizace rituálů, které určují přechod z dětství do dospělosti (maturita, promoce, svatba) eliminuje. Vliv historických proměn je možné spatřovat i ve vývoji demografického chování, ze kterého vyplývá oddalování životních cílů jako je sňatek a založení rodiny do vyššího věku. Alarmující je v České republice vysoká rozvodovost.

Nový pohled na život ubírající se směrem k nezávislosti, svobodě a osobnímu dobru směřuje k individualismu. Zdůraznění člověka jako jednotlivce opomíjí vzájemnost a solidaritu s druhými lidmi. Člověk se v konzumní společnosti stává spotřebitelem, který si může vybírat z atraktivních možností. Ekonomický růst, rozvoj informačních a komunikačních technologií zvyšuje životní úroveň, kterou je možné určit mírou kvality života. Příznivé životní podmínky závisejí jak na vnějších okolnostech (společenské), tak na subjektivním pohledu člověka, který souvisí s osobní pohodou a životní spokojeností.

Charakteristické prvky společnosti a kvalita života působí na dospělého jedince. Vstup do dospělosti je přechodem, který obsahuje i přijetí sociálních rolí. Základní dva mezníky dospělosti, profese a mezilidské vztahy, jsou hodnoceny z pohledu současných podmínek, které česká společnost nabízí. Zaměstnanost a nezaměstnanost závisí na aktuální situaci pracovního trhu, na věku a vzdělání dospělého člověka. Práce, která je finančně ohodnocena, umožňuje osamostatnění jedince. V mezilidských vztazích vznikají nové formy soužití, které společnost akceptuje. Manželství není již považované za nutnou podmínku pro založení rodiny. Mladí dospělí lidé preferují spíše volné vztahy, aby si zachovali svou svobodu a nezávislost.

Vliv médií na dospělého jedince je značný. Jedná se především o prezentaci ideálů a postojů, které jsou často v reálném životě nesplnitelné.

3 PROBLÉMY SEBEPOJETÍ V OBDOBÍ MLADÉ DOSPĚLOSTI

Následující reflexe vychází z nabídnutých předpokladů předchozích dvou kapitol. Při znalosti sebepojetí dospělého jedince z pohledu psychologie, které se vyvíjí skrze sebehodnocení a seberealizaci jedince, při pochopení současné české společnosti, resp. její působení na mladého dospělého člověka, je možné přemýšlet o příčinách a důsledcích problémů sebepojetí v období mladé dospělosti.

Problémy, které zde budou uvedeny z pohledu (ne)splnění jedince v sociálních rolích, jsou napětí mezi variantami „já“, nízké sebehodnocení a míra sebedůvěry. Analyzují se problémy sebepojetí, které se vztahují k sociálním rolím přiřazovaných k období mladé dospělosti. Každá role obsahuje určitá očekávání ze strany společnosti, ale také požadavky, které jedinec klade na jiné lidi. Nesplnění takových očekávání může vyvolat problémy vnímání sebe sama.

V období mladé dospělosti mohou stresové faktory způsobovat problémy sebepojetí a vyústit do náročných, zátěžových až frustrujících situací, které pomáhá řešit sociální pracovník.

3.1 Příčiny problémů pojetí sebe sama jako dospělého jedince

Příčin možných problémů sebepojetí je bezesporu mnohem více, než je zde uváděno. Ale pojmut všechny příčiny není možné pro kvantitativní obsah této práce. Při výběru příčin bylo nahlíženo převážně na mladého dospělého jako na příslušníka současné české společnosti. Úbytek sociálních opor anebo jejich proměny přináší nástrahy dospělému člověku. Vyplývají důsledky, které člověku přináší nejasnost v tom, jaké jednání je to správné a co se vlastně od něj očekává ze strany společnosti.

3.1.1 Ztráta sociálních opor

Existují dvě podstatné příčiny ztráty sociálních opor v návaznosti na hodnoty.

První příčina je sekularizace, která byla během ateistického totalitního režimu ještě více prohloubena. Vycházíme z předpokladu, že sekularizovaná společnost bude klást

na tradiční hodnoty odlišný důraz než společnost vyznávající křesťanské tradice. Zesvětštění obrací společnost k jiným možným oporám jako média a internet. Dále to jsou lidská práva, která zaručuje demokratický politický systém. Jedinec se na ně dnes často odvolává. Z čehož může vyplývat pohled na jednotlivce jako na nositele svých práv.¹⁷⁹

Druhou příčinou ztrát sociálních opor je hodnotový pluralismus způsobený mimo jiné i globalizovanou, konzumní společností. „Podle Petra Macka má mladá generace ve srovnání s předchozí generací v menší míře určitou pevnou a konkrétní hodnotovou doktrínu, se kterou by se buď mohla identifikovat, nebo se proti ní vymezit.“¹⁸⁰ S proměnami společnosti souvisí i změny ve společenském žebříčku hodnot, který se proměňuje, a hodnoty dříve důležité se posouvají na nižší příčky. Na vyšší příčky se derou hmotné statky a hodnoty dlouhodobé jsou nahrazovány účelnými hodnotami spojenými s okamžitým užitkem a spotřebou.¹⁸¹ Většina hodnot je dnes spíše osobní záležitostí, tedy každý člen přikládá různým hodnotám odlišný význam.¹⁸²

Macek hovoří o sociálních oporách jako o závislosti na určité silné autoritě. „Totalitní společnost vypadala jako tuhá školní výchova s jasnými pravidly určujícími, co se smí, a co se nesmí, a s jasným repertoárem trestů a odměn.“¹⁸³ Děti narozené v devadesátých letech ztratily autoritativní oporu ve společnosti. S prosazením svobody došlo i ke ztrátě autority, která zajišťovala pocit bezpečí.¹⁸⁴ Dnes se setkáváme „s celou řadou vnitřních i vnějších podnětů, různých vlivů a tlaků, neustále se musíme přizpůsobovat, zvládat různé situace a reagovat na všechno, co život ve své nevypočitatelnosti přináší.“¹⁸⁵ Bez stabilních opor narůstá problém, který lze přičítat tzv. duchovní nouzi naší doby. Současná postmoderní společnost nenabízí žádné odpovědi na otázky po hodnotách nebo sociálních oporách. „Ale nejen, že nemáme žádné použitelné odpovědi, ale dokonce si ani nepřipouštíme morální povinnost prikazující nám tyto odpovědi hledat.“¹⁸⁶

Na rozdíl od minulé doby dnešní člověk nepovažuje tradice za sociální opory, jelikož se z jeho života pomalu vytrácí. Podobné je to i s rodinou, která byla

¹⁷⁹ Srov. HAMPLOVÁ D. Čemu Češi věří: dimenze soudobé české religiozity. *Sociologický časopis*, s. 703-723.

¹⁸⁰ HUČÍN, J. Svobodné děti nesvobodných rodičů. *Psychologie dnes*, s. 9.

¹⁸¹ Srov. SVOBODOVÁ, L. *Kvalita života*, s. 126-127.

¹⁸² Srov. Tamtéž, s. 131.

¹⁸³ HUČÍN, J. Svobodné děti nesvobodných rodičů. *Psychologie dnes*, s. 9.

¹⁸⁴ Srov. Tamtéž.

¹⁸⁵ QUESNELL, M. D. *Co si myslíme, čemu věříme a kdo jsme*, s. 123.

¹⁸⁶ VALACH, M. *Češi v neklidné době*, s. 96.

považována za nejdůležitější oporu pro jedince. Vícegenerační tradiční rodiny zaručovali jejím členům pocit bezpečí, jistoty a ekonomické zajištění. Současná benevolence k alternativním soužitím dokazuje upřednostňování konzumního způsobu života i v oblasti mezilidských vztahů.¹⁸⁷

Obdobu můžeme najít v dříve daných rodinných rolích, které se v moderních společnostech stírají. Stále ubývá rodin, které tvoří žena v domácnosti jako vychovatelka dětí a muž vydělává peníze. Rodinný status, který dnes nemá tak velký význam jako dříve, je nahrazen statusem společenským. Rodinné závazky a povinnosti ztrácí na své důležitosti a jsou nahrazovány autonomií jedince. Narůstá význam jednotlivce, který zastává stanovisko uspokojit vlastní potřeby a poté se věnovat druhému.¹⁸⁸ Proměna rodiny jako sociální opory způsobuje problémy v chápání okolního světa, který nepřináší žádné osobní jistoty.

Z těchto faktických argumentů můžeme usoudit, že dospělý člověk se v moderním světě přestává orientovat a ubývání sociálních opor vede k nestabilnímu sebepojetí. Jestliže v nás něco vyvolává pocity nebezpečí a nejistoty, máme tendence se takovým věcem či situacím vyhýbat. Příklon k obrazu o sobě jako k obrazu známému, jistému a spokojenému ukazuje velmi silnou potřebu psychologické jistoty.¹⁸⁹ V současné době se při takto vzniklých problémech člověk může obrátit na pomoc sociálního pracovníka.

3.1.2 Výzvy a úskalí mladých dospělých v dnešní době

Jaké výzvy a jaká úskalí stojí před těmi, kteří vstupují do dospělého života?

Dnešní generace je generací „bez velkých témat.“ Musí se protloukat každodenními stereotypními úkony, které jim nepřinášejí téměř žádnou stabilitu v jejich životě.

Podstatným prvkem v životě mladých dospělých je jejich z části vytvořená orientace na budoucnost z období adolescence. Nachází se na cestě s několika rozcestníky, které směřují do různých životních oblastí, např. cestování, kariéra, partnerský vztah. Mladý dospělý má mnoho možností, mezi kterými se rozhoduje. Musí si vytvořit určité životní plány určující jeho životní dráhu. Problém v tomto rozhodování

¹⁸⁷ LÄNGLE, A. *Smysluplně žít*, s. 21.

¹⁸⁸ Srov. MAJEROVÁ, T. *Křesťanská rodina v postmoderní době* [online]. [cit. 2011-02-11]. Dostupné na WWW: <<http://www.getsemany.cz/node/242>>.

¹⁸⁹ KŘÍŽ, P. *Kdo jsem, jaký jsem*, s. 8.

se může vyskytnout, pokud jedinec nemá vytvořený ustálený hodnotový žebříček, podle kterého by se mohl ve svém životě orientovat.¹⁹⁰

Existují dvě možná pojetí dnešní mladé generace. Dospělí jedinci jsou otevření novým možnostem, na druhou stranu se mohou v takové záplavě možností ztrácet. Koubová uvádí pojem ztracená generace. Více příležitostí ve formě cestování, studia, práce v zahraničí přináší pocit svobody, ale také problémy, se kterými se jedinec musí potýkat. Při rozhodování je nutná orientace. Nejprve jde o informace. Člověk musí vědět, o čem se rozhoduje a které možnosti volby má. Po jejich zhodnocení dochází ke svobodnému rozhodnutí pro tu nejhodnotnější. Možnost svobodné volby je svým způsobem nutnost volby. Pokud máme před sebou více než jednu možnost, musíme se pro jednu z nich rozhodnout v každém případě.¹⁹¹ „Být svobodný a nevědět přitom, k čemu této svobody užít, taková svoboda je trvale provázena nesnesitelným prožitkem prázdnoty, který může vzápětí přerůst v trýzeň.“¹⁹² Časté řešení vzniklého stresu a úzkostí vidí dospívající a dospělý člověk i v alkoholu, drogách nebo v kouření.

Velké množství možností můžeme vidět ve všech důležitých oblastech života. Pestrý výběr pracovních příležitostí, velký výběr činností pro volný čas a různorodost vztahů ukotvuje pocit volnosti. Na jednu stranu si dnes jedinec může vybírat mezi tím co ho baví, co ho zajímá, ale také se musí rozhodovat mezi tím, co je správné či špatné. Ano, jednodušší je mít méně volby, ale rozhodně nemůžeme říct, že by to bylo lepší. Dnešní mladá generace je flexibilnější než ta minulá. Mohou si dovolit dělat některé chyby, které mohou při volbě jen jedné možnosti vzniknout. Liberální společnost už nemá tak vysoké nároky na jedince, na jeho jednání, které by mělo vést k té jediné správné eventualitě. Člověk je dnes spíše pod tlakem úspěšnosti.¹⁹³

Vyvíjený určitý tlak na člověka je možné vidět i v médiích. Z každé strany se na nás chrlí slogany o úspěchu. „Buďte úspěšní a to co nejrychleji, nejlépe ihned.“ Dnešním mladým schází trpělivost. Chtějí být úspěšní, spokojenější a šťastnější a to nejlépe okamžitě.¹⁹⁴

Mladý člověk je dnes orientován především na vlastní výkon a úspěch, ve který má důvěru, jelikož mu přináší další příležitosti. Tuto důvěru však provází i řada starostí.

¹⁹⁰ Srov. HAMANN, B. Svět dnešních mladých. *Teologické texty*, s. 134.

¹⁹¹ Srov. LÄNGLE, A. *Smysluplně žít*, s. 27-28.

¹⁹² Tamtéž, s. 21.

¹⁹³ Srov. Hovory o vztazích. Český rozhlas 6. KOUBOVÁ, K.; CHALOUPKOVÁ, J. Mladá generace. [online]. [cit. 2011-02-15] Dostupné na WWW:

<http://www.rozhlas.cz/radionaprani/archiv/?p_po=1971&p_pattern=Mlad%E1+generace&p_gt=1>.

¹⁹⁴ Srov. Tamtéž.

V dnešní době jsou to starosti především ekonomické. Vstup na trh práce je obtížnější a prodlužující se doba studia způsobuje méně praxe v pracovní oblasti. Také studium ve vyšším věku se promítá u jedince ve změně jeho odpovědnosti a osamostatnění. Dříve mladí manželé bydleli u rodičů. Dnes se chce jedinec osamostatnit s prioritou nalezení vlastního bydlení a být finančně nezávislý. Až poté si volí svého partnera. Z toho vyplývá, že hledání zaměstnání a získání profesní role jsou témata upřednostňována před nalezením identity nebo hledáním partnera. Mladí dospělí nahrazují slova jako plán, sebeobětování a zodpovědnost za nezávislost, okamžitý užitek a konzum.¹⁹⁵

At' se jedná o výkon ve studiu nebo v zaměstnání, vzniká určitý osobní tlak. Člověk, který se zaměřuje na výkon, se snaží o vytvoření určité sociální prestiže. Reálné „já“ nám napomáhá k uvědomění si našich reálných schopností a dovedností, které není třeba přeceňovat. Pokud si nastavíme laťku příliš vysoko, může se stát, že se ocitneme na okraji našich sil a neuspějeme. Při nezdarech se jedinci snižuje jeho sebevědomí. Nízká sebejistota může zapříčiňovat úzkosti, deprese a frustraci.¹⁹⁶

Vyšší osobní tlak na úspěch, uplatnění ve svém osobním i profesionálním životě se projevuje i vyšší potřebou odborné pomoci. Častější výskyt depresivních a úzkostných poruch provází současnou českou společnost. „Podle odhadů odborníků bude už v roce 2020 druhou nejrozšířenější civilizační chorobou deprese. Ač přibývá příruček o smyslu života, kurzů seberozvoje i působení nejrozličnějších koučů věnujících se rozvoji osobnosti a odolnosti vůči nepříznivým okolnostem života, nic nenasvědčuje tomu, že by lidé byli šťastnější.“¹⁹⁷

Z hlediska životní úrovně či kvality života se má dnešní mladá generace dobře. Tak proč tedy nejsou stále spokojení? Mladí lidé se musí probrat každodenními změnami, novými podmínkami, které vznikají ve všech oblastech jejich života. Kde tedy mají najít smysl jejich života? Ve výkonu, v úspěchu, v tom být co nejvíce šťastný a spokojený?

¹⁹⁵ Srov. HAMANN, B. Svět dnešních mladých. *Teologické texty*, s. 135.

