

Univerzita Hradec Králové

Pedagogická fakulta

Ústav sociálních studií

**Veganský životní styl rodičů a jeho dopad na sociální
interakce dětí z pohledu matky a dítěte**

Diplomová práce

Autor: Bc. Romana Jančíková

Studijní obor: Sociální pedagogika

Studijní program: N7507 Specializace v pedagogice

Vedoucí práce: Mgr. et. Mgr. Petra Ambrožová, Ph. D.



Zadání diplomové práce

Autor: Romana Jančíková

Studium: P19P0700

Studijní program: N7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sociální pedagogika

Název diplomové práce: **Veganský životní styl rodičů a jeho dopad na sociální interakce dětí z pohledu matky a dítěte**

Název diplomové práce AJ: Vegan lifestyle of parents and its impact on the social interaction of children, from the perspective of mother and child

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Cílem diplomové práce je zjistit, jaký dopad má veganský životní styl matky na sociální interakce jejího dítěte a jak tento životní způsob ovlivňuje vztahy s vrstevníky v období staršího školního věku. Teoretická část vymezuje nejprve pojmy životní styl a životní způsob, popisuje rodinné prostředí, specifikuje období prepubescence a pubescence, dále se zaměřuje na vztahy a sociální interakce pubescenta jak v prostředí rodinném, tak ve školním. Empirická část je realizována kvalitativním způsobem pomocí polostrukturovaných rozhovorů jak s matkami vyznávajícími veganský životní způsob, tak jejich dětmi.

KRAUS, Blahoslav. *Životní styl současné české rodiny*. Hradec králové: Gaudeamus, 2005. ISBN 978-7435-544-8.

STAŠOVÁ, SLANINOVÁ, JUNOVÁ. *Nová generace: vybrané aspekty socializace a výchovy současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Hradec králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-7435-576-7.

Garantující pracoviště: Katedra sociální pedagogiky,
Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: Mgr. et Mgr. Petra Ambrožová, Ph.D.

Oponent: PhDr. Jiří Kučírek, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 1.2.2020

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma „Veganský životní styl rodičů a jeho dopad na sociální interakce dětí z pohledu matky a dítěte“ vypracovala samostatně a s použitím uvedené literatury a pramenů.

V Hradci Králové

.....

Bc. Romana Jančíková

Poděkování

Chtěla bych poděkovat své vedoucí diplomové práce Mgr. et Mgr. Petře Ambrožové, Ph. D., za cenné rady, připomínky a vstřícnost při konzultacích a vypracování diplomové práce.

Anotace

JANČÍKOVÁ, Romana. *Veganský životní styl rodičů a jeho dopad na sociální interakce dětí z pohledu matky a dítěte*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2021. 74 s. Diplomová práce.

Diplomová práce s názvem *Veganský životní styl rodičů a jeho dopad na sociální interakce dětí z pohledu matky a dítěte* se zaměřuje na ovlivnění sociálních interakcí a vztahů dětí středního a staršího školního věku veganským životním stylem, který vyznávají jejich rodiče, především matky. Teoreticky orientovaná část charakterizuje životní styl a konkretizuje životní styl členů veganské subkultury, který se značně liší od stylu života majoritní společnosti. Druhá kapitola pohlíží na vegany jako členy subkultury, definuje pojmy kultura, subkultura a dílčí kultura. Dále se práce věnuje motivům, které nejčastěji vedou jedince k přechodu na veganský životní styl. Poslední kapitola má za snahu objasnit, jaký dopad má životní styl matky na sociální interakce a prožívání dětí středního a staršího školního věku ve školním prostředí. Kapitola přibližuje vývojová období středního a staršího školního věku, definuje pojem rodina a snaží se specifikovat její funkce a socializační faktory. V práci jsou charakterizovány současné vzory dětí a mládeže, vrstevnické skupiny a školní klima třídy. Závěr kapitoly je věnován úloze veganského životního stylu rodičů v životě dítěte. Empirický design práce byl zpracován pomocí polostrukturovaných rozhovorů s matkami a jejich dětmi vyznávajícími veganský životní styl. Na základě rozhovorů byly získány informace o tom, jaký dopad má veganský životní styl matek a jejich dětí na sociální interakce a vztahy dětí.

Klíčová slova: životní styl, veganství, subkultura, motivace, dětství, střední školní věk, starší školní věk, sociální interakce, vztahy, rodina, školní klima.

Anotation

JANČÍKOVÁ, Romana. *Vegan parenting and its impact on the social interactions of children, from the perspective of mother and child*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2021. 74 p. Diploma thesis.

The diploma thesis entitled ‘Vegan parenting and its impact on the social interactions of children, from the perspective of mother and child’ focuses on how the vegan lifestyle of parents, especially mothers, influences the social interactions and relationships of middle and older school children. The theoretically oriented part characterises and concretises the lifestyle of members of the vegan subculture, which differs significantly from the lifestyle of the majority of society. The second chapter looks at vegans as members of a subculture, defining the terms culture and subculture. Furthermore, the work deals with the motives that most often lead individuals to transition to a vegan lifestyle. The final chapter seeks to clarify the impact of the mother's lifestyle on the social interactions and experiences of middle-aged and older school-age children in the school environment. The chapter describes the developmental periods of the middle and older school age groups, defines the term family and tries to specify its functions and socialisation factors. The work characterises the current patterns of children and youth, peer groups and the climate of the school classroom. The conclusion of the chapter is devoted to the role vegan parenting plays in the life of a child. The empirical design of the work was elaborated through semi-structured interviews with mothers and their children professing a vegan lifestyle. The interviews provided information on how the vegan lifestyle of mothers and their children impacts the children's social interactions and relationships.

Key words: lifestyle, veganism, subculture, motivation, childhood, middle school age, older school age, social interaction, relationships, family, school climate.

OBSAH

ÚVOD.....	9
1 Veganský životní styl.....	11
1.1 Životní styl a jeho charakteristika.....	11
1.2 Alternativní životní styl	14
1.3 Zdravý životní styl	16
1.4 Specifika veganského životního stylu.....	18
2 Vegani jako subkultura.....	20
2.1 Vymezení pojmu kultura.....	20
2.2 Vegani jako subkultura	22
2.3 Vegani jako hnutí	25
3 Motivace jedinců k přechodu na veganský životní styl	27
3.1 Vymezení pojmu motivace	27
3.1.1 Etické motivy	28
3.1.2 Zdravotní motivy	31
3.1.3 Ekologické motivy	32
4 Dopad životního stylu matky na sociální interakce a prožívání dítěte v období středního a staršího školního věku.....	35
4.1 Vymezení vývojového období středního školního věku.....	35
4.2 Vymezení vývojového období staršího školního věku	36
4.3 Vymezení pojmu rodina.....	38
4.3.1 Funkce rodiny	39
4.3.2 Socializační faktory rodinného prostředí.....	40
4.4 Současné vzory dětí a mládeže	42
4.5 Vrstevnické skupiny.....	43

4.6	Klíma školní třídy	45
4.7	Úloha veganského životního stylu rodičů v životě dítěte	46
5	Výzkumné šetření.....	48
5.1	Stanovení cílů výzkumu.....	48
5.2	Vytvoření konceptuálního rámce	48
5.2.1	Formulace výzkumného problému	48
5.3	Metodologický rámec a metody.....	49
5.3.1	Design výzkumu	49
5.4	Metoda sběru dat.....	49
5.4.1	Schéma polostrukturovaného rozhovoru	50
5.5	Rozhodnutí o výzkumném vzorku a prostředí	52
5.6	Zajištění kvality výzkumu.....	53
5.7	Sběr dat a jejich interpretace	53
5.8	Výsledky	53
5.8.1	Výsledky rozhovorů s matkami	53
5.8.2	Výsledky rozhovorů s dětmi	59
	Shrnutí výsledků výzkumného šetření.....	64
	Závěr	66
	Seznam použitých zdrojů	69
	Příloha A.....	75

ÚVOD

Veganský životní styl si v posledních letech z různých důvodů získal velké množství příznivců. Tento životní styl je v mnoha oblastech specifickým a odlišuje se od běžného životního stylu majoritní společnosti. Tyto odlišnosti jsou patrné především ve stravovacích zvyklostech, názorové a hodnotové orientaci, která zohledňuje práva zvířat a s nimi souvisejícími aspekty. Veganský způsob života má také své odpůrce, další část společnosti k němu přistupuje neutrálně. Postoje lidí jsou ovlivňovány mírou a kvalitou informovanosti.

Do popředí různých diskusí se dostává problematika veganských dětí, které jsou k veganství vedeny svými rodiči již od útlého dětství. Tento trend veganských dětí je v očích společnosti považován za nebezpečný, především kvůli riziku spojeného s nedostatečnou a nevyváženou výživou. Je zřejmé, že výchova v rodinách, ve kterých jsou děti vedené k veganství je odlišná od výchovy rodin, které veganství nevyznávají. Odlišná hodnotová orientace a styl výchovy dětí ve veganských rodinách může mít vliv na sociální vztahy dětí v kolektivu. Tématem diplomové práce je: „*Veganský životní styl rodičů a jeho dopad na sociální interakce dětí z pohledu matky a dítěte.*“ Obsah práce danou problematiku rozebírá v teoretické i výzkumné rovině. Výzkumné šetření přináší zajímavé poznatky o vztazích veganských dětí v kolektivu. Tyto informace jsou získány pomocí rozhovorů s matkami a jejich dětmi středního a staršího školního věku, které žijí veganským způsobem života.

Životní styl zasahuje do mnoha sociálních oblastí jednotlivých členů rodiny. Specifické aspekty veganství mohou být příčinou problematických vztahů dětí s jejich vrstevníky, což může vygradovat v ostrakizaci veganských dětí a jejich ponižování. Práce umožňuje vhlédnout na oblast sociálních interakcí a vztahů dětí, které vyrůstají v rodinách vyznávající veganský životní styl.

Hlavním cílem diplomové práce je zjistit, s oporou o odbornou literaturu, jaký vliv má veganský životní styl rodičů na vztahy a sociální interakce dětí. Na základě cíle práce byl formulován vědeckovýzkumný problém: **Jaký dopad má veganský životní styl rodičů na sociální interakce dětí.** Na základě této formulace vznikla domněnka: **Veganský životní styl rodičů má negativní dopad na sociální interakce dětí.** V závěru práce je uvedeno, zda se domněnka potvrdila, či vyvrátila.

Diplomová práce se může stát obohacujícím materiálem pro sociální pedagogy, kteří mohou během své praxe řešit situace týkající se členů veganské subkultury. Veganství je životní styl, který lze řadit mezi alternativní a zdravé životní styly, díky svým specifickým aspektům. Veganství má svou kulturu, vegany lze řadit mezi subkultury a hnutí. Motivací k přechodu na veganství mohou být etické, enviromentální nebo zdravotní důvody. Školní klima a rodinné prostředí dětí středního a staršího školního věku jsou také oblasti, na které se sociální pedagogika zaměřuje. Veganský životní styl a jeho dopad na vztahy a sociální interakce dětí je pro současnou společnost aktuální téma. Informace získané díky realizaci diplomové práce mohou být materiálem pro jejich praktické využití.