¹⁹⁶ Srov. Hovory o vztazích. Český rozhlas 6. KOUBOVÁ, K.; CHALOUPKOVÁ, J. Mladá generace. [online]. [cit. 2011-02-15] Dostupné na WWW:

<http://www.rozhlas.cz/radionaprani/archiv/?p_po=1971&p_pattern=Mlad%E1+generace&p_gt=1>.

¹⁹⁷ Srov. LABUSOVÁ, E. Hovory o rodině. Český rozhlas 6 [online]. © 2000-2009 [cit. 2011-01-04]. Dostupné na WWW: <http://www.rozhlas.cz/radionaprani/archiv/?p_po=1971>.

3.1.3 Společenská očekávání správného jednání dospělého člověka

Člověk v období mladé dospělosti je nejvíce aktivní, a proto je také na něj pokládán vyšší tlak ze strany společnosti. „Naše osobnost funguje ve společnosti, společnost jí vtiskuje většinu základních rysů a společnosti musí sloužit naše činy – jinak většinou ztrácejí smysl.“¹⁹⁸ Podstatným znakem správného jednání je samozřejmě struktura osobnosti. Pro téma práce je však důležitý pohled sociální, který považuje jedince jako bytost vztahovou.

Přijímání sociálních rolí obsahuje určitá očekávání na chování dospělého ze strany společnosti. Ukazuje mu, co konkrétní role představuje a co se předpokládá. Očekávání ze strany společnosti není nutné plnit, ale pokud se bavíme o tzv. požadovaném „já“, hovoříme o povinnostech, které role obsahuje a které se plnit musí. V následujícím textu se budeme bavit převážně o očekávaném „já“, které umožňuje jedinci přizpůsobit si roli podle svých možností a podmínek.

Téměř každá společnost se vymezuje právy a povinnostmi, které jsou člověku přiznány. „Představují celek v souladu s chováním, které je od něho v určité roli očekáváno. V současné době se postavení jedinců pronikavě a často nepředvídatelně mění a vznikají tak větší rozpory.“¹⁹⁹ To se týká i skupin mladých dospělých. Na jedné straně jsou fyzicky zralí a očekává se „dospělé“ chování. Na druhé straně je jejich sociální status velice nízký. Vyžaduje se od nich poslušnost a je přítomna vnější kontrola nebo různá omezení.²⁰⁰

Nejlépe poznáme správné dodržování očekávání ze zpětné vazby od druhých lidí. Prožité zkušenosti s lidmi obsahují zároveň hodnocení jedince. „Množství lidí sděluje jedinci – na základě jeho příslušnosti ke svému pohlaví, národnosti, vrstvě, povolání, věku, zevnějšku a dalších skupinových znaků – zač jej považují a co od něj očekávají.“²⁰¹ Člověk tedy na sebe může pohlížet tak, jak si myslí, že ho vidí lidé okolo něj. Člověk svůj obraz může měnit skrze zážitky, ze kterých čerpá nové informace o tom, kým je a jak ho vidí druzí. Ovlivňují příznivost obrazu sebe sama i jeho obsah.²⁰²

Pro každého člověka je charakteristické, že se snaží dosáhnout vytyčeného cíle nebo cílů. Tyto cíle před něj většinou staví společnost, a to jako úkoly nebo možnosti.

¹⁹⁸ ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 17.

¹⁹⁹ FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*, s. 41.

²⁰⁰ Srov. Tamtéž.

²⁰¹ BALCAR, K. *Úvod do studia psychologie osobnosti*, s. 158.

²⁰² Srov. Tamtéž, s. 157-158.

Jedinec si je může přisvojit, upravit nebo samostatně vytvářet. Je možné, že se někdy dostane do opozice, buď proto, aby dosáhl uspokojení svých potřeb na úkor druhých, nebo aby přispěl ke změně společnosti. Při výběru cílů bychom měli dávat pozor na to, aby byly realistické, uskutečnitelné a aby odpovídaly schopnostem a dovednostem jedince.²⁰³

U dospělého člověka jde o životní úkoly, které „vyplývají z požadavků a podmínek společnosti, druhých lidí i jeho samého ve vzájemné interakci“²⁰⁴. Životní cíle jako zaměstnání, založení rodiny, zajišťování ekonomických a bytových podmínek, výchova dětí, jsou cíle, které společnost od dospělého očekává. Na straně druhé jde o jednotlivcem zvolené priority, které realizuje či realizovat bude.

Z nabízených úkolů a možností si vytváří a realizuje motivace, které mu pomáhají objevovat svou vlastní podstatu.²⁰⁵ Kromě motivace je při naplňování zvolených cílů významným prvkem osobního rozvoje opakované posilování sebevědomí, svých kvalit i omezení. Člověk, u kterého převažují nerealistické způsoby jednání, může být vrácen do reality skrze určitý tlak společnosti. Jedinec by měl být od druhých lidí motivován, podporován a chválen.²⁰⁶

To, jak se jedinec vnímá, jak se cítí a jak se hodnotí, je závislé na druhých lidech. Nátlak na jedince ze strany společnosti by měl ukazovat, jak nejlépe sjednotit ideální představy a charakter sociální role.

3.2 Správné sebepojetí mladého dospělého člověka jako etický požadavek a jeho životní spokojenost

Pro uvedení do problematiky je nutné poukázat na druhou stranu sebepojetí. A to na sebepojetí správné či bezproblémové, které je spojováno se sebevýchovou jedince, s osobní pohodou a s životní spokojeností.

Česká republika patří k té bohatší části světa. Právě možná proto se dnes jedná spíše o docílení materiální spokojenosti. Minulý režim nám upíral různé hmotné statky, což mělo dopady na druhou polovinu 90. let, kdy došlo k upřednostňování chťiče

²⁰³ Srov. CRABB, L. *Osobnost člověka*, s. 107-108.

²⁰⁴ ČÁP, J. *Psychologie výchovy a vyučování*, s. 143.

²⁰⁵ Srov. ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 37.

²⁰⁶ KŘÍŽ, P. *Kdo jsem, jaký jsem*, s. 7.

po materiálním zabezpečení. Peníze byly považovány za prostředek k naplnění svých materiálních potřeb. Dnes roste podíl lidí, kteří začínají spíše toužit po tom duchovním.

Lidé si čím dál více uvědomují, že by měly více panovat duchovní věci. Jedná se i o nepsané pravdy, např. být proti krádežím, proti korupci, být si vědom, že existují morální zvyky a určité standardy. Všechny příklady jsou ukotveny v hodnotově normativním řádu společnosti, na který se ještě před několika málo lety příliš neohlíželo. Pokud bychom byli nevšimaví k zlořádům, které dnes přetrvávají, podkopáváme budoucí kvalitu života svého i života našich dětí. Budoucí generace by žily ve společnosti nespokojené.²⁰⁷ Kvalita života není jenom vysoká životní úroveň ve smyslu materiálního standardu, ale také v pojmání lidských vztahů, ve společenské soudržnosti. Mezi lidmi by měla být důvěra a solidní vztahy. Jde o hodnotový normativní základ. Je třeba si uvědomit, že ty podstatné kvality našeho života jsou dobré vztahy mezi sebou. Životní jistoty jako hodnoty společenského jednání a nepsané normy by měly být posilovány, aby se mohla vytvořit společnost sebevědomá.²⁰⁸

Mladí lidé si v současné době více uvědomují, že životní cíle jako dobré zaměstnání, peníze, materiální zajištění či uznání nepřinášejí naplnění jako jejich rodičům. Takové životní cíle se zdají být prázdné. „Typické cíle, které nás lákají, jsou ve skutečnosti umělé a neuspokojující. Neposkytují to, co lidé zoufale potřebují, a sice opravdový význam (smysl života) a opravdové bezpečí (opodstatněný pocit, že mě někdo miluje).“²⁰⁹ Za hlavní cíl je považován zajistit člověku dobrý pocit, štěstí či spokojenost.

„To, jak je člověk spokojen se svým vlastním životem a nakolik prožívá psychickou pohodu ve vztahu k možnostem jeho realizace, je zřejmě značně generalizovaným psychickým fenoménem, který zahrnuje řadu biologických, osobnostních, sociálních a dalších dimenzí.“²¹⁰ Základem dimenze osobnostní je potřeba poznat sám sebe. Při otevření se životu najdeme naše místo a dostaneme tak odpověď na otázku kam patříme. Nutné je vědět, co od života žádám a čeho chci

²⁰⁷ Srov. *Hovory o vztazích. Český rozhlas 6*. HARTL, J. Jaké jsou hodnotové preference české společnosti, s čím vstupuje do roku 2011? [online]. [cit. 2011-02-18]. Dostupné na WWW: <http://www.rozhlas.cz/iradio/cro6?p_gt=1&p_pattern=Jak%E9+jsou+hodnotov%E9+preference+%E8esk%E9+spole%E8nosti%2C+s+%E8%EDm+vstupuje+do+roku+2011%3F+&p_po=1971>

²⁰⁸ Srov. Tamtéž.

²⁰⁹ CRABB, L. *Osobnost člověka*, s. 106.

²¹⁰ MIKŠÍK, O. *Psychika osobnosti v období závažných životních a společenských změn*, s. 209.

dosáhnout. Až poté se o to můžeme snažit. Snaha dospělého jedince se projevuje jeho samostatností a odpovědností za své jednání.²¹¹

Jahodová uvádí šest základních kritérií duševního zdraví, které by každému jedinci měly přinášet celkovou spokojenost s jeho životem.

1. postoj vůči sobě samému – čím objektivněji a realističtěji vidíme sebe sama, svoji minulost, přítomnost a budoucnost (co budu dělat, čeho jsem schopný), tím pevnější je naše duševní zdraví
2. více možností na seberealizaci a uznání od druhých nám přináší lepší duševní zdraví
3. rovnováha naší vědomé, nevědomé a podvědomé úrovně vědomí
4. pokud je naše jednání výsledkem našeho sebepoznání, sebekontroly a rozhodování, roste naše sebedůvěra a jistota
5. správné vnímání našeho prostředí – reálně, objektivně, nezávisle na našich přáních a obavách
6. zvládání našeho prostředí (láskou, asimilací atd.) a schopnost řešit problémy²¹²

Ve všech kritériích je možné spatřovat stabilního jedince ve svém emočním prožívání, reálném pojetí svých schopností a dovedností a optimálním sebehodnocení. Nespokojený a nevyrovnaný člověk se často stává stresorem pro sebe, prožívá citové napětí a nedokáže svůj život prožívat naplno. Něco mu brání dosáhnout stavu radosti a spokojenosti.²¹³

Blatný uvádí, že spokojenost je možné vidět v celkovém měřítku, za což považuje životní spokojenost anebo se jedná o spokojenost ve významných oblastech života a v sebehodnocení. „Životní spokojenost má úzkou souvislost s další kognitivní složkou osobní pohody, spokojeností v subjektivně významných oblastech života. Těmi jsou obvykle rodina, přátelé, zaměstnání, sociální postavení a ekonomický status.“²¹⁴

Každé hodnocení se opírá o kritérium, které obsahuje srovnání aktuálního stavu se stavem očekávaným, předpokládaným či žádaným. Ve vztahu k sebepojetí takový soubor hodnotících kritérií běžně označujeme termínem ideální „já“. V případě životní spokojenosti je možné hovořit o ideální představě vlastního života.²¹⁵

Existují i případy, kdy je jedinec se sebou spokojený, ale není spokojený s vlastním životem, nebo jde o osoby spokojené s vlastním životem a nespokojené se sebou.

²¹¹ Srov. ULRICH, T. *Harmonický rozvoj osobnosti*, s. 30-31.

²¹² Srov. ĎURDIÁK, L. *Psychohygienu mladého člověka*, s. 22.

²¹³ Srov. Tamtéž, s. 21.

²¹⁴ BLATNÝ, M. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*, s. 85.

²¹⁵ Srov. Tamtéž, s. 88.

Uvedená skutečnost může být vysvětlena na dvou základech. První jsou objektivní životní okolnosti: konkrétní životní podmínky jsou dány vnějšími okolnostmi a zásahy a jsou nezávislé na mínění, které si člověk o sobě a o svém životě vytvořil. Druhá podstata spočívá v tom, že sebehodnocení a životní spokojenost jsou spojeny s odlišnými stránkami osobnosti.²¹⁶

Mezi hlavní determinanty osobní pohody většina autorů řadí zdraví, subjektivně prožívané osobní spokojenosti a postavení člověka v sociální hierarchii. Jedná se o sociálně-ekonomický status, který nám přibližuje spokojenost ve významných životních oblastech.²¹⁷

3.3 Problémy sebepojetí dospělého jedince aneb (ne)spokojenost v sociálních rolích

Člověk se stále více snaží porozumět sám sobě. Správné sebepojetí mladého člověka se v současné době stává nadlidským výkonem. Sebepojetí, které je vázané na seberealizaci a optimální sebehodnocení, se spoluutváří pomocí správného uchopení sociální role. Avšak dnes je čím dál více náročné se s nějakou identifikovat. Ztráta společenských opor, proměna hodnot a nestabilní duchovní dimenze neukazují správný směr života. V neznámých situacích se jedinec může orientovat podle svých přání a tužeb, které se střetávají s požadavky a očekáváními druhých lidí. Očekávání, která jsou obsahem role studenta, zaměstnance či partnera, mohou být pocíťována kladně, ale i negativně. Mohou zde docházet rozpory v očekáváních z různých stran. Např. může jít o rozpor „mezi chováním, které od svých dětí očekávají rodiče, a jednáním, které od dospělých očekává společnost“²¹⁸. V průběhu celého života se téměř každý jedinec musí ztotožnit s mnoha rolemi, které jsou dány společností a kulturou a které jedinec přijmout chce. Přijetí role můžeme říci je definitivní. Člověk se nemůže ze své role omluvit či se na ni vymlouvat nebo z ní vycouvat.²¹⁹

²¹⁶ Srov. BLATNÝ, M. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*, s. 90.

²¹⁷ Srov. Tamtéž, s. 23.

²¹⁸ NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*, s. 451.

²¹⁹ MOŽNÝ, I. *Česká společnost*, s. 143.

3.3.1 Profesní role dospělého jedince a její úskalí

Na profesní roli, která se v období mladé dospělosti stává aktuální realitou, je možné nahlížet jako na psychosociální složku člověka. Charakteristické prvky osobnosti i sociální okolí ovlivňují identitu a sebepojetí jedince v roli zaměstnance. Člověk nachází naplnění života v povolání, které je pokládáno za centrální místo seberealizace ve vztahu ke společnosti.²²⁰ Vágnerová uvádí další prvky profese: potřebu sociálního kontaktu na pracovišti, potřebu nových zkušeností, potřebu smyslu života prostřednictvím svého povolání, potřebu samostatnosti a nezávislosti a potřebu otevřené budoucnosti.²²¹

Zaměstnání v naší společnosti bylo po několik let osou identity člověka a to zejména muže. „Z mužova povolání se pak odvozovalo postavení jeho rodin, její zařazení v sociálním prostoru, ale také celý systém legitimních oprávnění.“²²² Ženy se realizovaly skrze chod domácnosti a výchovu svých potomků. Moderní společnost stále pokládá povolání za důležité při utváření identity dospělého jedince, ale privilegované právo muže na práci je minulostí. Avšak z faktu, že ženy vstupují na pracovní trh, vyvozujeme dva důsledky. Odkládání založení rodiny do vyššího věku partnerů a v případě zaměstnané matky, snahu o spojení zaměstnání s domácností a výchovou dětí.²²³

Kdy je obecně vzato člověk připraven na svou pracovní dráhu není možné přesně vydefinovat. Někteří jedinci začínají pracovat po osmnáctém roce svého života a jiní kvůli svému studiu či založení rodiny pracují až ve věku vyšším. Už v období adolescence se dospívající, který ukončil střední vzdělání, musí postavit před volbu mezi pokračujícím studiem na vysoké škole nebo vstupem do zaměstnání. Tlak, který je na adolescenty vyvíjen, pochází spíše ze strany rodičů, kteří mají na své děti různá očekávání.²²⁴

Pokud se bavíme o mladé dospělosti, vyvstává problém při rozhodování o správném povolání. Jedinec si v období mladé dospělosti začíná uvědomovat důležitost výběru svého budoucího zaměstnání. Mezi dvacátým a třicátým rokem se rozhoduje pro povolání, o kterém má představu, že ho bude vykonávat po několik let,

²²⁰ Srov. FURGER, F. *Etika seberealizace, osobních vztahů a politiky*, s. 50.

²²¹ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II., Dospělost a stáří*, s. 49-50.

²²² MOŽNÝ, I. *Česká společnost*, s. 93.

²²³ Srov. VYMĚTAL, J. *Speciální psychoterapie*, s. 58.

²²⁴ Srov. ARNAUTOVÁ, M. *Zkouška dospělosti. Psychologie dnes*, s. 19-20.

ne-li po celý život. I když dnešní společnost nabízí více pracovních možností (a to i v zahraničí), z čehož bychom mohli dojít k výsledku, že lidé dnes nepředpokládají, že budou celý život dělat jen jednu práci,²²⁵ jedinec se především snaží o jistotu a stabilizaci prožívaného života. Na druhou stranu chce něco dokázat, realizovat své schopnosti a dovednosti a prosadit se. Přeje si dosáhnout žádoucí sociální prestiže a určitého životního stylu, který by neomezoval jeho svobodu a nezávislost.²²⁶

Mělo by jít o optimální soulad mezi reálnými schopnostmi a potřebami jedince s možnostmi nebo potřebami společnosti. Sama společnost očekává, že si v těchto letech jedinec práci najde a začne být samostatný a nezávislý.²²⁷

Očištění od „iluzí a pouhých módních trendů, od sebepřeceňování i falešných pocitů méněcennosti“²²⁸ vede k posouzení skutečných motivů. Langmeier vytyčuje čtyři základní motivační prvky pro získání profese:

- a) „Motivace získat vnější hmotný prospěch.“ Jde o motivaci, která umožňuje jedinci získat ekonomickou nezávislost, která by v budoucnu měla zajistit blaho vlastní rodiny.
- b) Motivace „pomáhat lidem“ směřuje ke společenskému užtku, kdy má jedinec potřebu být někomu prospěšný.
- c) V motivaci „uskutečnit v povolání své osobní dispozice“ můžeme spatřovat prvek realizace jedince.
- d) „Motivace najít přátelské kontakty.“ Dospělý člověk je schopen kooperovat se svými kolegy a tolerovat jejich názory.²²⁹

Shrnutím těchto motivačních prvků se vyobrazují charakteristické aspekty profesní role. Význam stabilního povolání se projevuje v ekonomické nezávislosti, v zajištění určitého sociálního statusu a osobním ohodnocením. Abychom dosáhli těchto projevů, musíme klást důraz na dosažené vzdělání. Získáním určitého vzdělání utváříme naše hodnotové orientace a životní styl.²³⁰ Po ukončení studia má jedinec představy o svém vysněném zaměstnání. Může se stát, že člověk přecenní své schopnosti a bude se snažit o dosažení svého ideálního povolání. V případě, že se mu ho podaří získat, jedná se o pozitivní událost, která zvyšuje sebedůvěru. Jestliže dojde k mnohočetnému

²²⁵ Srov. GIDDENS, A. *Sociologie*, s. 56.

²²⁶ Srov. Tamtéž.

²²⁷ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 48-49.

²²⁸ FURGER, F. *Etika seberealizace, osobních vztahů a politiky*, s. 51.

²²⁹ LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, s. 165.

²³⁰ Srov. ŠAFR, J.; HAUBERER, J. *Subjektivní sociální distance k profesím* [online]. [cit. 2011-01-28]. Dostupné na WWW: <http://www.cvvm.cas.cz/upl/nase_spolecnost/100083s_Profese.pdf>.

neúspěchu, jedinec ztrácí svou motivaci. Nesežene-li chtěné zaměstnání, může stagnovat a izolovat se od okolí.

Při vstupu do zaměstnání se člověk potýká s několika základními změnami. Dochází ke změně ve vnímání svého postavení a své hodnoty, ke změně pozice ve skupině. Mladý pracovník je na začátku své profesní činnosti optimistický, pružný, odolný vůči stresu, ale také sebejistý a soutěživý. Z vyšší sebedůvěry mohou pramenit snahy o vyniknutí, což může dát impuls pro vznik problémů na pracovišti.²³¹ V případě, že je pracoviště problematické již při vstupu pracovního nováčka (nedodržení pracovních podmínek, nemožnost seberealizace, nátlak na lepší výkon), jeho sebedůvěra se snižuje a jeho ideály se neuskutečňují. Vágnerová nazývá profesní start tzv. šokem z reality. Ne vždy se naplní touhy o zajímavé práci s vysokým platem. Získáním zkušeností, většinou v prvním zaměstnání, se pohled na chtěnou profesi stává realističtější.²³²

Podle Farkové adaptační proces trvá přibližně tři roky, kdy jedinec přistoupí na dané cíle organizace a dokáže tak splňovat její očekávání. Je zralý pracovat s nadřízenými i podřízenými lidmi.²³³ Na druhou stranu jedinec může žádat o splnění požadavků od organizace, která by mu měla poskytnout spoluodpovědnou účast na rozhodování, dobré pracovní prostředí a možnost týmové práce. Zaručení takových pracovních podmínek by člověka nemělo směřovat ke stálému zvyšování výkonu a spotřeby, ale k hodnotovému postoji k práci.²³⁴

Následně se jedinec musí přizpůsobit pravidelné pracovní době na úkor volného času. Získání práce dále přináší finanční zajištění jedince, což ho vede k osamostatnění se. Jedinec se snaží o vytvoření určitého ekonomického zázemí. Přejít ze studií do zaměstnání je pro mladého člověka startem pro ostatní životní události. Pokud je jedinec finančně zaopatřený, může navázat na další možné životní cíle, např. koupit či pronajmout byt, být schopen vést chod vlastní domácnosti a začít trvalý vztah s partnerem či založit rodinu.²³⁵ Z toho můžeme usoudit, že prioritou pro jedince je v současné době nalezení zaměstnání a s tím spojená finanční nezávislost na rodičích nebo soběstačnost.²³⁶

²³¹ ŘÍČAN, P. *Cesta životem*, s. 254-255.

²³² Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 54.

²³³ Srov. Tamtéž, s. 11.

²³⁴ Srov. FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*, s. 50-51.

²³⁵ Srov. HAVLÍKOVÁ, J. *Přejít do dospělosti dlouhodobě nezaměstnaných absolventů učebních oborů z Brna a okolí. Sociologický časopis*, s. 77.

²³⁶ Srov. HAMANN, B. *Svět dnešních mladých. Teologické texty*, s. 135.

Giddens poukazuje na pozitivní stránky práce, které člověku napomáhají k psychické pohodě. Za peníze, které obdrží zaměstnanec jako svou mzdu, si člověk může zajistit materiální zázemí. Změna prostředí (z domova do práce) a používání svých schopností a dovedností vede jedince k jeho seberealizaci. Člověk se ve svém zaměstnání setkává s novými lidmi, takže se stává členem pracovního kolektivu. Zaměstnání člověku napovídá, že někam patří a ztuzuje jeho sebehodnocení v roli zaměstnance.²³⁷ Podobně na profesní roli nahlíží i Farková, která hovoří o faktorech ovlivňující pracovní spokojenost. Zahrnuje do nich platové ohodnocení, druh a charakter práce a zpětnou vazbu o výsledcích a kvalitě práce. „Pracovní spokojenost je jedním z poměrně stabilnějších faktorů osobnosti (některé výzkumy ukazují, že tendence „být spokojen se svým životem obecně“ je spojena významněji s některými osobnostními rysy).“²³⁸ Možný uvádí, že podíl spokojených lidí stoupá se vzděláním a věkem. Dále uvádí výsledky z výzkumu o spokojenosti v práci, které ukazují, že „čtyři z pěti ekonomicky aktivních lidí v České republice jsou ve své práci spokojeni“.²³⁹

Současná situace společnosti a její vliv na dospělého jedince nedisponuje možnostmi harmonie soukromého života a zaměstnání. „Pracoviště a pracovní doba tvoří vlastní, od ostatních složek života velmi snadno odlišitelnou dimenzi se svými zákonitostmi, jíž se člověk nuceně podřizuje a jež se nachází vůči vlastnímu životu a jeho úkolům v napětí, které zatěžuje obě strany.“²⁴⁰ Práce by měla být brána především jako prostor pro svou realizaci, ale to neznamená, že by v ní měl člověk trávit většinu svého času.²⁴¹ Pokud by byla považována za jedinou životní oblast, která by sama udávala smysl života, může při ztrátě zaměstnání dojít k existenciálním problémům.²⁴²

„Člověka nutí právě potřeba orientace ve světě práce k rozhodnutím patřícím mezi ty nejrizikovější. Následky nezdařené volby mohou ohrozit jeho základní společenské zařazení a stále se ještě dotýkají jeho identity.“²⁴³ Výzkum obsahující názory o zaměstnání z pohledu mladých lidí vykazuje vysoká procenta v odpovědích, jako chci být úspěšný, zaměstnání mi dává smysl života a raději bych byl v práci nespokojený,

²³⁷ Srov. GIDDENS, A. *Sociologie*, s. 308.

²³⁸ FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*, s. 55.

²³⁹ Srov. MOŽNÝ, I. *Česká společnost*, s. 100.

²⁴⁰ FURGER, F. *Etika seberealizace, osobních vztahů a politiky*, s. 52.

²⁴¹ Srov. FURGER, F. *Etika seberealizace, osobních vztahů a politiky*, s. 52.

²⁴² Srov. Tamtéž, s. 52-53.

²⁴³ MOŽNÝ, I. *Česká společnost*, s. 96.

než abych byl nezaměstnaný.²⁴⁴ Z těchto výsledků usuzujeme, že získání práce je v české společnosti považováno za prioritní.

3.3.2 Volný čas u dospělých

Proměny hodnot týkající se práce se odrážejí v současném pojetí volného času u mladých dospělých. Pracovní styl života, který je provázen určitou disciplínou, dodržováním určitých pravidel a důležitostí píce, je doplňován volným časem. Znak upřesňující „čas pro sebe“ jsou pohoda, družnost, seberealizace a smysluplné jednání. Práce i volný čas „v sobě zahrnují stěžejní kvality života: šanci naučit se něčemu novému, zajímavému a v budoucnu využitelnému.“²⁴⁵

Současná společnost orientovaná na konzumní životní styl upřednostňuje práci před zábavou. Lidé očekávají, že pomocí nakupování zboží a využívání služeb budou šťastnější. Za oponou tohoto spotřebního chování se však schovává selhání člověka a různá zklamání během všedního dne. Soukromé prostředí, rodina a volný čas jsou prostory, které jedinci umožňují uplatnit své životní zájmy. V obou těchto sektorech se jedinec seberealizuje a hledá své životní hodnoty. Lidé, kteří hledí pouze na svou výkonnost, zapomínají na čas, kdy se mohou věnovat sami sobě a rozhodovat se podle svých přání. „Doba skutečného volna poslouží jedinci k řádnému odpočinku, k převzetí sociální odpovědnosti, k rozvoji zásobárny osobních sil a rejstříku schopností, opomíjených v průběhu pracovního procesu.“²⁴⁶

Volný čas lze považovat za určitou hodnotu, která zaujímá v životě člověka podstatné místo. Volný čas u dospělých má svá specifika. Adolescenti i mladí dospělí si v dnešní době užívají svého nezávislého a svobodného života. Přijmutí odpovědnosti za své jednání odsouvají do období „až budou dospělí“. Po ukončení studia sice nastupují do zaměstnání, kde je povinnost „denním chlebem“, např. pravidelná pracovní doba, dochvilnost, splnění nastavených úkolů a spolupráce s lidmi, ale pravidelný příjem peněz jim také dovoluje využívat nové možnosti. Člověk by měl upustit od pracovních povinností aspoň v „čase pro sebe“ a problémy z práce nechat za dveřmi svého domova.²⁴⁷

²⁴⁴ Srov. QUESNELL, M. D. *Co si myslíme, čemu věříme a kdo jsme*, s. 56-57.

²⁴⁵ VÁŽANSKÝ, M. *Otázky dospělých a využívání jejich volného času*, s. 12.

²⁴⁶ Tamtéž, s. 13.

²⁴⁷ Srov. ČERVENÝ, A. *Volný čas dospělých*, s. 76.

Člověk si v současné době může vybírat ze široké škály volnočasových aktivit. Svůj „nepracovní“ čas může vyplňovat sportem, hrou anebo návštěvou fitness centra. Přesto ho často tráví nicneděláním. Nakupování, dívání se na televizi, chatování na internetu se nepovažuje za smysluplně strávený volný čas.²⁴⁸

Pracující jedinec, který přijde domu, se cítí unavený, neuspokojený, často i zbytečný nebo využívaný. V době chaosu a proměn životních cílů lidé preferují svou práci, aby si mohli dovolit určitý životní standard, kvůli kterému jsou schopni obětovat i to málo volného času, který jim zbývá.²⁴⁹

3.3.3 Partnerská role a manželství

V této kapitole nejde o demografické chování nebo o zesílené alternativní soužití. Jedná se zde o prožívání, očekávání a volbu pro partnerský či manželský vztah, což nám ukazuje směr sebepojetí dospělého člověka, ale i jeho problémy.

Manželství jako instituce muže a ženy je dnes často diskutovaným tématem. Vyskytují se otázky ohledně manželství jako překonané instituce. Těmto otázkám nahrává i demografická situace, kdy procenta sňatečnosti každým rokem klesají. Přesto uzavření manželství, jak již bylo výše zmíněno, je i dnes pokládáno za určitý rituál, který je společností vyžadován. Jde o novou roli partnera/ky, manžela nebo manželky.²⁵⁰

Nejlépe představuje manželství Říčan, kdy uvádí, že „vstupem do manželství si mladý dospělý vytváří prostor, v němž se bude odehrávat velká část jeho života, v němž bude plnit své životní úkoly, v němž bude pracovat na milostné intimitě, kde bude mít domov a rozvine velké téma rodičovství...“²⁵¹ Manželství jako instituce ovlivňuje motivaci partnerů ke společnému životu, určuje jejich potřeby a vytváří postoje jak vůči sobě, tak i vůči okolí. Je to svobodné rozhodnutí dvou rovnocenných partnerů. Samotné označení ženatý nebo vdaná je určující pro život ve společnosti. Uzavřením manželství se mění preference hodnot obou partnerů.²⁵²

Důležitým pojmem ve výše uvedené charakteristice manželství je intimita, o které bylo zmíněno v kapitole věnující se charakteristice mladé dospělosti. Říčan a Farková řadí

²⁴⁸ Srov. ČERVENÝ, A. *Volný čas dospělých*, s. 77-80.

²⁴⁹ Srov. Tamtéž.

²⁵⁰ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 88.

²⁵¹ ŘÍČAN, P. *Cesta životem*, s. 264-265.