1 Veganský životní styl

První kapitola se zabývá životním stylem a jeho utvářením, definuje pojmy životní způsob a životní sloh, zaměřuje se na zdravý životní styl a věnuje se alternativním životním stylům, mezi které lze zařadit i vegansky orientovaný způsob života. Kapitola také specifikuje veganský životní styl, který je v mnoha aspektech odlišný od stylu života většinové společnosti.

1.1 Životní styl a jeho charakteristika

Vymezení termínu životní styl je dosti komplikované, ačkoliv tento pojem bývá běžně užívaný. Lidé však životnímu stylu rozumí spíše v tušeném smyslu nežli v konstatovaném. (Duffková, 2008)

„Termín životní styl vyjadřuje spíše individuální optimální uspořádání životních forem do harmonického celku. Životní styl je charakterizován jako široký komplex činností a s nimi spjatých postojů, norem, hodnot, návyků, které mají trvalý ráz a jsou pro každého individuálně specifické – vystihují jeho osobitost. Životní styl každého jednotlivce je zasazen do širšího společenského kontextu, ovlivňuje ho historický vývoj, tradice, kulturní a ekonomická úroveň společnosti. (Kraus 2014, s. 92) Životní styl představuje souhrn aktivit, ustálených vzorců chování a postojů, které charakterizují jedince a vymezují jeho místo ve společnosti.

Duffková, Urban, Dubský (2008, s. 51) charakterizují životní styl takto: *„Životní styl je způsob, jakým lidé žijí – tedy jak bydlí, stravují se, vzdělávají se, chovají se v různých situacích, baví se, pracují, spotřebovávají, vzájemně komunikují, jednají, rozhodují se, cestují, vyznávají a dodržují určité hodnoty, starají se o děti, pěstují potraviny, vyrábějí atd.“* Specifičnost životního stylu členů veganské subkultury můžeme spatřovat v odlišném vyznávání hodnot a norem, které ovlivňují postoj k přírodě, především ke zvířatům, způsob stravování, odívání i výchovu dětí. Tímto se veganský životní styl vymezuje od stylu života majoritní společnosti.

Vliv na **utváření životního stylu** mají nejrůznější faktory. Mezi ně patří **objektivní společenské faktory**, které určují především ekonomické a politické poměry dané společnosti. Neméně důležitý vliv na utváření životního stylu mají **kulturní tradice**. Do života jednotlivce významně vstupují také zvyky a jednání v jeho orientační rodině (je zde zahrnuto hospodaření v domácnosti, výchova dětí, trávení volného času a uspokojování

biologických a kulturních potřeb). *Subjektivní faktory* jsou určeny individuálními potřebami jednotlivce, mezi ně patří *psychologické charakteristiky, pohlaví, zdravotní stav a věk*. Významnou pozici v motivační struktuře člověka zaujímá *hodnotový systém*. Co se týče úrovně a kvality životního stylu, významnou roli zde hraje *míra dosaženého vzdělání*. (Kraus, 2014)

Na utváření životního stylu jednotlivce má významný vliv společnost, která ho obklopuje a jejíž je součástí, rodina, ve které vyrůstal, osobnostní rysy, preference, a hodnotová orientace daného jednotlivce.

Terminologie v oblasti životního stylu není zcela jednotná. Pojem *životní způsob* zasahuje makrostrukturální stránku sociálních vlivů. Mezi tyto sociální vlivy můžeme zařadit ekonomické, ekologické, technické, kulturní, celospolečenské a skupinové procesy. Životní způsob je často vztahován k větším sociálním celkům. Vedle pojmu životní způsob a životní styl se objevuje také *životní sloh*, který bývá chápáný jako *optimální uspořádání forem života v jediný harmonický celek nebo životní styl*. Životní styl bývá vztažen spíše k jednotlivcům. (Žumárová, 2001)

Kubátová (2010, s. 14) uvádí, že: „*Životní způsob bychom mohli postihnout výčtovou definicí (co vše do něj patří), zatímco definice životního stylu vychází z předpokladu provázanosti jednotlivých prvků životního způsobu.*“

Termín *životní styl* je často připodobňován ke kvalitativním charakteristikám životního způsobu, pomocí kterých společnost interpretuje realitu a na základě nichž její členové konají a žijí. Toto pojetí životního stylu zkoumáme zpravidla antipozitivisticky. Oproti tomu *životní způsob* je spojován s kvantitativními charakteristikami a systémovou provázaností samostatných prvků životního způsobu a toto pojetí životního způsobu zkoumáme pozitivisticky. (Kubátová, 2010)

Pro přehled je také vhodné si uvědomit rozdílnosti životního stylu jednotlivce a skupiny. Podle Krause (2015, s. 98): „*Životní styl společenské skupiny obsahuje množství společensky determinovaných vzorů chování a interpretací sociálních situací vypracovaných a využívaných skupinou v každodenním životě a také různorodé faktory, pod jejichž vlivem mohou podléhat změnám. Životní styl jednotlivce zahrnuje standardní reakce*

a vzory chování vznikající v průběhu procesu socializace, které jsou neustále testovány, interpretovány a mění se v důsledku nových zkušeností a interpretací.“

Životní styl je možné charakterizovat podle **struktury každodenních činností**. Tyto činnosti třídíme do několika **základních kategorií**:

- 1. aktivity orientované na práci, profesi a přípravu na ni** – vzdělávání, nástup do zaměstnání, profesní adaptace a stabilizace, profesní růst,
- 2. aktivity spojené s rodinou** – hledání partnera, zakládání rodiny, výchova potomků,
- 3. aktivity v oblasti zájmové** – utváření osobních zájmů, jejich upevňování a rozvoj, odpočinek, zábava, relaxace,
- 4. aktivity směřující do společenského života** – účast na společenském životě, zaujímaní pozic,
- 5. aktivity týkající se základních biologických potřeb.**

Obsah těchto procesů významně souvisí s časem, ve kterém jsou tyto činnosti uskutečňovány. Všechny výše uvedené aktivity lze rozdělit na aktivity provozované v čase **pracovním** a **mimopracovním**. Od pracovního času se odvíjí **celá časová struktura života** (denní, noční, celoživotní). Na základě pracovního času lze určit strukturu nepracovního času, který tvoří aktivity, jež vyplňují volný čas. (Žumárová, 2001)

Obsah zmíněných aktivit veganského životního stylu se liší od povahy uskutečňovaných aktivit majoritní společnosti. Znatelnou či mírnou rozdílnost náplně každodenních činností veganské subkultury můžeme objevit ve všech kategoriích výše uvedených aktivit.

Žumárová (2001, s.157) také uvádí, že: „*Charakterizovat životní způsob lze také z hlediska zaměřenosti uskutečňovaných aktivit. Při tomto členění může jít v zásadě o zaměřenost na:*

- 1. přírodu, respektive fyzikální prostředí,*
- 2. práci, vytváření hodnot,*
- 3. sebe,*

4. sociální okolí, ostatní lidi, vztahy. “

Veganský životní způsob bývá často orientován na oblast aktivit zaměřených na přírodu. Členové veganské subkultury se snaží potlačit využívání zvířat člověkem, ale soustředěnost v tomto ohledu bývá rozšířena o aktivity ekologického směru, které nejsou zaměřené pouze na faunu. Vegany se lidé také stávají díky možným benefitům plynoucích z veganského stravování. V tomto ohledu se může jednat o redukci váhy, zlepšení kondice, zažívání, předcházení nemocem nebo z důvodu upoutání pozornosti okolí. Tyto aktivity jsou zaměřené především na jednotlivce (na sebe samého). Veganský životní způsob může být orientován i na aktivity vytvářející hodnoty a může tím působit i na širší sociální okolí. Aktivity jednotlivců vyznávajících veganství mohou být tedy velmi různorodé a členité.

1.2 Alternativní životní styl

Výrazy „alternativa“ a „alternativní“ se od 90. let minulého století začaly objevovat v kontextu životního stylu či způsobu. Alternativnost ve spojení s životním stylem nebo způsobem bývá nejčastěji chápána v souvislosti se zdravím a s životním prostředím. Do kategorie „alternativního životního stylu“ můžeme zařadit jednotlivce vyznávající vegetariánský životní styl, squattery, skinheady, posluchače techna, ale i např. homosexuální menšiny. Jedná se o skupiny méně početné a nějakým způsobem vyhraněné oproti masové společnosti. Za alternativní životní styl považujeme ten, který si z nabízených životních stylů zvolíme za vlastní. Z obecného hlediska pojem alternativa znamená volbu mezi dvěma a více možnostmi řešení (především protikladných). Důležitou podmínkou alternativního životního stylu je existence škály různorodých životních stylů, mezi kterými se nám nabízí možnost výběru. Alternativní životní styl je volitelný, je však třeba si položit otázku *v čem je volitelný*, protože možných *alternativ pojetí alternativního životního stylu* je mnoho a je třeba si uvědomit, že v souvislosti s alternativou se nám musí nabízet jistý výběr z několika možností. (Duffková, Urban, Dubský, 2008)

Alternativa představuje možnost a vyznačuje se jinakostí – to znamená, že alternativní životní styly jsou navzájem od sebe odlišné životní styly, je jich celá řada, spektrum, nekonečný počet odlišných životních stylů: co odlišný životní styl, to alternativní životní styl. Důležitým krokem v konstatování alternativnosti je položit si otázku, *k čemu* je ona možnost alternativou. Například z *časového hlediska* můžeme srovnávat existující životní styly, *v předmětové rovině* uvažujeme o životním stylu celospolečenském, či řadě

různorodých životních stylů. Důležité je také vnímat, v čem lze alternativu spatřovat, ptáme se na rozsah alternativnosti, jaké rozdílnosti jsou nutné, abychom o alternativě mohli uvažovat. Nejvhodnější je hovořit o alternativě tehdy, kdy se jednotlivé životní styly navzájem liší v těch nejpodstatnějších prvcích a rovinách. V problematice alternativních životních stylů je třeba určit, v jakém směru je daný životní styl alternativní, jakým směrem se odlišuje od „modelového“ životního stylu. Ve společenském povědomí panuje představa, že mezi alternativní životní styly se řadí životní styly, které se od životního stylu majority liší v negativním smyslu – např. životní styly osob závislých na návykových látkách (alkoholiků, narkomanů atd.). Tento způsob chápání majoritní společnosti vychází z následujícího principu: jestliže svůj životní styl považují za pozitivní, žádoucí, alternativu k němu mohou považovat za nesprávnou, negativní. Je však kromě „negativních odchylek“ od společensky uznávaných životních stylů možné najít i „pozitivní odchylky“. Tato „pozitivní odchylka“ je alternativní styl, který je společensky kladně vnímán a často i chápán jako vzor. Záleží na rozhodnutí jedince, jaký životní styl si v rámci svých životních podmínek zvolí za vlastní – zda jeho preferencí bude životní styl většiny, nebo se rozhodne pro životní styl odlišný. Při vnějších posuzování volby životního stylu hrají roli subjektivní a objektivní proporce. Tím je myšleno, že jedinci může připadat, že nemá jinou možnost, že si musí zvolit určitý životní styl, že nemá jinou alternativu. Avšak jiný člověk může na základě zkušeností, názorů a hodnot spatřovat alternativu i v tom, co jiný jedinec z řady možností předem vyloučil. (Kraus, 2015)

Duffková, Urban, Dubský (Duffková, Urban, Dubský, s. 122, 2008) shrnují podstatu alternativního životního stylu následovně: „*Alternativní životní styl je hlavně náležitostí subjektivní volby (značnou roli zde hraje osobnost člověka se všemi jeho zkušenostmi, názory atd.) a jeho podstata spočívá v dobrovolné výrazné preferenci určité hodnoty významně ovlivňující, event. i utvářející životní styl a jeho vývoj. S touto funkcí hodnoty může často souviset úzce sociální role: člověk může vědomě či nevědomě některou ze svých sociálních rolí považovat pro sebe za klíčovou až do té míry, že plnění této role může podřizovat i celý svůj životní styl (viz výroky typu „manažer – to je způsob života“ – obdobně vegetariánství, mafie, dokonce sumo atd.).“*

Alternativnost životních stylů je možné nejčastěji spatřovat v odlišnostech od „běžného“ životního stylu majoritní společnosti. Rozdílnost lze vnímat ve stylu oblékání, hudební preferenci, hodnotové orientaci, nebo v odlišných stravovacích zvyklostech.