²⁵² Srov. CIBULEC, J. *Láska, partnerství a manželství*, s. 115.

mezi její atributy něhu, sebeotevření, důvěru bez výhrad, úctu a respekt, pravdivost poznání, pravdivost v emocích, humor, budoucnost a výlučnost, které udávají vztah pouze dvou partnerů.²⁵³ Jde o potřeby jedince ve vztahu, které můžeme považovat za motivační prvky pro uzavření sňatku. Podle Eriksonovy teorie je nutnou podmínkou pro dosažení intimity vytvořená pevná identita z období adolescence. „Aby člověk mohl vstoupit do tak intenzivní, hluboké a rozsáhlé vzájemnosti, musí si být jist sám sebou, musí mít bezpečný pocit a vědomí identity.“²⁵⁴ Sebepojetí v období mladé dospělosti můžeme shrnout: „Jsem to, co miluji.“²⁵⁵ Jsou také lidé, kteří takové dospělosti nedosáhnou. V tomto období je protipólem izolace, která může nastat tehdy, pokud se jedinec natolik obává nového vztahu a ztráty volnosti, že dojde k jeho osamocení. Nebezpečím je, „že jedinec zakouší intimní, soupeřivé a bojovné vztahy zároveň s jistými osobami i proti nim.“²⁵⁶ Intimní láska je nahrazena spěchem, prestiží a honbou za majetkem. Člověk si užívá volnosti na úkor trvalého partnerského vztahu.²⁵⁷

V oblasti partnerství jedinec požaduje vlastní soukromí, do něhož si nenechá zasahovat.²⁵⁸ Člověk se snaží o zachování si určité svobody a intimity v privátní sféře. Jiný úhel pohledu na manželství ukazuje na společenský tlak (rodina, přátelé), když se partneři blíží ke třicátému roku života. Pro většinu lidí (spíše starší generace) bylo manželství prověřenou institucí, kde si jedinec mohl zorganizovat svůj život a kde měl založit rodinu. Takový nátlak na dnešní mladé dnes pomalu ustupuje. Uzavření manželství není již nutnou podmínkou pro povinnost zplodit potomstvo, nebo to není tak naléhavé jako dříve.²⁵⁹ Ve výzkumu o manželství svobodní muži i ženy ve věku 15-29 let často odpovídají, že do svazku manželského vstoupí někdy v budoucnu. S nárůstem věku lidé přeměňují své plány se závěrem, že manželský svazek není třeba uzavírat vůbec. Za jednu z mnoha příčin neuzavření svazku můžeme pokládat jejich již „zajetý“ životní styl, který jim vyhovuje a nechtějí ho již měnit.²⁶⁰

Pokud budeme považovat manželství za jeden ze znaků dospělosti, musíme brát na zřetel odkládání sňatku do vyššího věku. Prodlužující se doba adolescence a pozdější

²⁵³ Srov. FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*, s. 73-74.

²⁵⁴ ŘÍČAN, P. *Cesta životem*, s. 262.

²⁵⁵ ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 303.

²⁵⁶ ERIKSON, E. *Dětství a společnost*, s. 237-240.

²⁵⁷ Srov. ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*, s. 303.

²⁵⁸ Srov. FURGER, F. *Etika seberealizace, osobních vztahů a politiky*, s. 68.

²⁵⁹ Srov. ŘÍČAN, P. *Cesta životem*, s. 266.

²⁶⁰ Srov. DIMITROVÁ, M. Manželství a jeho význam v pojetí české veřejnosti. *Naše společnost* [online]. 2007, č. 2 [cit. 2011-01-12]. Dostupné na WWW: <http://www.cvvm.cas.cz/index.php?lang=0&disp=nase_spolecnost&r=1&offset=113&shw=100074>.

vstup do dospělosti může mít pro uzavření manželství i kladnou stránku. Vyzrálост osobnosti napomáhá k lepší přípravě na takové soužití a pochopení důležitých prvků manželství. Obětování se pro druhého, respekt, tolerance a snaha pečovat o manželský vztah znamená přijetí společensky vymezeného životního stylu dospělosti.²⁶¹

Závislost na rodičích nebo plachost v období adolescence nenapovídá, že by jedinec byl připraven na sňatek. Stejně tak dospělý člověk, který je zahleděný sám do sebe a neuvědomuje si, že partner má také určité potřeby, na které je nutné brát ohledy, není připraven k uzavření manželství.

Člověk se musí naučit tolerovat potřeby druhého a naučit se k nim přizpůsobovat ty své. „Novomanželé někdy podléhají iluzi, že mohou zůstat středem pozornosti svého partnera navždy.“²⁶² Avšak stanovení hranic, které by nechaly potřebný prostor k další realizaci, je nutnou podmínkou pro spokojenost v manželském svazku.

Jako tomu bylo v oblasti profesní, i v partnerství je možné najít vzniklé problémy při volbě a adaptaci. Volba partnera je možná v dnešní době přeceňována, ale mladí lidé očekávají, že když potkají toho pravého nebo tu pravou, budou šťastní až do konce života.

Očekávání partnera se mohou potýkat s negativními dopady. „Obecně platí, že čím je větší rozpor mezi skutečností a očekáváním, tím menší bude spokojenost s tímto manželstvím.“²⁶³ Podle manželů Kratochvílových, které cituje Matoušek, je očekáváním ženy, že si s ní bude muž povídat a naslouchat jí. Chce od muže duševní porozumění. Přeje si, aby muž dokázal reagovat na její potřeby a uspokojoval je. Čeká trvalé důkazy lásky. Muž naopak nechce být obtěžován těžkostmi rodiny. Čeká, že žena povede domácnost. Touží, aby mu žena vyjadřovala neustálý obdiv. Muži touží po podpoře v jejich náročném a zodpovědném zaměstnání.²⁶⁴ V případě, že ani jeden z partnerů neměl možnost inspirovat se rodinnými vzory např. od rodičů či ze sociálního prostředí, můžou být původní očekávání rozdílná. Jeden z partnerů přichází s jinými předpoklady než ten druhý. Vysoká očekávání, že své soužití založí na dohodě, která bude postavena jen na vzájemné důvěře, nelze splnit.²⁶⁵ Mladí lidé nemají příliš informací o chodu manželství, které by mohly jejich ideály a očekávání redukovat.

²⁶¹ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 88.

²⁶² VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 95.

²⁶³ Tamtéž, s. 92.

²⁶⁴ Srov. MATOUŠEK, O. *Rodina jako instituce a vztahová síť*, s. 176-177.

²⁶⁵ Srov. MUSIL, L.; ŠRAJER, J. *Změny sociálního prostředí a životní úkoly rodiny*, s. 138.

Problémem může být i pojetí partnera. Pokud je jeho osobnost příliš idealizovaná, to znamená, že dochází k rozporu mezi reálnými vlastnostmi a tím, co se od něj očekává, může postupně docházet ke konfliktům. Podobně je to i se změnou hodnocení svého partnera. Počáteční zamilovanost vyprchá, a jestliže je vztah málo uspokojivý, mohou se přeceňovat negativní zkušenosti s partnerem.²⁶⁶

Věrnost, láska a odpovědnost za druhého jsou pro dnešní mladé příliš abstraktní hodnoty k tomu, aby je mohli realizovat. Dnes se přiklání spíše k postmaterialistickým hodnotám, které kladou důraz na kvalitu života jedince. Jestliže se jedná o předčasně uzavřené manželství, mladí dospělí se snaží vyhnout závazkům. Obecně můžeme říci, že míra spokojenosti v manželství klesá.²⁶⁷

Dnešní doba nabízí spoustu jiných možností soužití než je manželství. Dobrodružství, kterých se jedinec nechce vzdát, se projevují v oblasti partnerství na úrovni erotického a sexuálního prožívání.²⁶⁸

Alternativní styly soužití se pro mladé stávají přitažlivějšími. Podporu mimomanželského vztahu můžeme vidět i v médiích a reklamách. Mladí dospělí si pak myslí, že manželství již není tak důležité a že je správné žít tzv. na hromádce. Normálnost nesezdaných soužití přináší nový pohled na manželství. Reklamní spoty jsou cílené, prezentované chování působící jako „zkratka“ pro pochopení toho, co chce reklama divákům sdělit. Pokud má člověk dojem, že standard nabízený reklamou nesplňuje, mohou vznikat pocity méněcennosti a vyřazenosti ze společnosti.

3.3.4 Role rodiče a rodičovství

Přijetí rodičovské role je jistě důkazem dosažení dospělosti. „Zplození dítěte a péče o ně jsou jedním z hlavních životních témat.“²⁶⁹ Člověk během svého života získává různé sociální role. Ať je to role studenta, profesní, role manžela či manželky, tak i role rodičovská je podstatnou součástí identity dospělého člověka, obzvláště ženy jako matky. Hovoříme o roli, která je biologicky podmíněná a má svou psychosociální hodnotu.²⁷⁰ Od jiných rolí v období dospělosti se odlišuje několika charakteristickými prvky. Role rodiče by měla být rolí nadřazenou a není vratná. Člověk nemůže přestat

²⁶⁶ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 100.

²⁶⁷ Srov. Tamtéž, s. 90-92, 105.

²⁶⁸ Srov. ŘÍČAN, P. *Cesta životem*, s. 268-269.

²⁶⁹ Tamtéž, s. 280.

²⁷⁰ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II., Dospělost a stáří*, s. 108.

být rodičem. „Dítě člověka poutá specifickou a nezrušitelnou vazbou k partnerovi, druhému rodiči, protože je jejich společným potomkem.“²⁷¹ Poslední znak rodičovské role zahrnuje nutnou změnu v životním stylu.

„Představy o rodičovství mladých bezdětných lidí do 30 let jsou často nevyhraněné, nekonzistentní a protichůdné. Mladí lidé nemají vždy dost informací a zkušeností, aby dokázali odhadnout, jakým způsobem ovlivní narození dítěte jejich další život.“²⁷² Společnost se v průběhu času proměňovala a s ní se měnily i její očekávání vůči rodině. Dříve byly funkce rodiny jasně dané. Obecně uznávané vzory rodinného života modernizací společnosti buď zanikly (Zeman) nebo se jich pomocí médií vytvořilo tolik (Machula), že člověk neví, jakým vzorem by splnil očekávání sociálního prostředí. V takové situaci si člověk může vytvořit postoj lhostejnosti k takové pluralitě vzorů rodiny.²⁷³

Motivace k rodičovství mohou být ovlivňovány jak společenským tlakem (vnější faktory), tak i subjektivní připraveností jedince (vnitřní faktory). Vágnerová uvádí, že mít dítě se dá považovat za sociální normu, která jedinci napomáhá ke zvýšení sociální prestiže. Přesto představuje situaci o rodičovství v dnešní společnosti, kdy jedinec klade důraz na individuální potřeby na úkor založení rodiny. Důvody shledává ve dvou základních bodech. Za prvé jde o dnešní demografické chování, které upozorňuje na vysokou rozvodovost. Děti nemají vzor matky a otce v jedné domácnosti. Otázkou je, zda se rozhodnou neopakovat chyby rodičů a svůj vztah s partnerem „opečovávat“ nebo se rozhodnou nemít děti vůbec.²⁷⁴ Druhým důvodem je otázka konzumu. Dnes se mladí dospělí odvolávají na otázky ohledně cestování, bydlení a materiálního zajištění rodinného života. Nejprve jde o zabezpečení sebe a až poté se zaměřují na manželství či rodinu.²⁷⁵ Dnešní člověk, zaměřen na své štěstí a blahobyt, se může domnívat, že dítě může snížit kvalitu jeho života.²⁷⁶

Za pravdivé tvrzení můžeme pokládat, že v období mladé dospělosti je kladen důraz na reprodukční složku. Proměnou kultury a civilizace se mění i chápání sexuality. I když se biologické základy lidské sexuality nemění, pojetí reprodukce ano. „Stále více partnerských párů opouští tradiční model utváření rodiny, pro který byly charakteristické tyto sekvence: zamilovanost – stabilní vztah – manželství – společný

²⁷¹ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II., Dospělost a stáří*, s. 109.

²⁷² VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II., Dospělost a stáří*, s. 113.

²⁷³ Srov. MUSIL, L.; ŠRAJER, J. *Změny sociálního prostředí a životní úkoly rodiny*, s. 139.

²⁷⁴ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II., Dospělost a stáří*, s. 109-110.

²⁷⁵ Srov. KURIC, J. *Ontogenetická psychologie*, s. 134.

²⁷⁶ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II., Dospělost a stáří*, s. 114.

život s pravidelným sexem – děti. Uzavření sňatku přestalo být nutnou podmínkou jak pro pravidelný sexuální život, tak i pro plození dětí.“²⁷⁷ Základním prvkem sexuality člověka je dnes „potřeba navazovat vztahy a erotická fascinace objektem – zamilovávání se.“²⁷⁸

Mezi členy rodiny existují silné citové vazby. Člověk zakládající rodinu prochází psychosociálním uspokojením. Láska mezi manželi nebo partnery se proměňuje v lásku rodičovskou. Dítě do vztahu manželů či partnerů přináší určitý emoční a sociální zisk. Na druhou stranu dochází k porušení rovnovážné lásky mezi manžely či partnery, což je pro ně problematické a náročné. Dále nastávají nové povinnosti, omezení a dochází ke ztrátě relativní volnosti. Ten, kdo se rozhodne mít děti, musí být připraven se něčeho vzdát, něco obětovat. Musí být schopen zajistit přiměřené živobytí, vychovávat své potomky a umožnit jim vzdělání. Rodičovství je tedy podmiňováno ukončením vzdělání a získáním určitého ekonomického zázemí. Proto je nutné přihlížet k sociálním a ekonomickým podmínkám rodičů. Všechny zmíněné atributy se odrážejí v zodpovědnosti jedince. Jde o rozhodnutí, které není řízeno libovůlí či úzkostlivostí. O založení rodiny rozhodují oba manželé či partneři, kteří ponesou za dítě společnou odpovědnost a budou apelovat na dobro celé rodiny.²⁷⁹ Obecně můžeme říct, že rodičovství představuje velké životní cíle, které přináší spokojenost, ale také životní zátěž.

Mezi vnitřní faktory je řazena potřeba reprodukce, ale také osobní zralost budoucích rodičů. Jde o existenci rodu a pokračování sám sebe ve svých potomcích. Jde tedy i o položku psychologickou. Jedinec potřebuje citové vazby a seberealizovat se. Dítě může „přispívat k pocitu naplnění života a potvrzení vlastní hodnoty“²⁸⁰. Stává se smyslem existence. Přílišné lpění na dítěti, které dříve nebo později odejde z domova, přináší pocity prázdnoty. Na druhou stranu může být seberealizace rodiče dítětem křížena, především v oblasti profese a to zejména u žen.²⁸¹

Založení rodiny je pro dospělého jedince situace, která vyžaduje oboustrannou pomoc partnerů. Přesto existují rozdíly v pojetí rodičovství u žen a mužů. Žena, která se stává matkou, přestává chodit do zaměstnání, přestává vydělávat peníze a tím se minimalizují kontakty s kolegy či lidmi z okolí. Z toho můžeme určit, že žena

²⁷⁷ MACEK, P. *Adolescence*, s. 124-125.

²⁷⁸ ZVĚŘINA, J. I sex podléhá novým trendům. *Psychologie dnes*, s. 6-9.

²⁷⁹ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II., Dospělost a stáří*, s. 108-109.

²⁸⁰ Tamtéž, s. 111.

²⁸¹ Srov. Tamtéž.

se v tomto období stává citlivější a tím zranitelnější a je více závislá na svém partnerovi či manželovi. Na druhou stranu se muž musí podřídit potřebám matky a dítěte.²⁸²

Očekávání vůči rodině závisí také na interakci uvnitř rodiny. Rodina je ovlivňována vztahy partnerů – manželů, kde může docházet k napětí mezi tím, co očekává manžel a co manželka u sebe navzájem. Do očekávání jsou zahrnuté schopnosti dítěte plnit očekávání rodičů anebo schopnosti rodičů naplnit očekávání dítěte. I v tomto prostředí můžou vznikat rozpory mezi tím, co člověk chce a realitou. Očekávání mohou být nadsazena natolik, že se jedinec v roli rodiče necítí dobře a nastane chronické prohlubování problémů, které vyústí až ke kontaktu s odbornou pomocí. Komplexní pohled je možné shrnout v očekávání sociálního prostředí vůči rodině. Sociální pracovník by tak měl podporovat rodinu ve zvládání těchto očekávání a v nově vytvořené sociální roli rodiče.²⁸³

Stresující událost v manželství a rodině je rozkol nebo rozvod. V demografickém chování populace je evidentní nárůst rozvodů v posledních deseti letech. Otázkou je, proč se tomu tak děje. Dříve s manželstvím související předávání majetku a statusu z generace na generaci a závislost ženy na muži pro ekonomické zajištění rodiny je nahrazováno možností volného partnerství a emancipací žen. Dnes už rozvod nepředstavuje sociální stigma. Snadný průběh rozvodu přináší neochotu pracovat na hodnotném a smysluplném partnerství. Další faktor pro rostoucí počet rozvodů je „hodnocení manželství podle míry osobního uspokojení, které jedinci poskytuje“²⁸⁴. Na druhou stranu se téměř každý jedinec vyskytuje v úzkostné situaci, když se pro rozvod rozhodne a když jím prochází. V těchto případech se obrací na profesionální pomoc pro obnovení duševní pohody.