Veganský životní styl je alternativní ve více ohledech, odlišnosti jsou patrné ve způsobu stravování či odívání a pramení z hodnotové orientace příznivců veganského životního stylu.

1.3 Zdravý životní styl

V současné době je ze strany společnosti zdravému životnímu stylu věnován značný zájem. Na problematiku zdravého životního stylu bývá nahlíženo rozdílně. Utváření a upevňování zdravých návyků probíhá již v dětství a značný vliv na proces formování životního stylu má prostředí a rodina, ve které vyrůstáme. Pod pojmem zdravého životního stylu je možné si například představit pravidelnou a vhodnou pohybovou aktivitu, zdravý způsob stravování nebo absenci užívání návykových látek. Vnímání a utváření životního stylu je v naší společnosti umocněno také vlivem médií, která zvyšují povědomí o současných trendech v oblasti životního stylu. Některé tyto trendy a rady nemusejí být vhodné, pravdivé a se současným dosahem médií mohou mít na jednotlivce až destruktivní následky. Je třeba si uvědomit, že každý jedinec je individualita, která má v oblasti zdraví odlišné potřeby od ostatních. Veganský životní způsob může být řazen do kategorie zdravého životního stylu, protože usiluje o pozitivní účinky rostlinného stravování na zdraví člověka a snaží se zmírnit negativní dopad produkce živočišného průmyslu na životní prostředí.

Duffková, Urban Dubský (2008, s. 163) pojímají zdravý životní styl takto: „*Obecně vzato podstatou zdravého životního stylu je dodržovat a respektovat v různých sférách života komplex určitých pravidel a norem směřujících k udržení a upevnění zdraví, přičemž je důležité v každém případě vycházet z konkrétních podmínek exogenních (okolní prostředí) i endogenních (organismus jedince).*“

Zdravý životní styl lze charakterizovat jako *reakci na nepříznivý stav světového obyvatelstva* – na informační explozi, působení masmédií a stav současného životního prostředí a globálně na všechny faktory negativního rázu, které přinesl vědecký a technický rozvoj. Žít zdravě znamená předcházet ohrožení vlastního zdraví, současně však i zdraví našich blízkých. Stěžejní je však spojit naše snahy s okolím a usilovat o změnu hodnotových priorit a hodnotovou orientaci celé lidské společnosti. (Šmahel, 2014)

Lidé, kteří preferují veganský životní způsob, reagují na nepříznivý dopad živočišného průmyslu na životní prostředí a zdraví člověka a bojují proti neetickému

zacházení se zvířaty. Z tohoto pohledu lze veganství chápat jako zdravý životní styl, neboť usiluje o zmírnění negativních jevů spojených s využíváním zvířat člověkem.

Při snaze o utváření zdravého životního stylu je podle Smékala (2014, s. 170) třeba přihlídnout k těmto *základním faktorům*:

Životní rytmus – vhodný poměr pracovní činnosti a odpočinku, fyzické a psychické zátěže, přiměřené množství spánku.

Pohybový režim – pravidelný pohyb, přiměřená fyzická námaha.

Duševní aktivita – rozvoj kulturních zájmů, další vzdělávání, respektování zásad duševní hygieny, odreagování se od každodenního napětí.

Živospráva a racionální výživa – vhodný stravovací režim, který slouží zachování zdraví a tělesné i duševní výkonnosti.

Zvládání náročných životních situací – schopnost řešit konflikty, zvládat stresové situace, překonávat frustrace.

Pěstovat *zdravý životní styl* znamená *rozvíjet tělesné, psychické a duchovní kultury osobnosti*:

Tělesná kultura osobnosti zastřešuje dovednosti v oblasti návyků týkající se osobní hygieny, životosprávy, stravovacích zvyklostí, ovládnutí touhy po škodlivých požitcích, kterými se rozumí návykové látky (drogy, alkohol, cigarety), a také aktivní pohyb v přiměřené míře.

Psychickou kulturou osobnosti se rozumí složitý komplex osobnostních kvalit, které jsou konkretizovány v hodnotových orientacích jednotlivců a jejich socializovaných potřeb. V současnosti je kladen důraz především na *prosociální orientaci, odpovědnost, uvážlivost, sebeovládání, reflexi a sebereflexi* a v neposlední řadě také *tvůrčivost a sociální orientaci*.

Šířeji pojatá oblast *duchovní kultury osobnosti* zahrnuje mravní vyspělost, citlivost pro svědomí, ale také estetické, literární, vědecké zájmy a realizační dovednosti. (Smékal in Kraus, 2014)

Zdravý životní styl spolu s jeho utvářením souvisí s oblastí prevence sociálních deviací. Nejlepší specifickou prevencí je právě zdravý životní styl, myšleno je tím

komplexní formování osobnosti připravené na nejrůznější nástrahy současného života směřující ke schopnosti těmto složitostem zdatně odolávat. (Kraus, 2014)

1.4 Specifika veganského životního stylu

„Veganství je způsob života, jehož snahou je v co největší možné a praktikovatelné míře vyloučit všechny formy využívání zvířat a krutosti páchané na zvířatech kvůli jídlu, oblečení nebo jakémukoli jinému účelu.“ (Definition of veganism [online])

Z výše uvedené definice veganství je zřejmé, že specifčnost veganského životního stylu lze spatřovat v jeho alternativnosti, která se projevuje především v oblasti zdravého životního stylu a ekologicky orientovaného způsobu života. Členové veganské subkultury usilují o omezení zneužívání zvířat člověkem, zmírnění negativního dopadu produkce živočišného průmyslu na životní prostředí a zlepšení zdraví člověka díky vyloučení konzumace živočišných produktů. Z pohledu majoritní společnosti se veganský způsob života může jevit jako kontroverzní, až do určité míry extrémistický, protože se od globálního životního stylu v mnoha ohledech značně liší.

Přijetí veganského životního stylu za vlastní znamená nekonzumovat živočišné produkty – maso (včetně ryb), mléko, vejce a ani med. Vegani také nenosí kožené ani vlněné oděvy a nepoužívají kosmetiku testovanou na zvířatech. Pro shrnutí – komunita veganů se snaží svým počínáním alespoň zmírnit újmu na zvířatech, které se dopouští naše většinová společnost. (O co jde?- veganodaktyl [online])

I přes svou specifčnost si veganství v poslední době získává stále více příznivců a jeho pozitivní účinky jak na zdraví člověka, tak na životní prostředí se dostávají do popředí, a to především díky výzkumům, které potvrzují kladné dopady a udržitelnost tohoto životního stylu pro život současné i budoucí generace.

V roce 2019 byl uskutečněn výzkum zaměřený na stravovací návyky Čechů, který byl realizován agenturou Ipsos pro Asociaci společenské odpovědnosti. Z výsledků výzkumu plyne, že: *„K bezmasému jídelníčku se v Česku hlásí každý desátý mileniál. Stále častěji také od vědců slyšíme, jaké negativní dopady má živočišná produkce na životní prostředí a na změnu negativních podmínek. Pokud bychom tyto dvě linky spojili, mohlo by to znamenat, že si mladí lidé uvědomují svou společenskou odpovědnost směrem k životnímu prostředí a nejsou jim lhostejné environmentální problémy, kterým v současnosti planeta*

čeli. Což je skvělý základ pro opravdovou změnu na cestě k lepšímu světu pro všechny.“
(Jak se Češi stravují? [online])

Specifičnost veganského způsobu života můžeme spatřovat v hodnotové orientaci členů veganské subkultury, která zahrnuje etické, ekologické a zdravotní aspekty, jež vymezují tento životní styl od ostatních. Tyto specifické aspekty veganského životního stylu se zároveň stávají motivy k přechodu na veganství a v této práci jim bude věnována větší pozornost.

2 Vegani jako subkultura

Druhá kapitola definuje pojmy kultura, subkultura a v této souvislosti nahlíží na komunitu veganů právě jako na subkulturu, která se vymezuje od majoritní kultury specifickými znaky a symboly. V neposlední řadě je zde společenství veganů vnímáno jako hnutí.

2.1 Vymezení pojmu kultura

Kultura je předmětem zájmu mnoha věd, např. kulturní antropologie, etnologie, etnografie, sociologie a sociální psychologie. Jedná se o složitý společenský proces, který není jednoduché jednoznačně vymezit a definovat, protože bývá užíván v mnoha významech, což svědčí o složitosti této oblasti. (Mc Quail, 2017)

Pojem kultura pochází z lat. *colere*, což v překladu znamená vzdělávat, pěstovat, kultivovat a v původním významu nesl spojitost se zemědělstvím. Nového významu nabyl díky M. T. Cicerovi, který označil filozofii pojmu za „kulturu ducha“ a užil ho v Tuskulských hovorech. Termín byl následně užíván v oblasti lidského vzdělávání, která se vyznačuje významnou hodnotící funkcí. (Smolík, 2017)

V průběhu let termín kultura díky nejednoznačné terminologii nabyl často protichůdných významů. Jako vědecký termín zahrnuje jak proces, tak i výsledek celého procesu. (Hebidge, 2012)

Petrusek (2009, s. 72) chápe kulturu následovně: *„Kultura je oním svorníkem, který spojuje všechny složky sociálního života. Kultura zahrnuje celý náš život, prostupuje všechny jeho složky, a cokoliv děláme jako společenské bytosti, děláme současně jako bytosti kulturní, tzn. vyrostlé v určité kultuře, vrostlé do kultury a vztahující se k ní.“*

Lawles (1996) vnímá kulturu jako soustavu s vnitřním propojením, která obsahuje řadu představ, činností a vzorců, jež jsou navzájem v interakci a jsou tvořeny hmotnými a duchovními hodnotami utvořenými lidstvem a představují dosažený stupeň vývoje společnosti.

Kultura je typická pro odlišné sociální skupiny většího rozsahu, které se mezi sebou navzájem liší. Kultura je specifická pro lidskou společnost a odlišuje lidskou společnost od zvířecích společenství. (Nakonečný, 2010)

Podobně označuje kulturu i Keller (2004), který pod pojmem kultura zahrnuje vše, čím se lidstvo odlišuje od zvířat. Tím se rozumí činnosti a výtvoř, díky kterým lidé mohou žít v přírodním prostředí, spolu s představami, které přežití dávají smysl. Tato schopnost utvářet kulturu slouží člověku jako kompenzace orgánové a instinktivní nevybavenosti pro život v přírodě. Lidé se pomocí kultury dokážou vyrovnat s tlakem přírody pomocí modifikace prostředí, nikoliv přizpůsobením jejich organismu. Právě pro přeměnu kulturního prostředí je zapotřebí koordinace s dalšími lidmi, která je zajištěná komunikací prostřednictvím symbolů.

Podle Mareše (2006) můžeme symbol chápat jako znak, který má pro jeho příjemce širší význam, než je jeho původní podoba. Symbol může být pojem, děj, barva, zvuk, určitá osoba. Symbolika hraje důležitou roli jak v oblasti kultury, tak subkultury.

Termín kultura bývá pojímán jako výsledek lidské činnosti, který zahrnuje materiální i nemateriální produkty. Sopóci a Búzik (2012, s. 30) spojují kulturu se „specifickým lidským způsobem organizace, uskutečňováním a rozvojem činnosti, který je zpředmětněný (objektizovaný) v materiálních a nemateriálních výsledcích lidské kultury – především práce.“

Kulturu tvoří několik osobitých segmentů. Patří k nim např. jazyk, morálka, potřeby, právo, technologie, umění, věda, znalosti, zvyky, v poslední době se do popředí dostává také sport a móda.

Kulturu můžeme dělit na:

- materiální
- nemateriální (duchovní a normativní)

Obecně lze říct, že kulturu tvoří:

- kulturní artefakty (materiální produkty)
- sociokulturní regulativy (normy a pravidla chování)
- ideje (vize, cíle, hodnoty)
- sociální instituce (stát, náboženství, školství, manželství atd.) (Duffková, Urban, Dubský, 2008)

Na kulturu můžeme také pohlížet z hlediska její rozšířenosti. V tomto ohledu můžeme uvažovat o **dominantní kultuře**, která je hodnocená jako nejrozšířenější v daném prostoru a čase. Jedná se nejčastěji o kulturu středních vrstev (též masová či populární kultura). Navazujícím termínem je **alternativní kultura**, pro kterou je patrný opak proti něčemu, jedná se o tzv. *alternativu většinové kultury*. (Mistrík, 1999)

Ze získaných informací můžeme usoudit, že kultura je specifická lidská činnost, která lidstvo odlišuje od zvířecích společenství. Jednotlivé kultury mají svůj systém hodnot a symbolů, kterými se odlišují od kultur ostatních. Vegani mají svůj hodnotový žebříček, ve kterém je kladen důraz především na respekt ke zvířatům, od kterého se odvíjí odlišný způsob stravování, odívání a další preference, které se liší od hlavního proudu společnosti.

2.2 Vegani jako subkultura

Než budeme na komunitu veganů nahlížet jako na subkulturu, je třeba si subkulturu jako takovou charakterizovat. Uvést jednoznačnou definici subkultury je zcela nemožné, neboť existuje nesčetné množství jednotlivých definic a přístupů k subkulturám.

V současné době existují dva základní typy definic subkultury. „*Definice substanční se pokouší vystihnout podstatu subkultury, definice funkcionální vystihuje funkce, které subkultura plní.*“ (Kol. in Smolík, 2017, s. 28)

Subkultury jsou tvořeny skupinami lidí, které sdílí specifické normy a hodnoty, které se liší od dominantní společnosti, které nabízí různé významy, pomocí kterých je svět pro jednotlivé členy srozumitelný (Barker, 2006)

Smolík (2017, s. 29) konstatuje: „*Subkultury sdružují jedince, kteří mají společné specifické problémy a výsledkem je vlastní pohled na sociální realitu. Řešení kolektivních problémů je tak základem pro vznik subkultur.*“

Vegani se snaží eliminovat zneužívání zvířat člověkem, což můžeme považovat za specifický problém, který se snaží jednotlivci vyznávající veganský způsob života řešit.

Terminologie v oblasti subkultury se v sociologickém pojetí vztahuje na určitou skupinu, která je nositelem specifických, odlišných hodnot, norem a vzorců chování a životního způsobu, zároveň se však podílí na fungování širšího společenství. (Duffková, Urban, Dubský, 2008)

Subkulturu můžeme chápat také jako společenství, které svůj pozitivní vztah k přírodě aplikuje na řadu různých aktivit, které zasahují do oblasti ekonomické, sociální, kulturní a politické. Vegany bychom mohli zařadit mezi tzv. přírodní národy. (Vodáková, 2000)

Příznačným znakem pro subkulturu je zratelná odlišnost od majoritní kultury. Rozsah a povaha rozdílů je pohyblivá, navíc může jít o rozdíly drobné povahy, nebo může být v úplné opozici proti celé kultuře. Charakter odlišnosti určuje celá řada faktorů – věk, zaměstnání, náboženství, národnost, sociální status, zájmy atd. (Smolík, 2017)

Co se týká charakteristiky jednotlivých subkultur, Gelder (2017) subkultury charakterizuje dle historického vývoje jednotlivých subkultur a uvádí, že existuje šest podstatných rysů subkultur.

Subkultury:

1. jsou negativně vnímány jako neproduktivní součást volného času,
2. jsou ve vztahu ke třídní stratifikaci společnosti,
3. nemají vztah k vlastnictví, příznačná je pro ně spíše teritorialita,
4. utváří se mimo rodinu a domov,
5. jsou typické svou výstředností a zveličováním, které je snadno identifikovatelné od hlavního proudu společnosti,
6. stojí v opozici oproti masové kultuře.

Charakteristickým znakem subkultur je styl, který má pro jejich členy speciální význam a vymezuje je vůči jiným subkulturám.

Styl je utvořen následujícími prvky:

- image – úpravy vzhledu; oblečení, účes, tetování;
- vystupování – tvoří ho výraz tváře, postoj těla a styl chůze;
- argot – specifická slovní zásoba a způsob, kterým je pronášena. (Kolářová, 2012)

Znaky společného stylu, který spojuje členy veganského společenství, můžeme nalézt např. ve specifickém způsobu odívání. Vegani nenosí kožené ani kožešinové oděvy, šperky ze slonoviny ani hedvábné módní doplňky.

Subkultury můžeme posuzovat také podle způsobu komunikace jednotlivých subkultur s širokým okolím. Součástí stylu jsou určité předměty, které podle něj mají být vnímány jako znaky. Styl v tomto ohledu představuje sdělení, zprávu. Subkultury mnohdy narušují autorizované kódy, pomocí kterých je sociální svět určitým způsobem organizován, což může být provokativní. Nápadné a kontroverzní subkultury mohou být označeny za „výstřední“, „extravagantní“, což v důsledku může vyvolat úžas, nebo frustraci. (Hebidge, 2012)

Vegani jsou často označováni za výstřední, kontroverzní sociální skupinu, protože se od majoritního proudu společnosti značně vymezují a snaží se narušit některé její autorizované kódy, týkající se především přírody a postojů k právům zvířat. Můžeme tedy tvrdit, že veganské společenství má svůj osobitý styl.

Jedním z podstatných znaků subkultur je pospolitost jejich členů, kteří jsou ve vzájemné interakci. Podle Smolíka (2017, s. 29) *„lze tedy konstatovat, že subkultury sdružují jedince, kteří mají společné specifické problémy a výsledkem je vlastní pohled na sociální realitu. Řešení kolektivních problémů je tak základem pro vznik subkultur.“*

Pomocí příslušnosti k určité subkultuře je možné dosáhnout v prostředí subkultury určitého sociálního statusu a konkrétní role. Subkultura nabízí svým členům možnost interakce, pocit sounáležitosti a sdílení společných hodnot. Subkultura pomáhá jedincům uspokojit potřebu někam patřit a dosáhnout určitého postavení. (Smolík, 2010)

Výše uvedené definice a charakteristiky potvrzují, že veganskou komunitu můžeme řadit mezi subkultury, protože se v řadě názorů a uznávaných hodnot rozchází s dominantní společností, což je jedním z hlavních znaků subkultury. Pro vegany je příznačný hodnotový systém, který je postaven na silném respektu k právům zvířat, který může být majoritou považován až za kontroverzní. Tento sdílený systém hodnot a názorů poskytuje členům veganské subkultury zároveň pocit sounáležitosti v určitém sociálním prostředí, které tvoří veganská komunita. Díky příslušnosti k veganské subkultuře se jednotlivcům nabízí nové možnosti trávení volného času a sociální interakce s ostatními členy.

2.3 Vegani jako hnutí

Další otázkou je, zda můžeme společenství veganů vnímat jako hnutí, proto je nutné si nejprve uvést jeho základní charakteristiky, které se liší od ostatních druhů kolektivního jednání:

- větší účelovost a cílevědomost;
- vyšší míra vnitřní strukturovanosti a organizovanosti;
- delší trvání;
- silnější společenský význam, vliv a dopad.

Tyto znaky sociálního hnutí jsou mnohem bližší k institucionalizovaným druhům sociálního jednání než ostatní druhy kolektivního jednání. Většina sociologů však chápe sociální hnutí spíše jako spontánní, neinstitucionalizované a nestrukturované sociální reakce na určité situace. (Sopóci, 1996)

„Hnutí (či sociální hnutí) předpokládá větší názorovou a ideologickou jednotu, vznáší požadavky a sleduje předem definovaný cíl/cile.“ (Smolík, 2017, s. 38)

Hnutí se oproti subkultuře zpravidla vztahuje k větším sociálním celkům a usiluje o určitou sociální změnu. V minulosti se jednalo např. o dělnické hnutí, anarchistické hnutí, ekologické hnutí a mírové hnutí. Subkultura je na rozdíl od hnutí méně početná a pro její existenci není prioritní jeden specifický cíl, který vychází z požadavků. Na rozdíl od subkultury klade hnutí důraz na splnění požadavků a dosažení politického, kulturního, nebo společenského cíle mimo institucionalizovaný rámec politiky. Z hlediska sledování cílů můžeme hnutí označit za homogenní, subkultura se zde vyznačuje svou heterogenitou. (Smolík, 2017)

Vegani mají společné názory, ideologii i konkrétní cíle, které se snaží zdůraznit důležitost práv zvířat a současně mají zvyšovat povědomí společnosti o benefitech veganského způsobu stravování.

Císař (2008, s. 29) uvádí, že aktivisté sociálních hnutí jsou *„jednotlivci, kteří věnují podstatnou část svého času nebo jiných zdrojů politickým, avšak zároveň přímo s volbami nespojeným aktivitám v rámci nějaké skupiny, platformy nebo organizace.“*

Členové veganské subkultury mohou být hlavním proudem společnosti vnímání jako aktivisté, protože svou ideologii, zastávající práva zvířat, propagují prostřednictvím

různých aktivit. Tyto aktivity, které mají za účel zvyšování povědomí společnosti o veganském způsobu života, mají většinou podobu různých akcí. Jedná se o průvody, protesty, veganské hody a pikniky, ale i třeba specifické podoby různých tetování, jejichž účelem je propagace veganské filozofie.