3.4 Důsledky problémů sebepojetí mladého dospělého člověka

Období mladé dospělosti je v mnohém ještě „doba hledání, chyb a omylů, v níž zbývá ještě leccos dětinského, nedořešeného předchozím vývojem“²⁸⁵. Člověk se ohlíží na to, čeho už dosáhnul a srovnává to s tím, čeho dosáhnout chce nebo by měl. Je-li rozpor mezi „chci být“ nebo „má být“ a tím, co „je“ značný, často bývá zdrojem intenzivní

²⁸² Srov. FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*, s. 76.

²⁸³ Srov. MUSIL, L.; ŠRAJER, J. *Dimenze životní situace rodiny*, s. 11-12.

²⁸⁴ GIDDENS, A. *Sociologie*, s. 165.

²⁸⁵ LANGMEIER, J.; MATĚJČEK, Z. *Člověk známý neznámý*, s. 92.

úzkosti. Člověk v současné společnosti má problémy s označením, kdo je nebo jaký je. Může se buď přizpůsobovat tomu, co chtějí druzí nebo se může podřizovat a dělat to, co druzí chtějí od něho, aby dělal. Což může vést k neuspokojování vlastních potřeb a vzniku stresových situací.²⁸⁶

Stres může způsobovat hodně situací. V této práci jsou uvedeny jen takové stresové faktory, které se vztahují k období mladé dospělosti. Můžeme je nalézt na všech životních cestách: 1. zahájení pracovní kariéry 2. ukončení vyššího vzdělání 3. osamostatnění (ekonomické, sociální) 4. intimní vztahy s opačným pohlavím, zasnoubení, manželství, svatba (soužití s partnerem) 5. plánování rodiny 6. narození dítěte 7. problémy s dětmi 8. profesionální růst 9. nezaměstnanost 10. rozvod.²⁸⁷ Dále nemohou ujít naší pozornosti určité sociální skupiny, na které je kladena větší zátěž a nároky. Jsou to např. zaměstnané ženy, které se snaží věnovat své profesi i domácnosti. Pokud tyto nároky trvají delší dobu, dochází k přetížení. Člověk se tak dostává do náročných životních situací, které se projevují stresem a frustrací.²⁸⁸

Za stres je pokládán nevyvážený stav mezi tím jak vnímáme skutečnost a představami na základě našich zkušeností a očekávání. Domníváme se, že je situace nezvládnutelná a dochází k emoční a poznávací nejistotě.²⁸⁹ Podstatným prvkem je subjektivní hodnocení a prožívání zátěží. Stres někoho může motivovat k lepším výkonům, k jeho lepšímu seberozvoji a sebehodnocení. U jiných vyvolává negativní reakce a může mít nezdravé důsledky.²⁹⁰

Podstatným prvkem je adaptační schopnost. Pokud se jedinec dobře adaptuje na nově přijatou roli, další vývoj by měl probíhat bez problémů. V případě, že jde o vnější události, které by měli změnit pohled na život, jedná se o události vymykající se „běžné životní zkušenosti a svou intenzitou překročí adaptační hranice člověka.“²⁹¹ Může se jednat o rozdíl mezi představami dospělého a požadavky z jeho prostředí. Při nezdařeném přijetí role, při neochotě řešit vzniklé nebo se prohlubující problémy nebo při příliš vysokých očekáváních a jejich nesplnění či při nespokojenosti v konkrétní roli, se může stát, že se jedinec ocitne v takových podmínkách života, které navozují stres, úzkostné stavy či obavy z budoucnosti.²⁹² Jestliže adaptační hranice

²⁸⁶ Srov. ULRICH, T. *Harmonický rozvoj osobnosti*, s. 15.

²⁸⁷ Srov. ĎURDIÁK, L. *Psychohygienu mladého člověka*, s. 17-18.

²⁸⁸ Srov. VACÍNOVÁ, M.; TRPÍŠOVÁ, D.; FARKOVÁ, M. *Psychologie*, s. 133.

²⁸⁹ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*, s. 347.

²⁹⁰ Srov. QUESNELL, M. D. *Co si myslíme, čemu věříme a kdo jsme*, s. 129.

²⁹¹ BLATNÝ, M. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*, s. 89.

²⁹² Srov. VYMĚTAL, J. *Speciální psychoterapie*, 57-60.

překročí svou mez, nejvhodnější je se obrátit na odbornou pomoc v rámci psychoterapie.²⁹³

Příčiny špatné adaptace můžeme vidět v temperamentu či charakteru osobnosti nebo v příliš vysokých požadavcích ze strany společnosti. Všichni mají tendence svět optimalizovat, vylepšovat své osobní podmínky, cítit se co nejlépe, být co nejvýkonnější a co nejintenzivněji prožívat. O to více dochází k případům, které jedinec není schopen zvládnout sám. Jedinec, který není reálně a pravdivě smířen sám se sebou, od sebe očekává více, než je schopen splnit. Při přeceňování své hodnoty a osobních limitů se jedinec častěji dostává do stresových situací.²⁹⁴ Mladý dospělý člověk, který nastupuje do zaměstnání, je optimistický, aktivní a plný nadějí. Pokud mu pracoviště nenabízí takové pracovní podmínky, které si představoval, postupem času se stává pasivní, pesimistický a nespokojený.

Tento příklad je možné aplikovat i na potřebu seberealizace, která zde není uspokojena. Nový pracovník chce být prospěšný, chce se aktivně podílet na rozhodování a zařadit se do týmu kolegů. Nadřazený mu však takovou možnost neposkytuje a jeho potřeba realizace je blokována překážkou. Osobní neúspěch může způsobit narušení psychické rovnováhy a velmi silně ohrožuje vědomí vlastní hodnoty (např. negativní reakce, nedůvěra a nedocnění sociálního okolí).²⁹⁵

Přechod z adolescence do dospělosti je spojen i se změnou požadavků. Společnost se vyznačuje liberální výchovou, ale na druhou stranu u dospělého člověka se tato tolerance snižuje a čeká od něho více odpovědnosti.²⁹⁶ Jestliže si partneři založí rodinu, očekává se, že dříve nebo později uzavřou manželství a své dítě budou vychovávat ve vlastním bytě či domě. Na druhou stranu mladí dospělí nemusí být ekonomicky zabezpečení natolik, aby požadavky mohli splnit. Jindy se může stát, že partneři sňatek neuzavírají dobrovolně. To přináší napětí mezi partnery a jejich sociálním prostředím.²⁹⁷

„Člověk se musí nejdříve postupně učit být sám sebou, být sám za sebe odpovědný, žít z vlastních dějin a směřovat do budoucnosti.“²⁹⁸ Dospělost je období, kdy si člověk nejlépe uvědomuje sám sebe a je nejvíce odpovědný za své skutky.²⁹⁹ Pokud je dnes

²⁹³ Srov. BLATNÝ, M. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*, s. 89.

²⁹⁴ Srov. ĎURDIK, L. *Psychohygienu mladého člověka*, s. 17-18.

²⁹⁵ Srov. ŘEZÁČ, J. *Sociální psychologie*, s. 136.

²⁹⁶ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 29.

²⁹⁷ Srov. HAMANN, B. *Svět dnešních mladých. Teologické texty*, s. 135.

²⁹⁸ ROTTER, H. *Osoba a etika*, s. 31-32.

²⁹⁹ Srov. Tamtéž, s. 32.

odpovědnost přesouvána do vyššího věku, odehrává se v jedincově životě mnoho událostí naráz. Je pravdou, že ve vyšším věku je dospělý zralý a zkušenější. Má více času na získání zkušeností, které se mohou projevit i v odpovědnějším výběru povolání či partnera. Na druhou stranu se v několika málo letech musí osamostatnit, rozhodnout se pro svou profesi a partnera a plánovat rodinu či kariérní postup, což může mít negativní dopady na jeho psychosociální situaci. Více rozhodování způsobuje stres a osobní i společenský tlak se projevuje vyšším procentem výskytu úzkostí. Není pravidlem, že každý člověk propadne stresu a úzkosti při plnění svých životních cílů. Individuální rozdíly ve vývoji člověka se vztahují i k individuálnímu prožívání těchto faktorů. Je zřejmé, že se v některých oblastech může cítit spokojený a dokonalý a v jiných pociťuje nespokojenost a psychické problémy.³⁰⁰ V krajních případech může docházet k celkovému negativnímu pohledu na svět a k úzkostnému ladění.

V současné době psychiatrii předpokládají úzkost ve smyslu tzv. moderní úzkosti. Principem je snaha o vyhnutí se špatným zkušenostem nebo věcem, které způsobují stres či vyvolávají negativní pocity, resp. nespokojenost. Úzkost má několik příčin. Jde o nepříznivé události nebo špatné podmínky života, ale také o dědičnost a biologické předpoklady. Úzkost může být pojata jako „tušení o očekávané konkrétní nebo nejasné události, které je tak silné, že ovládá chování, např. neodbytná starost o to, jak na mě bude někdo reagovat“³⁰¹. Úzkostný člověk si často hledá „obět“, ke které cítí až infantilní závislost. Takovou závislost je možné spatřovat i v partnerských vztazích. Motiv tohoto chování lze vysvětlovat obavou ze samoty a postrádáním nějaké opory.³⁰²

Dnešní odborníci se shodují, že česká společnost spěje ke stále vyššímu procentu lidí trpících takovými psychickými poruchami. Nejužívanější pilulkou proti smutku, úzkosti, depresím, a teď hovoříme v globálním rozměru, jsou antidepresiva. Častý a nešťastně zvolený způsob, jak se dnešní člověk brání psychickým problémům, je únik do světa alkoholu a drog.³⁰³ Snaha o vyřešení špatně zvladatelné situace často značí obrát k odborné pomoci od sociálního pracovníka.

Všechny zmíněné krize plynoucí z nesprávného sebepojetí jedince, které se realizuje prostřednictvím sociálních rolí, mají podtext v rozporu mezi reálným

³⁰⁰ Srov. BLATNÝ, M. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*, s. 89.

³⁰¹ CRABB, L. *Osobnost člověka*, s. 94.

³⁰² Srov. PONDĚLÍČEK, I. *Cesty k sobě i k druhým*, s. 177.

³⁰³ Srov. Hovory o vztazích. Český rozhlas 6. DAVID, I. Úzkosti třetího tisíciletí [online].

[cit. 2011-02-14]. Dostupné na WWW:

<http://www.rozhlas.cz/iradio/cro6?p_gt=1&p_pattern=%DAzkosti+t%F8et%EDho+tis%EDcilet%ED&p_po=1971>.

a ideálním „já“. Napětí mezi nesplněními přáními a skutečným charakterem sociální role, přináší jedinci určitou zátěž, z které plynou psychické problémy.

3.5 Shrnutí

Cílem této kapitoly bylo poukázat na příčiny a důsledky problémů sebepojetí mladého dospělého člověka, na které působí vlivy současné české reality. Možnosti, jak těmto problémům předcházet nebo je řešit budou analyzovány v následující kapitole.

Příčiny, které jsou v této kapitole reflektovány, vycházejí především ze současných charakteristických prvků české společnosti. Ztráta sociálních opor může zapříčiňovat různá úskalí pro mladé lidi. Bez jasně vymezených hodnot, rodinného chování a obsahu sociálních rolí se jedinec může cítit ohrožen svou neznalostí, která vede k pocitům nejistoty a nebezpečí. Pluralita hodnot a liberální pojetí dospělosti přináší chaos do oblasti životních cílů, které byly dříve jasně vymezeny. Společnost sociální opory nenabízí, ale vůči dospělému jedinci zastává určitý postoj, který obsahuje požadavky a očekávání. Otázkou je, jestli jedinec tato očekávání dokáže plnit.

Pro lepší představu a pochopení možných problémů sebepojetí je v kapitole „Správné sebepojetí mladého dospělého člověka...“ představován pohled opačný. Jestliže se jedinec cítí být spokojený, tak se to děje v závislosti na vlastních životních podmínkách a na pozitivním prožívání svého života. Lidé by neměli přisuzovat velký význam materiálním hodnotám či okamžitému štěstí. Duchovní nouze společnosti se začíná projevovat i u jednotlivců, což může být výsledek nedostatku spokojenosti se svým životem. Subjektivní spokojenost se dnes pomalu stává jediným kritériem pro správnost.

Pomocí (ne)spokojenosti je možné určit, jak je sociální role prožívána. Pro období mladé dospělosti jsou charakteristické sociální role profesní, role manžela či manželky a role rodiče. Každý mladý člověk, který přijme určitou sociální roli, má své představy, které nemusí být v souladu s očekáváními ze strany sociálního prostředí. Taková neshoda způsobuje určité napětí, má negativní vliv na sebepojetí dospělého a zátěžově působí na jeho sociální fungování. V těchto případech se jedinec obrací na profesionální pomoc.

4 POMOC SOCIÁLNÍHO PRACOVNÍKA PŘI ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ SEBEPOJETÍ ČLOVĚKA V OBDOBÍ MLADÉ DOSPĚLOSTI

Z předešlých kapitol vychází určité problémy sebepojetí dospělého člověka. Jedná se o stresové napětí mezi variantami „já“, o nízké sebehodnocení či o chronickou nespokojenost a nesoulad s očekáváními z jeho okolí. Hovoříme o problémech, které by člověk měl zvládnout svépomocí nebo pomocí rodiny. V případě, že tyto problémy vygradují do neúnosné míry, ve které si jedinec sám nepomůže, tehdy se obrací na profesionální pomoc.

Nejprve je v kapitole poukázáno na teoretické přístupy sociální práce, které se zabývají konceptem sociálního fungování. Poté jsou aplikována na konkrétní situace, které ovlivňují sebepojetí mladého dospělého jedince. Uvedené sociální role v předchozí kapitole jsou použity v sociální práci s jednotlivcem v rámci jeho vstupu do zaměstnání a nezaměstnanosti. Dále v sociální práci s rodinou a v manželském a rodinném poradenství.

Z pohledu sociálního pracovníka je nutné brát na zřetel, že každý případ řešený s jedincem předpokládá pochopení člověka, ale i znalost vnějších vlivů, které jedince v užší či širší perspektivě ovlivňují. Matoušek tvrdí, že přístup sociální práce zaměřený na případ je „náročný z hlediska profesionální vybavenosti i osobnostních dispozic sociálního pracovníka.“³⁰⁴ Vědy o člověku, např. sociální psychologie, psychologie osobnosti, vývojové psychologie, kulturní antropologie, přispívají k získávání nových informací, které musí sociální pracovník znát. Přehled v těchto okruzích napomáhá řešit případ pružně a s určitou tvořivostí.³⁰⁵

4.1 Koncept sociálního fungování jako cíl sociální práce

Problémy ve smyslu nestabilní adaptace a sebepojetí mohou vést až k potížím sociálního fungování.

³⁰⁴ MATOUŠEK, O. *Metody a řízení sociální práce*, s. 67.

³⁰⁵ Srov. Tamtéž.

Definici sociálního fungování uvádí Navrátil: „Cílem sociální práce je podpora sociálního fungování klienta v situaci, kde je taková potřeba buď skupinově, nebo individuálně vnímána a vyjádřena. Sociální práce se profesionálně zabývá lidskými vztahy v souvislosti s výkonem sociálních rolí.“³⁰⁶ Každá sociální role obsahuje očekávání a požadavky. Jedná se o interakce, které probíhají mezi lidmi a prostředím. Obvykle je mezi očekáváními z prostředí a člověkem rovnováha, která však může být narušena buď nepřiměřenými očekáváními ze strany společnosti, nebo nedostatkem dovedností na straně mladého dospělého člověka. Cílem sociálního pracovníka je podporovat nebo udržovat takovou rovnováhu a dospět ke změně životní situace jedince.³⁰⁷ Přístupy k dosažení takového cíle jsou dělena na tři paradigmatata.