Z výše uvedených definic je zřejmé, že předpokladem pro vznik a činnost hnutí je názorová a ideologická součinnost a předem stanovený, konkretizovaný cíl. Určitě lze konstatovat, že lidé propagující veganský způsob života mají společnou ideologii, která si klade jasné cíle: eliminovat a bránit neetickému přístupu společnosti ke zvířatům a jejich využívání k uspokojení potřeb lidstva. Tyto cíle vegani prosazují na různých akcích a prostřednictvím sociálních sítí, které slouží ke zvýšení povědomí o veganském životním stylu a někdy mohou nabýt i podoby protestu. Z tohoto zhodnocení vyplývá, že vegany můžeme řadit mezi subkultury a hnutí současně.

3 Motivace jedinců k přechodu na veganský životní styl

Předmětem zájmu následující kapitoly bude motivace, která vede jednotlivce k přechodu na veganský způsob života. Nejprve je zde definován pojem motivace, dále kapitola představuje nejčastější důvody, díky kterým se lidé stávají členy veganského společenství – jimi jsou myšleny zdravotní, etické a ekologické motivy, které jsou zde podrobněji rozebrány.

3.1 Vymezení pojmu motivace

Problematika motivace je dosti náročná a přístupy k ní se mezi autory různí. Podle vybraných definic je možné si motivaci představit jako energii, hnací sílu, která člověka vede kupředu, za účelem dosažení určitého cíle. Motivace slouží jako aktivátor našich sil, které směřují k uspokojení potřeb a splnění přání. Problematika motivace je náročná a nejednoznačná a definice motivace nejsou jednoznačné.

Termín *motivace* je odvozen od slova motiv, v latině *movere*, což v překladu znamená hýbat, pohybovat, je to zjednodušeně něco, co uvádí věci do pohybu. Motiv nebo motivace představují hybnou sílu, která v nitru člověka pracuje a vede ho kupředu – může se jednat o touhu, emoci, která nutí jedince jednat určitým způsobem. (Adair, 2004)

Bedrnová, Nový a kol. (1998, str. 221) uvádí, že pojem motivace „*vyjadřuje skutečnost, že v lidské psychice působí specifické, ne vždy zcela vědomé či uvědomované vnitřní hybné síly – pohnutky, motivy. Ty činnost člověka (tj. jeho chování, resp. poznávání, prožívání i jednání) určitým směrem orientují (zaměřují), v daném směru ho aktivizují a vzbuzenou aktivitu udržují. Navenek se pak působení těchto sil projevuje v podobě motivované činnosti, motivovaného jednání.*“

Dále je žádoucí si definovat, co termín *motiv* znamená. Říčan (2010, s. 96) uvádí, že: „*Motiv je faktor uvádějící do pohybu jakoukoliv činnost či proces.*“ Je tedy vhodné si přiblížit, co vlastně za motiv můžeme považovat.

Pojem motivace zastřešuje motivy a jejich vliv. Motivы uvádí činnosti a procesy do pohybu, ať už ve fyzikálním prostoru, nebo se může jednat o psychický pohyb. Tím se rozumí pohyb myšlenek, zahrnutы jsou zde tužby, představy atd. Motiv může představovat potřebu, která vyjadřuje nedostatek důležitého podnětu. Pudy vyjadřují energetickou a biologickou povahu motivu, postoje, zájmy a přání představují subjektivitu motivu. (Říčan, 2010)

Motivy můžeme vnímat jako zdroje, příčiny motivace, kterých může být hned několik. Mezi zdroje motivace řadí Bedrnová, Nový a kol. (1998, str. 224) „*potřeby, návyky, zájmy, hodnoty a hodnotové orientace, ideály.*“

Motiv je vnitřní psychická síla, určitá pohnutka, popud, který představuje psychologickou příčinu nebo důvod konkrétního chování a jednání člověka. Motiv individualizuje lidské prožívání a dává uskutečňovaným činnostem psychologický smysl. (Bedrnová, Nový a kol., 1998) Z uvedených výroků několika autorů můžeme vyvodit, že motiv je vnitřní hybná síla, které předurčuje činnosti a jednání člověka.

„Motivace je tedy poskytnutí motivu nebo pohnutky, nebo více tajemně – způsobení něčeho. Když motivuji někoho jiného, je velice jednoduché zjistit, zda je motivace pozitivní. Pokud jsem to já, kdo je na přijímacím konci motivace, hrozí nebezpečí, že se budu cítit zmanipulován. A protože zacházíme s lidským jednáním, je to obzvláště citlivá záležitost.“ (Clegg, 2005, s. 1)

Při aktivizaci, motivování druhých je zapotřebí opatrnosti a citlivosti, aby se druzí necítili zmanipulováni. Vegani by také měli být opatrní při propagování benefitů veganského způsobu života a motivování budoucích členů veganské komunity, aby ostatní svými názory spíše neodradili a nepůsobili manipulativně.

Lidé mohou být motivováni k přechodu na veganský životní styl několika aspekty nebo jejich kombinací. Motivem se může stát etická stránka veganství, která představuje takové způsoby jednání a činností, které směřují k potlačení zneužívání zvířat člověkem. Dalším zdrojem motivace může být pozitivní důsledek rostlinné stravy na zdraví člověka, především v souvislosti se snížením procenta tělesného tuku nebo s potřebou zlepšení trávení. Další hnací silou k přijetí veganského způsobu života může být zlepšení životního prostředí. V dnešní době informačních technologií může jako zdroj motivace v této oblasti působit také propagace pomocí médií, díky které je veganství v posledních letech značně popularizované. Jednotlivé motivy, které vedou jednotlivce k veganství jsou popsány v následujících podkapitolách.

3.1.1 Etické motivy

Etické aspekty veganského životního stylu bývají jedním z častých motivů, které vedou jedince k přijetí veganského životního stylu za vlastní. Hrubé zacházení se zvířaty

kvůli získání masa, mléka, vajec, kůže a kožešiny označují vegani jako neetické. Práva zvířat se stávají stále častěji předmětem zájmu mnoha organizací, zřízených na ochranu zvířat, a celkově je toto téma stále více diskutované.

Ochrana práv zvířat je právně podložena v „Zákoně na ochranu zvířat proti týrání“, v přesnějším znění se jedná o „Zákon České národní rady č. 246/1992 Sb. na ochranu zvířat proti týrání, novelizovaný Zákonem ČNR č. 162/1993 Sb.“ *„Účelem zákona je chránit zvířata, jež jsou živými tvory schopnými pociťovat bolest a utrpení, před týráním, poškozováním jejich zdraví a jejich usmrcením bez důvodu, pokud byly způsobeny, byť i z nedbalosti, člověkem.“* (Zákon č. 246/1992 Sb. [online])

Etičtí vegani pohlíží na zvířata jako na živé bytosti, které nemá člověk právo konzumovat. Často bývá veganům vytýkána jejich přecitlivělost až tzv. diskusní agresivita, především kvůli akcím, které pořádají – např. osvobození slepic. V očích většinové společnosti se toto počínání může jevit výstředním, protože majorita bývá toho názoru, že zabíjení zvířat člověkem je „přirozené“, protože se tak děje „odjakživa“. Být veganem znamená vyřadit ze svého jídelníčku všechny živočišné produkty (maso, mléko, vejce, med) kvůli násilí. Vegani také poukazují na hrubé zacházení se zvířaty v mlékárenském průmyslu (koloběh plození telat, jejich odebrání, dojení „až na krev“, antibiotika) a na klecový chov slepic, které zde žijí v žalostných podmínkách. Vegani nezavírají před těmito skutečnostmi oči a snaží se tyto negativní jevy spojené s chovem zvířat eliminovat. (*Kamarády nejíme? Veganství z pohledu etiky* [online])

Kožedělná a kožešinová produkce je další oblastí, kvůli které žijí zvířata v bídných podmínkách a následně potom jsou zabita. Vegani hlásají, že lidé mají možnost volby a nic jim nedává skutečné právo zvířata lovit do pastí, držet je v zajetí, poté usmrtit, stáhnout z kůže a tu si oblékat. Existuje spousta jiných materiálů, kterými se člověk může odívat a kterými může kožené a kožešinové produkty nahradit. Další oblastí lidského počínání, kterou vegani vnímají negativně, je **využívání zvířat v cirkusech**, kde jsou nucena žít v podmínkách a podávat výkony, které se rozhodně nepřibližují jejich přirozenému životu. V tomto ohledu jsou sporné i **zoologické zahrady**, ve kterých jsou držena divoká zvířata, lidé je sem chodí pozorovat a poté jsou vypuštěna zpět do přírody, což pro ně zcela jistě není přirozené. Komunita veganů také za neetické považuje **testování kosmetických produktů a léků na zvířatech**. S rostoucím pokrokem je vhodné použít alternativní metody

testování – pomocí počítačové simulace, mechanické modely, buněčné tkáně atd. Další činnosti, proti kterým stojí společenství veganů, je lov a myslivost. *„Člověk zbavil lesy jejich přirozených predátorů, člověk rozdělil ve svých předsudcích zvířata na ‚užitečná a neužitečná‘, člověk protmul přírodní prostory dálnicemi a člověk je také tím, kdo poté ospravedlňuje hony a lovy.“* (Proč bychom se měli zabývat „právy zvířat“? aneb člověk a možnost volby [online])

„Veganství se však neomezuje jen na změnu jídelníčku z potravin živočišných na potraviny kompletně rostlinné. Vegani a veganky odmítají i nošení kožešin, kožených bot a doplňků, ze soucitu se zvířaty nenavštěvují atrakce se zvířaty, snaží se používat pouze výrobky netestované na zvířatech a podobně. Mezi vegany a vegankami najdeme velmi často i lidi žijící dobrovolnou materiální skromností, lidi podporující ekologický styl života a nekonzumní způsoby kultury vůbec, dále abstinenty a nekuřáky, ty, kteří hledají nové a obohacující rozměry života.“ (Co je veganství a proč jej praktikovat? [online])

Vegani označují jako neetické a nesprávné to, že člověk diskriminuje jiné druhy, než je on sám. Tento druh diskriminace je znám pod termínem „speciesismus“, což znamená nadřazenost člověka nad určitými druhy. (Černý a kol. 2016, s. 9-10) chápou speciesismus takto: *„Rasisté upřednostňují svou rasu, sexisté své pohlaví, speciesisté svůj biologický druh. Ve všech případech jde o biologická fakta (barva kůže, pohlaví, příslušnost k biologickému druhu), která jsou z morálního hlediska nepodstatná. A vzhledem k tomu, že jsme odvrhli rasismus i sexismus, měli bychom opustit také od speciesismu.“* Tento druh diskriminace je obdobný rasismu nebo sexismu.

To, že zvířata nemají schopnost přemýšlet a že nejsou schopna se vzdělávat, společnost neospravedlňuje k jejich ponižování a zabíjení. Mezi lidmi také můžeme nalézt rozdílnost v inteligenci, v dosaženém stupni vzdělání, ve zdravotní kondici apod.

Lidé, vyznávající tento způsob života, nacházejí podobnost mezi některými našimi projevy a těmi zvířecími. Společnou se zvířaty máme např. touhu naplňovat své základní životní potřeby, schopnost pociťovat bezmoc na jedné straně, na straně druhé pociť bezpečí. *„Uznání stejného práva na život pro všechny pochází právě z úcty k různosti, nikoliv z podmínky stejnosti!“* (Není nesmyslné považovat lidi a zvířata za rovnocenné tvory? [online])

Etické motivy veganů směřují ke zdůraznění práv zvířat, zmírnění a nejlépe odstranění nevhodného zacházení člověka se zvířaty. Vegani usilují o moderní společnost, která k uspokojení potřeb nebude využívat zvířata a dopouštět se na nich násilí.

3.1.2 Zdravotní motivy

V současnosti se hovoří o tom, že nadměrná konzumace živočišných produktů má negativní dopad na lidské zdraví a může vést k celé řadě civilizačních onemocnění. Východiskem může být omezení živočišné stravy nebo její úplné vyřazení.

Velmi často lidé přechází na rostlinnou stravu ze zdravotních důvodů, především kvůli redukci tělesné hmotnosti, odlehčení trávicího systému a také popularitě veganské stravy. Co však obnáší a zahrnuje veganský způsob stravování?

Veganství můžeme chápat jako přísnější formu vegetariánství, protože kromě masa vegani nekonzumují mléko, mléčné výrobky, vejce ani med. Veganská strava se skládá především z obilovin, ovoce, zeleniny, ořechů, semínek, luštěnin a hub. Veganský jídelníček však vždy nemusí obsahovat pouze zdravé potraviny, ale i nezdravé – tzv. „junkfood“ (např. smažené polotovary). (*Vegetariánská a veganská strava* [online])

Ačkoliv bývá veganské stravování považováno za extrémní, ve společnosti se nachází úspěšní vegani, kteří se věnují vrcholovým sportům a tím potvrzují, že správně vyvážená rostlinná strava může uspokojit i náročné výživové požadavky. (*Veganství* [online])

Při správně sestaveném jídelníčku může mít rostlinná strava pozitivní účinky na naše zdraví a může sloužit jako prevence mnoha onemocnění. *„Veganství může sloužit jako prevence různých civilizačních onemocnění. Rostlinná strava totiž neobsahuje cholesterol, takže může být vhodná pro lidi se zvýšeným rizikem kardiovaskulárních chorob. Může také vést ke snížení rizika mrtvice nebo některých druhů rakovin, například rakoviny tlustého střeva nebo rakoviny prostaty a prsu. Zdravotní výhody tak vnímám zejména v prevenci.“* (*O veganství stále koluje řada mýtů* [online])

Jako každý způsob stravy, i veganství nese svá úskalí. Problémy mohou nastat, pokud je veganský jídelníček špatně sestaven a neobsahuje dostatek důležitých látek. Je nutné dávat pozor na dostatečné zastoupení vitamínů a minerálů, zejména je třeba doplňovat vitamín B12, který je v rostlinných surovinách zastoupen minimálně. Mezi

odborníky bývá veganství spojováno s mentální anorexií, není však její příčinou, jedná se „pouze“ o skrývání poruchy příjmu potravy za styl stravování. Veganský jídelníček by měl být promyšlený a určitě je třeba opatrnosti při jeho tvorbě, vzhledem ke zvýšenému riziku absence důležitých látek. (*O veganství stále koluje řada mýtů* [online])

Kromě vitamínu B12 je žádoucí doplňovat také vitamín D, jód, selen a zinek. Pozornost by měla být věnována i omega-3 mastným kyselinám, které jsou obsaženy např. ve lněných a konopných semínkách, vlašských ořechách, nebo ve lněném či řepkovém oleji. Dalšími minerály, na jejichž dostatek je při veganské stravě nutno dbát, jsou hlavně vápník a železo, které lze získat vyváženou stravou i správnými kombinacemi – efektivnímu vstřebávání železa pomáhá vitamín C, vápníku zase vitamín D. (*Veganství* [online])

Pokud je veganský jídelníček pestře a vhodně sestaven, lze říct, že veganská strava je vhodná pro všechna věková stadia, včetně dětství, těhotenství i kojení. Veganským způsobem stravování se v současnosti zabývá řada vědeckých studií (např. Fuhrman, Ferreri), které dokazují, že pro výkon je veganská strava ideální. Pozitivní efekt není zajištěn díky samotnému složení stravy, ale i tím, že neobsahuje zdraví škodlivé látky, jako je rafinovaný cukr a sladidla. Sportovci stravující se vegansky mají lepší šanci dosáhnout lepšího výkonu, prokázáno je u nich snížení nemocnosti, která limituje tréninky. Sportovci pocítují také zvýšení energie, výkonnosti a ti, kteří se věnují bojovým sportům, i zvýšení přirozené agresivity. (*Nezbytné složky veganské sportovní stravy – díl 1.* [online])

Z těchto informací plyne, že veganská strava může mít na naše zdraví pozitivní vliv, ale pouze tehdy, pokud obsahuje všechny důležité živiny a látky, jako je tomu u každého způsobu stravování. Pokud je veganský jídelníček kvalitně sestaven, může se u vegansky se stravujících jedinců dostavit spousta pozitivních účinků na jejich zdraví – zvýšení výkonnosti, energie, optimalizace tělesné hmotnosti apod.

3.1.3 Ekologické motivy

Velmi často bývá veganství řazeno mezi tzv. ekologické životní styly a spojováno s ochranou životního prostředí. Omezení nebo úplné vyřazení konzumace živočišných produktů přispívá ke zmírnění klimatických změn a udržitelnosti životního prostředí.

„S rostoucími teplotami, nárůstem hladiny moří, táním ledovců, přesunem oceánských proudů, je změna klimatu vážnou výzvou pro lidstvo. Odvětví živočišné výroby je zodpovědné za 18 % emisí skleníkových plynů, což je vyšší podíl, než má celosvětová doprava.“ (Sníme naši planetu? [online])

Živočišná výroba vede k těmto destruktivním jevům, které mají dopad na naši planetu:

- **Emise** – chov dobytka způsobuje vypouštění oxidu uhličitého do ovzduší, což vede k znečištění atmosféry a globálnímu oteplování.
- **Kácení pralesů** – Chov hovězího dobytka má za důsledek hektary vymýcených deštných pralesů, což způsobuje obrovské environmentální škody.
- **Znečištění vodstva** – produkce kožesinových farem má za důsledek znečištění povrchové i podzemní vody, protože exkrementy zvířat obsahují vysoké procento dusíku a fosforu.
- **Krmná sója** – při pěstování krmiva pro zvířata dochází k ničení lesů a půdy z důvodu jejího chemického ošetření. Nastává tak paradoxní situace, kdy se využívají rostliny pro výkrm dobytka místo toho, aby sloužily jako potrava lidem z rozvojových zemí. (*Veganství – současný boom nebo nová etická a ekologická cesta?* [online])

Živočišná produkce má za důsledek výrazné zvýšení spotřeby vody. Téměř třetina vody, která se spotřebuje v zemědělství, slouží k živočišné výrobě. Dalším problémem je znečištění vody živinami ze syntetických hnojiv, antibiotiky, hormony a těžkými kovy.

Díky zvýšení živočišné výroby dochází k odlesňování, nejrapidnější odlesňování probíhá v Latinské Americe, kde 70 % amazonských lesů bylo vymýceno a v současné době jejich místo nahradily pastviny a pole s krmivem pro hospodářská zvířata. Pokud bude ničení amazonského pralesa nadále pokračovat, nastane situace, ze které nebude cesty zpět – zhroucení amazonského ekosystému, což bude mít vážný dopad na globální klima. Zničení mokřadů a pralesů vede k největším zdrojům emisí oxidu uhličitého a způsobuje vymírání endemitů fauny i flóry.

Produkce plodin, které slouží jako krmivo pro hospodářská zvířata, způsobuje velký tlak na přírodní zdroje a vede ke ztrátě tzv. biodiverzity – získávání půdy je destruktivní pro divokou přírodu a vede k neobnovitelné ztrátě biodiverzity v podobě živočichů a rostlin. (*Sníme naši planetu?* [online])

Ricard in Dunne, Goleman (s. 115, 2018) uvádí následující skutečnost, která potvrzuje ekologičnost veganského životního způsobu: „K produkci 1 kilogramu masa pro ty, kteří si jej mohou dovolit, je zapotřebí 10 kilogramů rostlinných bílkovin, které by se mohly využít k nasycení nejchudších obyvatel. S jedním akrem půdy můžete nasýtit jednoho spotřebitele masa nebo deset veganů. Tento poměr se bude pravděpodobně zvyšovat, protože existují předpovědi, že světová produkce masa se do roku 2050 zdvojnásobí.“

Z těchto informací je zřejmé, že živočišný průmysl představuje výraznou zátěž pro životní prostředí. Společnost by měla domýšlet důsledky, které vznikají v důsledku chovu a obživy hospodářských zvířat, a měla by mít za snahu živočišnou produkci alespoň eliminovat. Motivací pro jednotlivce k přechodu na veganský životní styl bývá jeho ekologičnost, která by se mohla stát alespoň částečným východiskem z globálních ekologických problémů.

4 Dopad životního stylu matky na sociální interakce a prožívání dítěte v období středního a staršího školního věku

Čtvrtá kapitola je zároveň kapitolou stěžejní, neboť teoreticky objasňuje problematiku diplomové práce. Nejprve je zde vymezeno vývojové období středního a staršího školního věku, dále se práce zaměřuje na rodinné prostředí, definuje pojem rodina a popisuje její funkce. Kapitola se dále orientuje na vzory současných dětí a mládeže, zaměřuje se na prostředí vrstevnických skupin a klima školní třídy.