Pro téma mé práce je nejvýznamnější první paradigma, terapeutická pomoc, která se váže k sebepojetí mladého dospělého člověka. Sociální práce je zde chápána jako psychoterapie, neboli terapeutická intervence, která má za cíl udržení psychosociální pohody. Soustředí se spíše na jednotlivce a za nejdůležitější faktor je zde „považováno duševní zdraví a pohoda člověka.“³⁰⁸

Ve všech životních oblastech (studium, profese, partnerství, manželství a vlastní rodina), které si dospělý jedinec vytváří, mohou nastat krizové situace. Důležité pro vývoj jedince jsou krize tranzitorní, tj. krize z očekávaných změn probíhajících v rámci života jedince nebo v rámci života rodiny (výběr partnera, sňatek, narození prvního dítěte, neplodnost). „Obtížný je na nich přechod do nového období, kdy člověk vrůstá do nové role dané novou skutečností“³⁰⁹ Tento typ krize je propojován s krizí zrání. Jedná se o vývojové problémy, o kterých se zmiňuje i Erikson. Týká se to identity, intimity, závislosti, bezpečí, pocitu jistoty, úzkosti a moci či bezmoci.³¹⁰

V psychoterapii jde především o intenzivní vztah mezi psychoterapeutem a klientem. Psychoterapeut klienta vede směrem k novému sebepozorování a rozumění životní situace prostřednictvím komunikace. K odborně založenému působení na sebepojetí dochází v rámci některých, zvláště humanistických směrů individuální a skupinové psychoterapie. Přístup Carla Rogerse (na klienta orientovaná terapie) operuje například se vzájemnou shodou reálného a ideálního „já“.³¹¹

³⁰⁶ NAVRÁTIL, P. *Teorie a metody sociální práce*, s. 12.

³⁰⁷ Srov. MATOUŠEK, O. *Základy sociální práce*, s. 185.

³⁰⁸ NAVRÁTIL, P. *Teorie a metody sociální práce*, s. 14.

³⁰⁹ VODÁČKOVÁ, D. a kol. *Krizová intervence*, s. 218.

³¹⁰ Srov. MATOUŠEK, O. *Metody a řízení sociální práce*, s. 125.

³¹¹ Srov. MATOUŠEK, O. *Základy sociální práce*, s. 201-216.

V zákoně č. 108/2006 Sb., o sociálních službách jsou uvedeny sociální služby (tísňová péče, kontaktní centra a terapeutické komunity), které obsahují terapeutickou činnost. Nutnou podmínkou pro práci v oblasti psychoterapie je profesionální výbava sociálního pracovníka, který musí mít psychologické znalosti a projít terapeutickým výcvikem.³¹²

V poradenském paradigmatu (sociálně právní pomoc) musí mít sociální pracovník znalosti ve vědních disciplínách psychologie, sociologie a právo. Pomoc sociálního pracovníka v odborném sociálním poradenství můžeme očekávat se „zaměřením na potřeby jednotlivých okruhů sociálních skupin osob v občanských poradnách, manželských a rodinných poradnách.“³¹³

Do období mladé dospělosti jsou psychology a sociology zařazovány životní úkoly manželství a založení rodiny. V praktickém poradenství zabývajícím se touto tematikou jde o jakési vyslechnutí jedince, emoční podporu a předání rad a zkušeností, které směřují k stabilizaci či zkvalitnění partnerského či manželského vztahu. Důležitou podmínkou je správné porozumění roli manžela nebo partnera. Měla by panovat harmonie mezi očekáváními klientů navzájem a také mezi manželi a jejich sociálním prostředím.³¹⁴ Můžeme říci, že v manželském poradenství, se jedná o podporu sociálního fungování.

Typy problémů, kterým se věnuje manželské a rodinné poradenství, jsou např. rozvodové poradenství, předmanželské poradenství, psychologická pomoc občanům v životních krizích a pomoc rodinám zasaženým nezaměstnaností.³¹⁵

4.2 Pomoc sociálního pracovníka při řešení problémů sebepojetí v konkrétních situacích

V rámci sociální práce se nestabilní sebepojetí u dospělého jedince může projevat v konkrétních životních situacích. Jedná se o problémy při vstupu do zaměstnání (profesní role), ztráta zaměstnání (status nezaměstnaného), problémové manželství, rozvod (role manžela/manželky) nebo rozpolcenost osobnosti z nedostatku volného času

³¹² Srov. MATOUŠEK, O. *Základy sociální práce*, s. 187.

³¹³ Zákon 108/2006 Sb., o sociálních službách [online]. [cit. 2011-02-26] Dostupné na WWW: <<http://www.sagit.cz/pages/sbirkatxt.asp?zdroj=sb06108&cd=76&typ=r>>.

³¹⁴ Srov. NOVÁK, T. *Manželské a rodinné poradenství*, s. 11-12.

³¹⁵ Srov. Tamtéž, s. 23.

pro rodinu (role rodiče). Náročných či zátěžových situací je mnoho, proto jsou zde vybrány jenom takové, které odpovídají sociálním rolím z předchozí kapitoly.

Některé z těchto situací může řešit sociální pracovník z hlediska psychoterapeutické činnosti, jindy je spíše v roli úředníka nebo poradce.

4.2.1 Problémy při vstupu do zaměstnání a nezaměstnanost

Již při výběru prvního zaměstnání se mladý dospělý člověk může obrátit na pomoc poradců. Důležité je si vybrat takové zaměstnání, ve kterém bude pracovník spokojený v návaznosti na možnost seberealizace. Informační a poradenská střediska při úřadech práce nabízejí služby, které jedinci umožňují lepší orientaci na trhu práce, informují o možných problémech při vstupu do zaměstnání a o nárocích a požadavcích na jednotlivá povolání. Provádí individuální a skupinové poradenství a poskytuje podrobné popisy jednotlivých profesí.³¹⁶ Tyto služby žadateli pomáhají k lepšímu uchopení nové životní role zaměstnance.

Do prvního zaměstnání mladý dospělý přichází se svými představami a očekáváními. Musí ale dodržovat určitá pracovní pravidla a podřizovat se autoritě zaměstnavatele. Při dodržení smluvních podmínek se jedinec cítí ve svém zaměstnání spokojený. Jestliže se tyto představy pracovníka a požadavky ze strany zaměstnavatele nebo nových kolegů neshodují, vznikají pro pracovníka stresové situace. Jedinec se cítí nespokojený a frustrovaný. V těchto případech se může obrátit na odbornou pomoc sociálního pracovníka pro zlepšení své situace. Sociální pracovník v rámci terapeutické činnosti se snaží o navrácení osobní pohody jedince. Komunikace s klientem je důležitá pro objasnění problémů a přizpůsobení se nově vzniklé situaci. V případě, že problémy přetrvávají, sociální pracovník odkazuje klienta na úřad práce z důvodu hledání nového zaměstnání.³¹⁷ Jestliže se tento proces nepodaří, mladý dospělý se ocitá v roli nezaměstnaného.

Matoušek uvádí, že mezi rizikové skupiny, které jsou více ohrožené nezaměstnaností, patří i skupina mladých lidí – absolventů škol. Největším znevýhodněním je nedostatek praxe v oboru. Dále mladí absolventi „postrádají pracovní

³¹⁶ Srov. *Integrovaný portál MPSV. Informační a poradenská střediska při úřadech práce* [online]. [cit. 2011-02-18]. Dostupné na WWW: <<http://portal.mpsv.cz/sz/obcane/poradstrediska>>.

³¹⁷ Srov. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*, s. 49-56.

kontakty usnadňující lepší orientaci na trhu práce.“³¹⁸ Nezaměstnanost v období mladé dospělosti může mít dopady ekonomické, sociální i psychologické.

„Již riziko ztráty zaměstnání představuje chronický stresor negativně působící na psychiku jedince.“³¹⁹ Samotná ztráta profese způsobuje velký stres, který je kladen na toho dotyčného jedince, ale i na jeho okolí (rodina, přátelé). Sociální pracovník pomáhá jedinci v tom, aby nedošlo k adaptaci na roli nezaměstnaného.³²⁰

Ztráta zaměstnání se odráží i v sociálním statusu a životní úrovni mladého dospělého člověka. „Status nezaměstnaného je veřejností vnímán jako podřadný, protože není schopen nadále udržovat svou dosavadní společenskou pozici a ani ji svému okolí nepotvrzuje očekávaným životním standardem.“³²¹

Další změnou je pro nezaměstnaného úbytek stimulace. Nezaměstnanost frustruje potřebu aktivity a seberealizace. Dlouhodobě nezaměstnaný člověk ztrácí pojítko s realitou a „zmocní se ho nejistota a strach z budoucnosti, později i pochybnosti o vlastních schopnostech.“³²² S tím jde ruku v ruce snížení pozitivního sebehodnocení a sebeúcty. Sebevědomí je natolik nízké, že se začíná domnívat, že práci už nikdy nenajde. Pokud dospělý jedinec považuje svou práci za jediný smysl života, její ztráta může představovat dokonce traumatizující existenciální zážitek a ztrátu kontroly nad svým životem. Nezaměstnaní se často uzavírají do sebe a přerušují sociální kontakty.³²³

Dopady nezaměstnanosti na dospělého jedince jsou doplňovány i o požadavky z okolí. Sociální prostředí chce, aby dospělý člověk byl pracovně aktivní a jeho nově vzniklá situace by se měla co nejdříve vrátit k „normálu“. Člověk by měl být řádně zapsán na úřadě práce a hledat si nové zaměstnání. Někteří lidé, aby splnili tato očekávání, se mohou snažit o nalezení práce jen na oko. Může to být dáno i nízkým sebehodnocením a špatným sebepojetím. Sami by chtěli mít stálý příjem, ale jejich naděje je postupně nahrazována nedůvěrou a sociální izolací.³²⁴

Služby sociální práce plní u této cílové skupiny dvě základní funkce. Za prvé jsou nezbytné „pro zvládání bezprostředních důsledků nezaměstnanosti – materiální, psychické a sociální deprivace dlouhodobě nezaměstnaných a jejich rodin. Jak bylo

³¹⁸ MATOUŠEK, O *Sociální práce v praxi*, s. 301.

³¹⁹ Tamtéž, s. 303.

³²⁰ Srov. MAREŠ, P. *Nezaměstnanost jako sociální problém*, s. 68, 72-73.

³²¹ MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi*, s. 305.

³²² BUCHTOVÁ, B. a kol. *Nezaměstnanost*, s. 76.

³²³ Srov. Tamtéž, s. 75-76.

³²⁴ Srov. MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi*, s. 306.

uvedeno výše, nezaměstnanost narušuje psychiku člověka, sebedůvěru, vztahy k partnerovi, dětem, přátelům i k sociálnímu okolí a schopnost zvládat další životní situace. Dopadá na psychickou pohodu, fyzické zdraví a na vztahy v rodině.³²⁵ Sociální pracovník pomáhá psychické změny řešit prostřednictvím terapeutické pomoci. Komunikací – rozhovorem s klientem podporuje duševní pohodu. Snaha o udržení rovnováhy mezi člověkem a jeho prostředím přispívá ke snížení rizika sociálního vyloučení. Přispívá tak i ke stabilnímu sebepojetí.

Druhou funkcí sociálního pracovníka je pomoc při návratu nezaměstnaného na pracovní trh. Sociální pracovník musí být tvořivý a spolupracovat i dalšími organizacemi. Nezaměstnaný se musí evidovat na úřadu práce, kde má při splnění určitých podmínek nárok na sociální dávku v nezaměstnanosti. Na úřadu práce se také klient dozví informace o aktuální nabídce povolání a o rekvalifikačních kurzech, které mu mohou pomoci uplatnit se.³²⁶ Další organizací pomáhající nezaměstnaným jsou tzv. job kluby. Ty jsou zaměřeny na získání či udržení dovedností: umět napsat životopis a motivační dopis, naučit se vystupovat při přijímacích pohovorech, stále udržovat sociální vazby a především naučit jedince pohlížet na svou situaci realisticky a motivovat ho k úspěchu.³²⁷

Zvládání takové zátěžové situace je individuální, a proto musí sociální pracovník přihlížet ke specifické situaci klienta. Každý jedinec má jinou míru odolnosti vůči psychické zátěži. Přijetí situace napomáhá jedinci v jeho další motivaci pro hledání práce. Rozhodující je věk, pohlaví jedince, ale také dosažená kvalifikace. Zvládání ztráty zaměstnání je dále ovlivněno finančními možnostmi.³²⁸

Problémy nezaměstnanosti se projevují i ve ztrátě finančního zajištění, od kterého se dnes odvíjí i uspokojování potřeb člověka. To může mít důsledky v inklinaci k alkoholismu a drogám. V rámci protidrogové politiky v České republice jsou nabízeny preventivní nebo léčebné programy. Hlavními principy práce s mladými uživateli drog jsou snižování poptávky, snižování rizik a snižování dostupnosti. Tyto principy jsou realizovány v sociálních službách: nízkoprahová kontaktní centra, denní stacionáře, detoxifikační jednotka, psychiatrické léčebny, terapeutické komunity aj. Základním prvkem v postupu práce s uživateli drog je tzv. motivační rozhovor. Jedná se o „soubor

³²⁵ MATOUŠEK, O. Sociální práce v praxi, s. 309-310.

³²⁶ Srov. *Integrovaný portál MPSV. Informační a poradenská střediska při úřadech práce* [online]. [cit. 2011-02-18]. Dostupné na WWW: <<http://portal.mpsv.cz/sz/obcane/poradstrediska>>.

³²⁷ Srov. MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi*, s. 310-311.

³²⁸ Srov. BUCHTOVÁ, B. a kol. *Nezaměstnanost*, s. 100-101.

komunikačních strategií vedení rozhovoru, jenž je cíleně zaměřen na vyvolání změny v závislém chování.“³²⁹

Dalším důsledkem nezaměstnanosti je závislost na automatech (gamblerství). Mladý nezaměstnaný se také může v rámci své závislosti zadlužovat. V oblasti sociální práce se v občanských poradnách provozuje i odborné dluhové poradenství. Klientům jsou poskytovány informace o hospodaření s financemi a v případě předlužení, zda dosáhnou na oddlužení a jak se podává návrh. Většina klientů neví přesně, kolik dluhů mají a jakým způsobem lze dluhy zredukovat nebo odstranit. Poradci, kteří prochází kurzy v oblasti dluhového poradenství, mají v kompetencích klientovi ukázat možnosti nápravy zadlužení a jak v domácnosti hospodařit s finančními prostředky.³³⁰

Ztráta zaměstnání se může vztahovat na celou rodinu, která je zatěžována negativní zátěžovou situací. Může dojít ke konfliktům mezi členy rodiny, k vážné rodinné krizi až k rozpadu rodiny. Dochází k proměnám finančním, ke změnám v rolích a v zaběhnutých rodinných stereotypch (např. stálá přítomnost nezaměstnaného).³³¹

4.2.2 Sociální práce s rodinou

Někteří se mohou domnívat, že rodina potřebuje pomoc pouze tehdy, když se přihodí neočekávaná těžká životní situace nebo když rodina prochází „krizí“ (např. příprava na rodičovství, výchova dětí, rozvod). Takovými obdobími života prochází téměř každý člověk. Otázkou je, jak se dokáže s těmito „krizemi“ vyrovnat. Zda „životní tlak“ zvládne svépomocí či v kruhu rodinném nebo se musí obrátit na profesionální pomoc. Nutností je připomenout to, že sociální pracovník musí rozpoznat problémy i tehdy, když nejsou příliš známé a viditelné.³³²

Musil a Šrajec upozorňují na životní úkoly, které se týkají „zvládání důsledků nedostatečného potenciálu členů rodiny přiměřeně reagovat na potřeby dětí, zvládání důsledků změn pojetí a uspořádání rolí v rodině a zvládání důsledků změn podpory rodiny a očekávání vůči rodině ze strany sociálního prostředí.“³³³ V těchto úkolech někdo může vidět problémy a jiný je zvládne bez větších potíží.

³²⁹ Srov. MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi*, s. 213-215.

³³⁰ Sociální práce se zadluženými. *Sociální práce*, s. 5-10.

³³¹ Srov. MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi*, s. 307.

³³² Srov. ŠPATENKOVÁ, N. *Jak řeší rodinné krize moderní žena*, s. 144.

³³³ MUSIL, L.; ŠRAJEC, J. *Změny sociálního prostředí a životní úkoly rodiny*, s. 128.

Založení rodiny je u mladých dospělých důležité téma. Je považováno za nejvyšší životní cíl, který je samotnými dospělými i odborníky přiřazován do období dospělosti.

Úkolem sociálního pracovníka je pomoc zvládat různé možnosti očekávání vůči rodině. Měl by členy rodiny podporovat ve svépomoci. Ukázat jim cestu, po které se rodina může procházet a snažit se s očekáváními nějakým způsobem vypořádat.³³⁴ Sociální pracovník by měl být schopen odlišit podstatné od méně podstatného a získané informace vyhodnocovat vždy v rámci širšího sociálního kontextu fungování celé rodiny.³³⁵

Problémy v rodině jsou zapříčiněny změnou způsobu zajišťování příjmu financí. Pro rodinu dvoupříjmovou je ohrožující, pokud se jeden ze členů ocitne v roli nezaměstnaného. Jedná se o několik negativních faktorů, které v rodině vyvstávají. Řeší se otázka dalšího ekonomického zajištění rodiny a změny postavení rolí v rodině. Jestliže přijde o zaměstnání muž, dochází k poklesu jeho sebevědomí a jeho pocity mohou vyústit do komplexu méněcennosti. Dále strach ze ztráty autority u dětí a z reakcí z okolí přináší psychosociální zátěž. Žena v roli hlavního příjemce financí očekává od svého partnera, že se bude více věnovat domácnosti. Někteří autoři uvádějí, že v případě ztráty zaměstnání u žen, mají možnost seberealizace v rodině. Jde o alternativní pracovní pole, kam žena v případě ztráty zaměstnání směřuje.³³⁶ Sociální pracovník pomáhá rodinným příslušníkům vytvořit reálný pohled na tíživou situaci, která by se tak měla stát přehlednější, jasnější a aspoň částečně řešitelná. Motivuje nezaměstnaného k dalšímu hledání nového zaměstnání a snaží se dopomoci rodině k správnému uchopení rodinných rolí v době nezaměstnanosti jednoho člena. Dále se snaží směřovat příslušníky rodiny k podpoře nezaměstnaného.³³⁷

Dalším problémem je přetížení ženy. Současná doba se čím dál víc vyznačuje překrýváním životních sfér u ženy. Snaha o soulad rodiny, vzdělání a práce může způsobovat určitý tlak na ženu jako manželku a matku. „Zatímco muži zůstávají v životě rodinnými událostmi ve značné míře nedotčeni, ženy vedou rozpornou, podvojnou existenci utvářenou rodinnými a institucionálními faktory.“³³⁸ Stále platí, že pro ženy je rodinné zázemí důležité. V současné době přibývá na významu i vzdělání

³³⁴ Srov. Tamtéž, s. 12.

³³⁵ Srov. SMUTKOVÁ, L. *Sociální práce s rodinou*, s. 28.

³³⁶ Srov. BUCHTOVÁ, B. a kol. *Nezaměstnanost*, s. 87, 100.

³³⁷ Srov. MAREŠ, P. *Nezaměstnanost jako sociální problém*, s. 68.

³³⁸ BECK, U. *Riziková společnost*, s. 212.

a povolání. To může vést ke konfliktním situacím a požadavkům, které není možné sloučit.³³⁹

Musil a Šrajer se zaměřují především na spokojenost, resp. na nespokojenost v rodinném prostředí, která vzniká na základě očekávání. Některé důvody byly již zmíněny v předešlém textu. Přesto je pokládáno za nutné je zopakovat, abychom si lépe představili možnou pomoc sociálního pracovníka při řešení těchto potíží. Žena může být přetížena „souběhem své zodpovědnosti za péči o děti a domácnost a za ekonomickou aktivitu člena dvou-příjmové domácnosti, ve které se ovšem – v duchu tradiční dělby rolí – počítá s nízkým podílem muže na péči o domácnost“³⁴⁰. Z tohoto napětí vychází nespokojenost ženy. Na druhou stranu i muž může být nespokojený z důvodu nespokojenosti vlastní ženy a z nepříliš vysokého platu. Tím se utváří nové sebepojetí, které je doprovázeno napětím a zátěžovými situacemi. Je potřebné zmínit, že takové situace se nedějí stejně v každé rodině. Příslušníci rodiny mohou být vybaveni různou mírou adaptace. Pro sociální pracovníky z toho plyne úkol negeneralizovat takové problémy, ale u každé rodiny zvlášť zjistit konkrétní zatěžující problémy. Vytvořením pohodové atmosféry v rodině a hledáním takového uspořádání rodinných rolí, které přináší příslušníkům rodiny vyvážené šance a výhody, je umožňována podpora příznivých podmínek pro klidné rodinné soužití. To je hlavním úkolem sociálního pracovníka při řešení nespokojenosti členů rodiny.³⁴¹

Další napětí v rodině může být vyvoláváno tendencí „uplatňovat doma hodnoty a očekávání pracovního života.“³⁴² Z těchto problémů mohou vznikat rodinné hádky. Pokud nejsou problémy řešeny již na začátku, je pravděpodobné, že neshody mezi partnery budou gradovat.

Partnerské či manželské neshody může řešit sociální pracovník skrze terapeutickou pomoc, která obsahuje manželské a rodinné poradenství.

4.2.3 Manželské a rodinné poradenství

Manželské a rodinné poradenství je v současné době velmi žádané. Současná společnost u mladých dospělých vykazuje neochotu pracovat na partnerských či manželských vztazích. Důkazem může být vysoké procento rozvodovosti nebo tolerance

³³⁹ Srov. CROMPTON, R. *Employment and the Family*, s. 33.

³⁴⁰ MUSIL, L.; ŠRAJER, J. *Změny sociálního prostředí a životní úkoly rodiny*, s. 135.

³⁴¹ Srov. Tamtéž, s. 135-136.

³⁴² Tamtéž, s. 136.

k alternativním soužitím. Také zaměření na sebe sama a snaha o okamžitě dosažený úspěch a štěstí mohou být aspekty pro nedostatek pochopení toho druhého.

Příliš vysoké a pozitivně laděné očekávání mohou přivést partnery do nesnází. Důvodem můžou být i vnější vlivy, kdy se jedincům nedostává sociální opory nebo vzorům, podle kterých by bylo jasné, co partneři mají dělat a jak se chovat. „Zeman říká, že členové rodin se ocitají v situacích, kdy každý z nich vyslovuje trochu něco jiného, než druhý slyší.“³⁴³ Frustrace očekávání může být příčinou pro návštěvu manželského či rodinného poradenství.

Odbornou pomoc ve většině případů vyhledávají ženy, které jsou ve vztazích méně spokojené než muži. Do poraden dochází pár s více než jedním problémem. Nejčastější důvod návštěvy u poradců je rozhodování se o rozvodu nebo jeho předejití. Dalšími důvody jsou špatná komunikace mezi partnery, nevěra, citové odcizení apod. Poradci řeší takové problémy převážně přeuspořádáním vztahu – nové vytýčení rolí, povinností, které se časem staly stereotypními a jedince neuspokojovaly v jeho potřebě seberealizace. Poradci se snaží vést k „pravým“ příčinám problémů, které si klienti mnohdy neuvědomují. Zmiňují se o nedostatečné citové separaci od rodičů, nesouladu hodnotových orientací partnerů nebo neslučitelných vzorech z původních rodin. Také osobní nezralost, nepřipravenost na manželství může být podnětem krize. Nejhuře řešitelný manželský problém, podle poradců, jsou nerealistická vzájemná očekávání mezi partnery.³⁴⁴ Při nevyřešení manželských potíží se partneři obrací na právníky s návrhem o rozvod.

Rozvod je proces, kdy „všechna spojení, jež různé složky osobnosti muže a ženy mezi sebou navázaly, zanikají nebo jsou dlouhodobě poškozena. I mnohé vztahy s blízkými lidmi se rozvodem přeruší nebo poškodí.“³⁴⁵ Jestliže mají manželé dítě, je nemožné, aby se mohlo vyhnout problémům mezi rodiči. Při rozvodovém řízení je vždy upřednostňován zájem dítěte.

Profesionální pomoc pracovníka spočívá ve vyvarování se morálním soudům nebo podporou jednoho klienta. Udržení neutrality je pro sociální práci s rodinou při rozvodu důležité. Sociální pracovník musí vědět, že při každém rozvodovém řízení jsou oba partneři pod tlakem a ventilace emocí je dobrý prostředek k jeho minimalizaci. Nejvhodnější metodou pomoci je krizová intervence. Dále by pracovník neměl

³⁴³ MUSIL, L.; ŠRAJER, J. *Změny sociálního prostředí a životní úkoly rodiny*, s. 138.

³⁴⁴ Srov. BLAŽKOVÁ, P.; ŠINDLER, J. *Mladá manželství v krizi. Psychologie dnes*, s. 22-24.

³⁴⁵ MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi*, s. 60.

s klientem „rozebírat souvislosti akutního stavu sahajícího hluboko do minulosti a měl by se stavět opatrně i k případným klientovým plánům do budoucna, protože klient nebývá schopen posuzovat svou situaci a své možnosti reálně.“³⁴⁶ Důsledek rozvodu může být klientova izolace od okolního prostředí. Pracovník ponechává kontakty s rodinou zcela na klientovo rozhodnutí.

V rámci manželského a rodinného poradenství sociální pracovníci řeší dále pocity osamění, opuštění partnerem, opakované a dramatické hádky a nevěru či podezření na partnerovu nevěru. Podporují rozvoj ostatních typů kontaktů směřované na přátelé, kolegy z práce a zájmy. Následně se snaží o sladění nároků klienta na případného partnera s reálnými možnostmi. Ohrožení vztahu a pocitu bezpečného zázemí způsobují hádky a partnerské nevěry.³⁴⁷ Sociální pracovník se v těchto případech snaží s klienty navázat vztah a komunikovat. Podporuje je v uchování osobní pohody a spokojenosti a správnému vyřešení krizových situací.

4.3 Shrnutí

Pomoci pracovníka při řešení konkrétních problémových situací mladého dospělého člověka předchází snaha o udržení sociálního fungování. V rámci paradigmat sociální práce se na pomoc sociálního pracovníka můžeme dívat jako na terapeutickou pomoc. Cílem je podpora psychosociální pohody, která může být ohrožena nestabilní rovnováhou mezi dovednostmi člověka a požadavky ze sociálního prostředí.

Konkrétní životní situace v období mladé dospělosti jsou zde pojímány v návaznosti na sociální role.

Problémy při vstupu do zaměstnání nebo status nezaměstnaného se týkají jak jedince, tak i mladé rodiny. Důsledky nezaměstnanosti mohou vést k závislosti na drogách nebo gamblerství. Lidé trpící závislostí mohou najít východisko v sociálních službách nebo v zařízeních tyto služby poskytujících.

Sociální práce s rodinou je zaměřena na vedení domácnosti (příjmy rodiny), na sociální role a v rámci rodinného poradenství je řešena situace spíše předrozvodová. Jedinci se snaží o zachování vztahu. Při rozvodovém řízení je možné počítat i s pomocí sociálního pracovníka.

³⁴⁶ MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi*, s. 69.

³⁴⁷ Srov. VODÁČKOVÁ, D. a kol. *Krizová intervence*, s. 289-290.

ZÁVĚR

Snahou této práce bylo nejprve objasnit pojem sebepojetí z pohledu psychologie osobnosti. Prostřednictvím vývojové psychologie je sebeobraz doplněn o charakteristické znaky mladé dospělosti. Nutností bylo pochopit sebepojetí v jeho komplexnosti. Míra sebehodnocení, sebeúcta a možnosti seberealizace se projevují v sociálních rolích. Sociální role pak zpětně formují osobnost a její sebepojetí.

Určit moment, kdy se člověk stává mentálně dospělým, je obtížné. Vlivem individualistické a konzumní společnosti dochází ke změně pojetí mladé dospělosti. Mladí lidé se mohou ztrácet v záplavě ekonomických, sociálních a volnočasových možností a nepocítují ukotvení prostřednictvím osobních a sociálních jistot.

Pro mladé lidi je dnes prioritní práce, kde chtějí být úspěšní a kde se mohou realizovat. Úspěch, výkon a materiální hodnoty jsou považovány za aspekty pro udržení stabilního sebepojetí. Ale mladí lidé si neuvědomují, že pocit spokojenosti závisí spíše na duševním zdraví a osobní pohodě. To může být jedna z příčin, proč jsou nespokojení.

Profesní role, role partnera či manžela, manželky a role rodiče nabývají na významu v období mladé dospělosti. Obsah rolí, dříve daný, se dnes vlivem společnosti proměňuje. Dochází k oddalování přijímání sociálních rolí a zvyšuje se individuální role jedince nad rolí páru. Očekávání v rámci role se proto mohou odlišovat od očekávání partnera nebo širšího sociálního prostředí. Vzniklé napětí mezi očekávanými negativně působí na psychiku jedince a na jeho sebepojetí. V případě, že se není schopen se situací vyrovnat svépomocí, má možnost obrátit se na odbornou pomoc.

Cílem práce bylo analyzovat problémy sebepojetí mladého dospělého člověka. Zhodnocením situace mladého dospělého člověka ve společnosti jsme získali údaje, které lze pokládat za příčiny problémů sebepojetí. Těmi jsou zejména ztráta sociálních opor a pluralismus hodnot, které jedinci neposkytují pocit jistoty a bezpečí. Z přeměny životní orientace následně vyplývá zmatené uchopení sociálních rolí. To se nepříznivě promítá do spokojeného života mladého dospělého.

Nespokojenost mladého dospělého je v sociální práci opomíjenou oblastí. Psychosociální nepohoda je řešena převážně prostřednictvím psychoterapie, ale také sociální práce může fungovat jako zdroj opory a jistoty v konkrétních náročných

situacích, např. nezaměstnanost a její dopady na členy rodiny, sociální práce s rodinou při rozvodu a poradenství.

Z analýzy problémů sebepojetí můžeme poukázat na důležitost tohoto tématu, ačkoliv se v odborné literatuře s tímto námětem setkáváme pouze okrajově. Významnost přijetí sebe sama jako dospělého člověka je pocíťováno především těmi, kteří nedokáží svůj život uchopit do vlastních rukou.

Dospělost nelze spolehlivě specifikovat dle věku, pohlaví a ani podle fyzické zdatnosti. Podstatnou známkou psychosociální dospělosti je to, že člověk uvažuje racionálně, jeho hodnoty jsou v souladu s hodnotami společnosti a sebe sama vnímá jako dospělého.

Očekávání (ideální „já“) dnešní mladé generace se mohou stát v budoucnosti realitou. I když se dospělost přesouvá do vyššího věku, zralost jedince může napomáhat k nalezení správné životní orientace, která bude mít vliv i na budoucí generace.