4.1 Vymezení vývojového období středního školního věku

Střední školní věk je méně dynamickou vývojovou fází oproti předchozímu období. Z hlediska školní docházky se jedná o úsek mezi 3. a 5. třídou, to znamená do doby přechodu na druhý stupeň základní školy. Jedná se o období mezi 8.–9. až 12. rokem života dítěte. Erikson (2000) hodnotí tento životní úsek jako dobu **citové vyrovnanosti**, Freud (2000) hovoří o **fázi latence**, tedy o době charakteristické klidem a pohodou. Ve skutečnosti však na děti v tomto vývojovém úseku působí sociální tlaky, které produkuje škola nebo vrstevnická skupina. Období středního školního věku je vnímáno jako klidové, protože zde není přítomen žádný významný biologický nebo sociální mezník. Jedná se o fázi přípravy na další významnější proměny, které nastávají v období dospívání. Dítě středního školního věku je realista, způsob uvažování je vázán na skutečnost. Dítě je v tomto období i optimista, většinou interpretuje jevy spíše pozitivním způsobem. (Vágnerová, 2000)

Vrstevnické vztahy v tomto období vstupují do popředí. Sullivan (1953) považuje *potřebu kontaktu s vrstevníky za nejvýznamnější potřebu školního věku*. Identifikace s vrstevnickou skupinou je jeden z významných mezníků socializace a nahrazuje dosud převládající identifikaci s rodiči a učitelem. Děti středního školního věku jsou již schopné vytvořit skupinu, která dokáže jednat jako celek – např. prosazovat své náměty, nebo dávat najevo své odmítání, resp. agresi. Skupina dětí v tomto vývojovém období vyžaduje od svých členů **konformitu**, a naopak poskytuje svým členům **pocit jistoty, sounáležitosti a prestiže**. Děti, nacházející se ve vývojovém období středního školního věku, hodnotí své vrstevníky dle zjevných projevů, ve vztahu k očekávání a podle toho, zda jsou jim projevy ostatních příjemné, nebo nikoliv (Vágnerová, 2000)

Značný význam má pro vývojovou fázi středního školního věku **utváření identity** dítěte. Identita představuje subjektivní obraz vlastní osobnosti a velmi ovlivňuje jednání dítěte. Identita je významným faktorem pro směřování do budoucnosti – určuje, o co se dítě bude snažit, jakou pozici získá apod. Dětskou identitu také určuje příslušnost k sociální skupině. Nejvýznamnější je **rodinná identita**, díky které dítě ví, kam patří, že je jejím členem a je pro něho tak významná, že se s rodinou identifikuje. Během školního věku nabývá významu **identita daná příslušností k nějaké vrstevnické skupině**. Nejvýznamnější je v tomto ohledu školní třída. (Vágnerová, 2000) Pokud dítě vyrůstá v rodině, která uznává veganský způsob života, je velmi pravděpodobné, že se s ní bude identifikovat a bude chtít patřit do veganské komunity, stejně jako jeho rodiče.

Ve vývojovém období středního školního věku u dětí nabývají významu vrstevnické vztahy se spolužáky a jejich pozice ve skupině, především ve školní třídě. Odlišný životní styl, který se vyznačuje jinou názorovou orientací, zvláštním způsobem stravování a odívání, může ve vrstevnické skupině žáků vzbudit pozornost a provokaci. Důsledkem odlišných zjevných projevů chování a názorové orientace může být obdiv, nebo naopak ostrakizace, která může vyústit až v šikanu.

4.2 Vymezení vývojového období staršího školního věku

Toto období můžeme charakterizovat jako přechod z dětství do dospělosti. Začíná zhruba v 11 letech a končí dospělostí ve 20 letech. První fáze dospívání, tj. pubescence, je časově lokalizována mezi 11. a 15. rokem a je příznačná pro komplexní změnu všech složek osobnosti dospívajícího. Nejvýraznější je dozrávání tělesné složky, které provází pohlavní dozrávání, díky kterému dochází ke změně zevnějšku dospívajícího, což se stává podnětem ke změně vzhledu. Dochází ke změnám způsobů myšlení, rozvoji abstraktního myšlení, osamostatňování od rodičů, vztahy s vrstevníky, se kterými se dospívající ztotožňuje, nabývají silnějšího významu a mají velký význam pro utváření jeho identity. Jedině v tomto období zakončuje povinnou školní docházku a volí si budoucí povolání. Dospívání je obdobím „prvních lásek“, dochází k prvním počátkům partnerských vztahů. (Vágnerová, 2000)

„Dospívající se začínají lišit jak od dětí, tak od dospělých, vytvářejí si zvláštní znaky i specifickou subkulturu s odlišným vyjadřováním, oblečením a úpravou, někdy zakládají

i zvláštní neformální či formální seskupení – různá hnutí mládeže“ (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 146)

Z hlediska **psychologické charakteristiky** je období dospívání příznačné pro svou emoční nestabilitu, impulzivní jednání, nepředvídatelnost reakcí a postojů. Koncentrace je oslabena právě emoční instabilitou, což má za důsledek výkyvy ve školním prospěchu, na který je však kladen silný důraz. Často se u pubescentů vyskytuje zvýšená unavitelnost, zhoršení kvality spánku nebo poruchy chuti k jídlu. Dospívající těmto projevům často nerozumí a utíkají do vlastního světa, což se může vystupňovat do tzv. denního snění. (Langmeier, Krejčířová, 2006)

V období pubescence dochází i ke změnám postojů ke **škole a školní docházce**. Dochází ke snížení zájmu o učivo jako takové, zvýšený nápor nejasného učiva je odmítán, proto vytváří pocit osobní nejistoty. Nesrozumitelné učivo je v očích pubescentů chápáno jako nutné zlo. Učitel ztrácí hlavní postavení a smysl jeho role je z pohledu dospívajícího dána především jeho vztahem k výuce. Pubescenti uznávají ty učitele, kteří nevykazují nadřazený, autoritativní postoj k žákům, ale vyznačují se dobrou náladou, humorností a mají pro žáky pochopení. (Vágnerová, 2000)

Starší školní věk je příznačný také **emancipací od rodiny**. Čím jistější a hlubší vztahy si dítě s rodiči utvoří v předchozích obdobích, tím snáze probíhá celý proces emancipace, který je ve vývoji nutný pro osobní zrání. Každé dítě si hledá osobitý způsob, kterým se snaží dosáhnout samostatnosti, aniž by ztrácelo pozitivní vztah ke svým rodičům. Často mladí hledají rozdíly v názorech, zájmech a hodnotách rodičů, jsou vůči nim kritičtí a vytýkají jim skutečné nebo vymyšlené nedostatky, naopak někdy až nekriticky akceptují nové vzory a životní cíle. Tento proces může mít postupný průběh, nebo může jít o náhlé výbuchy, které jsou jakýmsi útekem ke zdánlivě ideálnější vztahům. (Langmeier, Krejčířová, 2006)

„Tam, kde se dospívajícím nepodaří uvolnit se z přílišné závislosti na rodičích a přemístit zčásti své vazby na vrstevníky, může docházet k obtížím, které si okolí potom nedovede vysvětlit.“ (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 153)

Puberta je obdobím komplexních změn – osobnost dospívajícího se mění po stránce tělesné, psychické, emoční a kognitivní. Toto období bývá často charakterizováno jako „hledání sebe sama“, „nalézání vlastního já“. Pro pubescenty jsou významné vrstevnické

a první partnerské vztahy. Jedinci jsou ve vývojové fázi puberty dosti citliví, převládá emoční nestabilita a výrazná sebekritičnost. Názory a hodnotová orientace dospívajících se začínají měnit a vymezovat proti systému názorů a hodnot dospělých, především rodičů. Je tedy možné, že jedinci vyrůstající v rodinách žijících veganským životním stylem se mohou v období dospívání chtít vymanit z životního způsobu svých rodičů.

4.3 Vymezení pojmu rodina

Nejprve je vhodné definovat pojem rodina a s ní související pojmy – příbuzenství a manželství. Podle Giddense (1999) rodinu můžeme chápat jako skupinu osob, která je spjatá příbuzenskými vztahy, ve které jsou dospělé osoby odpovědné za výchovu dětí. Příbuzenství představuje vztah mezi jedinci, který vzniká sňatkem, nebo pokrevními vazbami. Na manželství můžeme pohlížet jako na sociálně akceptovaný sexuální svazek mezi dvěma dospělými osobami. Díky sňatku dvou partnerů se nestávají příbuznými pouze oni sami, ale zároveň jejich rodiče, sourozenci a další příbuzní.

Jandourek (2001) vnímá rodinu jako dlouhodobé soužití osob, které jsou navzájem spojené společným příbuzenstvím. Rodina je vymezena také dalšími znaky: společným bydlením, produkcí a konzumováním statků a příslušností ke společné příbuzenské linii.

Podle Krause (2015, s. 14) „*současné pojetí tenduje k chápání rodiny jako sociální skupiny, žijící ve vlastním prostoru – domově, uspokojující potřeby a poskytující péči dětem.*“

Hudecová (2008, s. 14) definuje rodinu jako „*sociální skupinu, která poskytuje svým členům:*

- *bezvýhradnou akceptaci jejich lidské existence,*
- *ochraňující prostředí (hmotné a sociální),*
- *podporu autonomie příslušníka rodiny,*
- *zajištění životních potřeb,*
- *vzájemnou podporu,*
- *východisko a zprostředkující článek při pronikání do makrosociálního prostředí (společnosti).“*

Podle Krause a Poláčkové (2001) můžeme z pedagogického hlediska chápat rodinu jako prostor, kde probíhá primární socializace dítěte a který zastává především výchovnou

a formativní funkci. Vzniká zde především silné pouto mezi matkou a dítětem, které je stěžejní pro další rozvoj osobnosti dítěte. Rodina tvoří první vztažný systém, se kterým člověk během svého života přichází do styku. Odtud jedinec přejímá vzory, dovednosti a postoje.

Z pohledu sociální pedagogiky je třeba rodinu vnímat jako sociální systém. Nejprve je nutné si vymezit makrosociální hledisko pohledu na rodinu a uspořádanost vnitřních intimních jevů a dějů uvnitř rodiny. Změna jakékoliv složky systému má vliv na další fungování ve všech dalších částech (Matějček, 1992)

Výše uvedené definice chápou rodinu jako sociální systém, který je tvořen skupinou osob, která je navzájem propojená příbuzenskými vztahy. Dospělí jedinci, resp. rodiče zde poskytují péči dětem. Rodina svým členům poskytuje bezvýhradnou akceptaci, zajištění životních potřeb, podporu, pocit sounáležitosti a ochranu. Stručněji řečeno, rodina všem svým členům poskytuje zázemí.

4.3.1 Funkce rodiny

V dnešní době se zvyšují nároky na rodinu z důsledku toho, že rodina plní své funkce pouze nedostatečně. Z opačného pohledu však současná doba posílila význam rodiny jako útočiště, prostor rodiny se stává protikladem prostoru veřejného. Tento význam se dostává do popředí v sociálně slabých rodinách, kdy je rodina jediným opěrným bodem pro své členy, především děti. (Matoušek, 1997)

Rodina jako celek by měla jednotlivým členům zajistit především zázemí, pocit bezpečí a připravit je na vstup do společnosti. V průběhu let se některé funkce, které rodina plnila, změnily, nebo upravily. Tyto změny můžou být chápány jako reakce na vývoj společnosti.

Funkce rodiny současné společnosti:

Biologicko-reprodukční funkce má význam jak pro jedince, kteří rodinu utváří, tak pro společnost jako celek, protože rodina v ní představuje stabilní reprodukční základnu. V současné době je však v mnoha vyspělých zemích dítě chápáno jako překážka v profesním růstu, a proto v posledních letech v těchto zemích počet narozených dětí klesl. Stále více rodičovských párů plánuje pouze jedináčka, nebo neuvažuje o žádném dítěti.

Sociálně-ekonomická funkce – rodina je významným prvkem v ekonomickém systému společnosti. Jednotliví členové se zapojují do výrobní i nevýrobní sféry – na jedné straně vykonávají určité povolání, současně se však rodina stává spotřebitelem, na kterém je trh závislý. V současnosti došlo k posunu ekonomické funkce rodiny, neboť se rodina stává samostatnou ekonomickou jednotkou (výrobní, obchodní).