Seznam literatury

- ARNAUTOVOVÁ, M. Zkouška dospělosti. *Psychologie dnes*, 2007, roč. 13, č. 7-8, s. 16-20.
- BALCAR, K. *Úvod do psychologie osobnosti*. Chrudim: MACH, 1991. ISBN neuvedeno.
- BECK, U. *Riziková společnost*. Praha: Sociologické nakladatelství SLON, 2004. ISBN 80-86429-32-6.
- BLATNÝ, M. *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Masarykova univerzita, 2005. ISBN 80-86633-35-7.
- BUCHTOVÁ, B. a kol. *Nezaměstnanost. Psychologický, ekonomický a sociální problém*. Praha: Grada Publishing, 2002. ISBN 80-247-9006-8.
- CIBULEC, J. *Láska, partnerství a manželství*. Praha: Práce, 1974. ISBN neuvedeno.
- CRABB, L. *Osobnost člověka*. Praha: Návrat domů, 1995. ISBN 80-85495-36-8.
- CROMPTON, R. *Employment and the Family*. Cambridge: Cambridge University Press, 2006. ISBN 0-521-60075-8.
- ČÁP, J. *Psychologie výchovy a vyučování*. Praha: Karolinum, 1993. ISBN 80-7066-534-3.
- ČAČKA, O. *Psychologie*. Brno: Doplněk, 1997. ISBN 80-85765-70-5.
- ČERVENKA, J. Modernizace a priority veřejnosti. In *Současná česká společnost*. Praha: Sociologický ústav AV ČR, 2002, s. 31-43.
- ČERVENĚ, A. Volný čas dospělých. In PAŘA, G.; JENČO, J. *Volný čas dospělých na počátku 21. století*. Prešov: Prešovská univerzita, 2008. ISBN 978-80-8068-877-6.
- DAY, D. *Proč nebýt dospělý?* Praha: Portál, 1994. ISBN 80-85282-72-0.
- DIMITROVÁ, M. Manželství a jeho význam v pojetí české veřejnosti. *Naše společnost*, 2007, č. 2.
- DOUCHOVÁ, J. Konstruktivní nevěra vztah neohrozí. *Psychologie dnes*, 2008, roč. 14, č. 3, s. 7-9.
- ĎURDIÁK, L. *Psychohygienu mladého člověka*. Nitra: ENIGMA, 2001. ISBN 80-85471-84-1.
- ERIKSON, E. H. *Dětství a společnost*. Praha: Argo, 2002. ISBN 80-7203-380-8.

FARKOVÁ, M. *Dospělost a její variabilita*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2009. ISBN 978-80-247-2480-5.

FISCHER, O.; MILFAIT, R. a kol. *Etika pro sociální práci*. Praha: JABOK, 2008. ISBN 978-80-904137-3-3.

FURGER, F. *Etika seberealizace, osobních vztahů a politiky*. Praha: Academia, 2003. ISBN 80-200-1061-0.

GIDDENS, A. *Důsledky modernity*. Praha: Sociologické nakladatelství SLON, 1998. ISBN 80-85850-62-1.

GIDDENS, A. *Sociologie*. Praha: Argo, 1999. ISBN 80-7203-124-4.

GILLIGANOVÁ, C. *Jiným hlasem*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-402-8.

HAMANN, B. Svět dnešních mladých. *Teologické texty*, 2002, roč. 4, s. 134-138.

HAMPLOVÁ, D. Čemu Češi věří: dimenze soudobé české religiozity. *Sociologický časopis*, 2008, č. 4, s. 703-723.

HAVLÍKOVÁ, J. Přejít do dospělosti dlouhodobě nezaměstnaných absolventů učebních oborů z Brna a okolí. *Sociologický časopis*, 2010, č. 1, s. 73-99.

HUČÍN, J. Svobodné děti nesvobodných rodičů. *Psychologie dnes*, 2001, č. 2.

CHODĚRA, O. *Partnerství, manželství a paragrafy*. Praha: Grada Publishing, 2002. ISBN 80-247-0217-7.

JEGOROVÁ, K.; ZLÁMANÝ, J. Jak žít s partnerem a zůstat sám sebou. *Psychologie dnes*, 2008, roč. 14, č. 5, s. 40-42.

KELLER, J. *Tři sociální světy*. Praha: Sociologické nakladatelství SLON, 2010. ISBN 978-80-7419-031-5.

KŘÍŽ, P. *Kdo jsem, jaký jsem*. Kladno: AISIS, 2005. ISBN 80-239-4669-2.

KUČERA, M. Představy o postavení sňatku a narození dětí v životní dráze mladých svobodných lidí. In *Představy mladých lidí o manželství a rodičovství*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2000. ISBN 80-85850-87-7.

KURIC, J. *Ontogenetická psychologie*. Brno: Akademické nakladatelství CERM, 2000. ISBN 80-214-1844-3.

LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2006. ISBN 80-247-1284-9.

LANGMEIER, J.; MATĚJČEK, Z. *Člověk známý neznámý*. Praha: Mladá fronta, 1959. ISBN neuvedeno.

- LÄNGLE, A. *Smysluplně žít*. Brno: Cesta, 2002. ISBN 80-7295-037-1.
- MACEK, P. *Adolescence*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-348-X.
- MAREŠ, P.; POTOČNÝ, T. *Modernizace a česká rodina*. Brno: Barrister & Principal, 2003. ISBN 80-86598-61-6.
- MAREŠ, P. *Nezaměstnanost jako sociální problém*. Praha: Sociologické nakladatelství SLON, 1994. ISBN 80-901424-9-4.
- MATOUŠEK, O. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-548-2.
- MATOUŠEK, O. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: Sociologické nakladatelství SLON, 2003. ISBN 80-86429-19-9.
- MATOUŠEK, O. *Sociální práce v praxi*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X.
- MATOUŠEK, O. *Základy sociální práce*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-473-7.
- MIKŠÍK, O. *Psychika osobnosti v období závažných životních a společenských změn*. Praha: Karolinum, 2009. ISBN 978-80-246-1600-1.
- MOŽNÝ, I. *Česká společnost*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-624-1.
- MUSIL, L.; ŠRAJER, J. Dimenze životní situace rodiny. In ŠRAJER, J.; MUSIL, L. (eds.) *Etické kontexty sociální práce s rodinou*. Olomoučany: ALBERT, 2008, s. 9-17. ISBN 978-80-7326-145-0.
- MUSIL, L.; ŠRAJER, J. Změny sociálního prostředí a životní úkoly rodiny. In ŠRAJER, J.; MUSIL, L. (eds.) *Etické kontexty sociální práce s rodinou*. Olomoučany: ALBERT, 2008, s. 127-150. ISBN 978-80-7326-145-0.
- NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 1995. ISBN 80-200-0525-0.
- NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*. Praha: Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1679-9.
- NAVRÁTIL, P. *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman, 2001. ISBN 80-903070-0-0.
- NOVÁK, T. *Manželské a rodinné poradenství*. Praha: Grada Publishing, 2006. ISBN 80-247-1316-0.
- PÁLA, G.; JENČO, J. *Voľný čas dospelých na počiatku 21. storočia*. Prešov: Prešovská univerzita, 2008. ISBN 978-80-8068-877-6.
- PONDĚLÍČEK, I. *Cesty k sobě i k druhým*. Praha: Mladá fronta, 1981. ISBN neuvedeno.

QUESNELL, M. D. *Co si myslíme, čemu věříme a kdo jsme*. Praha: Academia, 2002. ISBN 80-200-1078-5.

RABUŠIC, L. *Kde ty všechny děti jsou?: porodnost v sociologické perspektivě*. Praha: Sociologické nakladatelství SLON, 2001. ISBN 80-86429-01-6.

ROTTER, H. *Osoba a etika*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 1997. ISBN 80-85959-18-6.

ŘEZÁČ, J. *Sociální psychologie*. Brno: Paido, 1998. ISBN 80-85931-48-6.

ŘÍČAN, P. *Cesta životem*. Praha: Panorama, 1989. ISBN 80-7038-078-0.

ŘÍČAN, P. *Psychologie*. Vyd. 3., doplněné. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-560-8.

ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti*. Praha: Orbis, 1972. ISBN neuvedeno.

SAK, P. *Proměny české mládeže*. Praha: Petrklíč, 2000. ISBN 80-7229-042-8.

SHEEHYOVÁ, G. *Průvodce dospělostí*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-185-1.

SMÉKAL, V. *Pozvání do psychologie osobnosti*. 2. oprav. vyd. Brno: Barrister & Principal, 2004. ISBN 80-86598-65-9.

Sociální práce se zadluženými. *Sociální práce*, 2009, č. 2, s. 5-10.

SVOBODOVÁ, L. Kvalita života. In ŠUBRT, J. a kol. *Soudobá sociologie II*. Teorie sociálního jednání a sociální struktury. Praha: Karolinum, 2008. ISBN 978-80-246-1413-7.

TOMÁŠEK, M. Já se ještě nechci vázat. *Psychologie dnes*, 2006, roč. 12, č. 5, s. 22-24.

TUČEK, M. a kol. *Dynamika české společnosti a osudy lidí na přelomu tisíciletí*. Praha: Sociologické nakladatelství SLON, 2003. ISBN 80-86429-22-9.

ULRICH, T. *Harmonický rozvoj osobnosti*. Olomouc: Matice cyrilometodějská, s.r.o., 1999. ISBN neuvedeno.

VACÍNOVÁ, M.; TRPIŠOVSKÁ, D.; FARKOVÁ, M. *Psychologie*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008. ISBN 978-80-86723-47-1.

VÁGNEROVÁ, M. *Psychologie osobnosti*. Praha: Karolinum, 2010. ISBN 978-80-246-1832-6.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308.

VALACH, M. *Češi v neklidné době*. Brno: L. Marek, 2006. ISBN 80-86263-75-4.

VÁŽANSKÝ, M. Otázky dospělých a využívání jejich volného času. In PAŘA, G.; JENČO, J. *Volný čas dospělých na počátku 21. století*. Prešov: Prešovská univerzita, 2008. ISBN 978-80-8068-877-6.

VODÁČKOVÁ, D. *Krizová intervence*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-696-9.

VYMĚTAL, J. *Speciální psychoterapie*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1315-1.

ZVĚŘINA, J. I sex podléhá novým trendům. *Psychologie dnes*, 2009, roč. 15, č. 3, s. 6-9.

Život z víry. Překlad 2. dílu katolického katechismu pro dospělé. Teologická fakulta Jihočeské univerzity 2005. ISBN 80-7040-809-X.

Seznam elektronických zdrojů

Česká republika, životní a pracovní podmínky [online]. [cit. 2011-8-2]. Dostupné na WWW: <http://portal.mpsv.cz/eures/prace_v_eu/zeme/cesko#kap%204>.

Český statistický úřad: *Demografická ročenka ČR 2009* [online]. Praha: Český statistický úřad, © 2011, poslední aktualizace 3.3.2011 [cit. 2011-02-12]. Dostupné na WWW: <<http://www.czso.cz/csu/2010edicniplan.nsf/p/4019-10>>.

Český statistický úřad. *Rozvodovost* [online]. © 2009 [cit. 2011-01-07]. Dostupné na WWW: <<http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/rozvodovost>>.

Hovory o vztazích. Český rozhlas 6. DAVID, I. Úzkosti třetího tisíciletí [online]. [cit. 2011-02-14]. Dostupné na WWW:

<http://www.rozhlas.cz/iradio/cro6?p_gt=1&p_pattern=%DAzkosti+t%F8et%EDho+tis%EDcilet%ED&p_po=1971>.

DIMITROVÁ, M. Manželství a jeho význam v pojetí české veřejnosti. *Naše společnost* [online]. 2007, č. 2 [cit. 2011-01-12]. Dostupné na WWW:

<http://www.cvvm.cas.cz/index.php?lang=0&disp=nase_spolecnost&r=1&offset=113&shw=100074>.

HORÁKOVÁ, N. Co je pro nás v životě důležité? *Naše společnost* [online]. 2005, č. 2 [cit. 2011-02-11]. Dostupné na WWW:

<http://www.cvvm.cas.cz/index.php?lang=0&disp=nase_spolecnost&r=1&offset=119&shw=100045>.

CHALOUPKOVÁ, J. Vstup do dospělosti. *Sociologický webzin*, 2011, č. 1. [online]. [cit. 2011-02-21]. Dostupné na WWW:

<http://www.socioweb.cz/upl/editorial/download/186_SOCIOWEB_01_2011_.pdf>.

LABUSOVÁ, E. Hovory o rodině. In *Český rozhlas* [online]. © 2000-2009 [cit. 2010-09-25]. Dostupné na WWW: <http://www.rozhlas.cz/radionaprani/archiv/?p_po=1971>.

MAJEROVÁ, T. *Křesťanská rodina v postmoderní době* [online]. [cit. 2011-02-11]. Dostupné na WWW: <<http://www.getsemany.cz/node/242>>.

Občanský zákoník [online]. [cit. 2011-01-22]. Dostupné na WWW: <<http://business.center.cz/business/pravo/zakony/obcanzak/cast1.aspx>>.

ŠAFR, J.; HAUBERER, J. *Subjektivní sociální distance k profesím* [online]. [cit. 2011-01-28]. Dostupné na WWW: <http://www.cvvm.cas.cz/upl/nase_spolecnost/100083s_Profese.pdf>.

ABSTRAKT

JELÍNKOVÁ, E. *Problémy sebepojetí mladého dospělého člověka v české společnosti a pomoc sociálního pracovníka při jejich řešení*. České Budějovice 2011. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra praktické teologie. Vedoucí práce David Urban.

Klíčová slova: sebepojetí, mladá dospělost, psychologie, česká společnost, problémy sebepojetí, sociální role, sociální práce

Práce se zabývá tématem problémů sebepojetí mladého dospělého člověka z pohledu psychologie. Je poukazováno na vývoj sebepojetí a na jeho charakteristické znaky, které přechází ke vztahu sebepojetí a seberealizace v sociálních rolích typických pro období mladé dospělosti.

Vliv české společnosti na pojetí dospělého člověka je potvrzován výzkumy z empirických věd. Působení společenských prvků na vstup do dospělosti je možné pozorovat skrze individualismus, konzum a kvalitu života, které ovlivňují dvě nejdůležitější životní oblasti, práci a vztahy.

Hlavní část práce je zaměřena na problémy sebepojetí mladého dospělého člověka v návaznosti na (ne)spokojenost v sociálních rolích, které obsahují různá očekávání. Nespokojenost člověka může být zapříčiněná preferencí ideálního „já“, které není v souladu se skutečnými požadavky ze strany sociálního prostředí. To může mít negativní dopady na sebepojetí a sociální fungování dospělého jedince.

Při vzniklých problémech sebepojetí, jež mohou mít důsledky v psychických potížích, se jedinec obrací na sociálního pracovníka. Přes terapeutickou činnost se snaží o podporu nebo udržení rovnováhy mezi očekáváními ze sociálního prostředí a schopnostmi jedince je realizovat. Teoretická východiska jsou aplikována na konkrétní oblasti sociální práce (sociální práce s mladými dospělými, sociální práce s rodinou, manželské a rodinné poradenství).

ABSTRACT

The issues of a young adult individual's self-concept within the Czech society and a social worker's support with dealing with them

Key words: self-concept, young adulthood, psychology, Czech society, self-concept issues, social role, social work

The thesis deals with the problems of a young adult human being's self-concept from the psychological point of view. It deals particularly with issues such as the development of self-concept, its characteristics and the relation between the self-concept and self fulfillment in the social roles typical for the period of young adulthood.

The society's impact on the self-concept of an adult individual is being confirmed by the researches from the empirical sciences. The influence of the social elements on the start in an adult life can be observed through individualism, consumerism and quality of life, which all affect the two most important parts of life – the work and human relations.

The main part of the thesis focuses on the self-concept issues of a young adult in correlation to the (dis)satisfaction in the social roles as all the roles include various expectations. The dissatisfaction can be caused by preferring the ideal "myself" which is not in accordance with the actual requirements of the social environment. This can have a negative impact on the self-concept and individual's functioning within the community and society.

The individual turns his attention to the social worker when having self-concept problems that might result in mental difficulties. The social worker tries through the therapeutical activities to support and maintain the balance between the expectations from the social environment and the ability to realize these expectations. The theoretical starting points are applied to some particular areas of the social work (social work with the young adults, social work with families, marital and family consultancy).