Ochranná funkce spočívá v zajištění životních potřeb (tj. biologických, hygienických, zdravotních) všech členů rodiny.

Úlohu **socializačně-výchovné funkce rodiny** můžeme spatřovat v socializačním procesu, který primárně slouží jako příprava dětí a mladistvých na začlenění do praktického života. V současné době má významnou roli i působení mladší generace na starší, protože se prodlužuje čas, kdy vedle sebe žijí tři generace. Odpovědnost často také rodina přesouvá na školu s očekáváním, že vzdělavatelé napraví chyby, kterých se rodiče během výchovného procesu dopustili.

Rodina by také měla zajistit svým členům **rekreaci, relaxaci a zábavu**. Aktivity tohoto směru se týkají všech členů rodiny, ale největšího významu nabývají u dětí. Jak kvalitně tuto funkci rodina svým členům poskytuje, se projeví např. v tom, jak často tráví členové rodiny volný čas spolu, jakým aktivitám se věnují apod.

Další z funkcí je **emocionální funkce**, která je stěžejní a nenahraditelná. Žádná z institucí nemůže nahradit pocit lásky, zázemí a bezpečí, které zajišťuje rodina. (Kraus, 2014)

Pro rodiny žijící veganským způsobem života je specifická především funkce relaxační, protože náplň volného času těchto rodin se může lišit od ostatních. Značná část rodin veganů věnuje čas enviromentálním a ekologickým aktivitám, ke kterým se snaží vést děti již od útlého věku.

4.3.2 Socializační faktory rodinného prostředí

Většina autorů přikládá největší důraz nemateriálním faktorům rodinného prostředí, které jsou stěžejní pro emocionální a kulturní klima rodiny. Materiálně-ekonomické skutečnosti současných rodin jsou však také důležité a rozhodně je nelze podceňovat, nebo jim přikládat menší význam. (Střelec, 1998)

Kraus (2015) podmínky rodinného prostředí člení do následujících kategorií: **Demograficko-psychologické podmínky rodinného prostředí** představují dva okruhy znaků:

- řadíme mezi ně celkovou strukturu rodiny a znaky, které vyplývají z otcovského, mateřského, sourozeneckého působení,
- vnitřní rovnováhu rodiny, která je základem citové atmosféry a zároveň předpokladem pro rozvíjení všech dimenzí rodinného života.

V tomto ohledu záleží, jestli se jedná o úplnou, nebo neúplnou rodinu a vliv má také počet dětí. Problematický může být velký počet dětí (3 a více), nebo naopak případy jedináčků, které zvyšují tlak na rodiče. Výrazné věkové rozdíly mohou rovněž způsobovat problémy.

Materiálně **ekonomické faktory rodinného prostředí** se mohou členit do různých skupin, jedná se například o:

- otázku zaměstnanosti a povolání rodičů a vliv této oblasti na děti,
- povahu a kvalitu bydlení,
- řazení rodiny a jejich aktivit do ekonomického systému společnosti,
- spotřebu rodiny, která tvoří součást životního způsobu rodiny, jenž utváří výchovné aspekty,
- vliv techniky na život rodiny.

Kulturně výchovné podmínky jsou ovlivněny především:

- hodnotovou orientací a vzděláním rodičů,
- globálním životním stylem, hlavně v kontextu využívání volného času (zájmy, využívání masmédií, sport, stravovací návyky apod.)
- mírou pedagogizace rodinného prostředí.

Výše uvedené podmínky (faktory) rodinného prostředí významně ovlivňují utváření hodnotové orientace dětí a celkové fungování jednotlivých rodin. Specifický životní styl, který souvisí také s odlišným způsobem stravování, ovlivňuje především kulturně výchovné podmínky, dotýká se však i dalších dvou faktorů rodinného prostředí.

4.4 Současné vzory dětí a mládeže

Proces socializace probíhá také prostřednictvím identifikace se vzory, zvnitřňováním postojů, hodnot a chování ostatních. Sociální identita je utvářena identifikací se skupinami a osobami, které jednotlivec považuje za vzorové a referenční. Pro pochopení průběhu socializace mladé generace je třeba si položit otázku, kdo jsou vzory současných dětí a mládeže. (Stašová, Slaninová, Junová, 2015)

Socializace jako taková je sama o sobě velmi složitým procesem, který v sobě nese obsah řady faktorů. Mezi hlavní procesy patří internalizace na základě identifikace, kdy dítě objevuje osoby ze svého okolí, jejichž hodnoty a postoje přijímá za své. (Helus, 2009)

„Svět významných druhých přijímá dítě jako jediný možný svět, svět jediný existující a jediný představitelný. Právě proto je sociální realita internalizovaná během primární socializace vtisknuta do vědomí jedince mnohem pevněji než cokoli dalšího. Internalizace však může probíhat pouze tehdy, pokud se odehrává také identifikace. Touto identifikací s významnými druhými získává dítě schopnost identifikovat také samo sebe, utvářet subjektivní homogenní identitu.“ (Stašová, Slaninová, Junová, 2015, s. 88)

Podle Bandury (1986) se děti chtějí připodobnit silným modelům dospělých, což jsou nejčastěji jejich rodiče. Děti se učí a napodobují mnoho modelů a jejich vlastní identita vzniká na základě prolínání vlivů, které přebraly od pozorovaných zdrojů.

„Pojem *vzor* souvisí s pojmy *příklad*, *ideál*, *model*, i když každý z těchto termínů má svůj osobitý význam. (Grác, 1990)

V průběhu působení modelů lze sledovat několik fází (Defleur, Ballová-Rokeachová, 1996, s. 225):

1. Jedinec pozoruje nebo jinak získává informace o modelu zapojeném do určitého vzorce jednání v mediálním obsahu.
2. Jedinec se identifikuje s modelem, chce být jako on, anebo věří, že stojí za napodobování.
3. Jedinec vědomě či nevědomě dochází k poznání, že dané chování modelu bude funkční.
4. Jedinec si v určitém okamžiku při působení určitých podnětů vybaví tento model a napodobuje toto chování v reakci na situaci.

5. Napodobení činnosti přinese pozitivní výsledek, a tak je spojení mezi podněty a modelovou situací upevněno.
6. Pozitivní upevnění zvyšuje pravděpodobnost, že chování či činnost budou použity opakovaně jako reakce na stejnou situaci.

Šetření, které bylo realizováno výzkumným týmem PdF UHK v roce 2009, ukázalo, že na otázku „*Komu by ses chtěl/a v dospělosti nejvíce podobat, jako kdo bys chtěl/a být?*“ děti nejčastěji uvedly někoho z rodiny. Děti nejčastěji uváděly matky (15,5 %), otce (12,9 %) a ostatní členy rodiny (8,8 %). (Stašová, Slaninová, Junová, 2015)

Z těchto výsledků je patrné, že pro děti a mládež jsou často jejich vzory rodiče, se kterými se identifikují. Je pravděpodobné, že veganský životní styl, který vyznávají rodiče (matky), budou jejich děti chtít považovat také za vlastní, proto by v tomto ohledu měli být rodiče obezřetní a jít vhodným příkladem.

4.5 Vrstevnické skupiny

„Vrstevnické skupiny představují přirozenou formu života dětí a mládeže. Jsou to skupiny, které charakterizuje věková, ale také názorová blízkost, z níž vyplývá souhlasné jednání. Jsou to typické primární, zpravidla neformální skupiny. Vyznačují se bezprostředními kontakty a silným pocitem příslušnosti ke skupině (identifikace vyjadřovaná zájmenem „my“).“ (Kraus, 2014, s. 88)

Wroczyński (1968) hovoří o **dvou funkcích** vrstevnických skupin:

1. Členové mají v této skupině možnost ukázat, co se naučili účastí na životě dospělých.
2. Díky utváření vrstevnických skupin mohou příslušníci rozvíjet své úsilí a uskutečnit cíle, které nelze realizovat bez dosažení sociální dospělosti.

Vrstevníky můžeme chápat jako osoby, které jsou si blízké fází vývojového období, věkem, zájmy a postoji. Podle Macka je kontakt s vrstevníky „*unikátní a svým způsobem těžko zastupitelný vztah. Umožňuje vzájemné poskytování názorů, pocitů a vzorců chování, „zkoušení“ bez větších závazků. Vrstevníci plní funkci komunikační a interakční platformy, kde může dospívající testovat sám sebe.*“ (Macek, 1999. s. 71)

Vrstevnické mládežnické skupiny se odlišují od dětských, a to tím, že se zde projevuje vymaňování jejich členů z přímé kontroly dospělých. Tyto skupiny poskytují

možnost manifestace touhy po samostatnosti. Typickým znakem je silný pocit příslušnosti ke skupině, který zasahuje do všech stránek života členů, tedy oblékání, vyjadřování, hodnotové orientace, dodržování rituálů apod.

Vrstevnícké skupiny je možné mezi sebou navzájem rozlišovat podle velikosti, struktury, např. z hlediska pohlaví, nebo sociální, náboženské příslušnosti. Velmi podstatnou úlohu hrají cíle a normy, podle kterých funguje chod skupiny. Dalším důležitým kritériem je stupeň formálnosti a organizovanosti, ačkoliv vrstevnícké skupiny jsou tradičně chápány jako spontánně vzniklé, přirozené, s neformálním charakterem. I přesto lze u takových skupin pozorovat určitou organizovanost a formálnost (mají svá pravidla, symboliku). (Kraus, 2014)

Podle Hroncové (2001) mají vrstevnícké skupiny významný vliv na rozvoj osobnosti, který může být pozitivní, nebo negativní. Tyto skupiny patří k referenčním skupinám, což jsou skupiny, se kterými se jedinec identifikuje, nebo by se rád identifikoval, a tudíž přebírá jejich normy, postoje a chování. Tyto skupiny uspokojují psychické potřeby, které slouží ke kompenzaci psychické zátěže, zároveň slouží jako nástroje sociální kontroly chování svých členů.

Ve vrstevníckých skupinách probíhá základní proces socializace. Tento děj se odehrává díky vštěpování různých životních cílů, norem, zásad, pravidel chování a jednání. Tyto skupiny nabízí svým členům také společné zážitky, možnosti seberealizace, uplatnění, a především pocit nezávislosti vůči dospělým. V prostředí vrstevníckých skupin se více než kdekoli jinde uplatňují vztahy rovnoprávnosti. Jejich činnost zpravidla probíhá ve volném čase, jejich regulaci by měly zajišťovat rodiny členů. (Pelikán, 1995)

Proces socializace ve vrstevnícké skupině může ohrozit odlišný systém norem, zásad, pravidel a jednání jednotlivců, kteří vyznávají veganský životní styl. V tomto ohledu je však také podstatné, jakým směrem se konkrétní vrstevnícká skupina orientuje a jaké hodnoty, vzorce chování a jedinečnost svých jednotlivých členů akceptuje. U některých vrstevníckých skupin může být jinakost životního způsobu jedince vnímána pozitivně, u dalších může být odsuzována.

4.6 Klima školní třídy

Školní třída je sociální skupina, která se vyznačuje specifickou sociálně-psychologickou proměnnou, která se označuje jako sociální klima školní třídy. Na utváření klimatu se podílí tito **aktéři školního klimatu**: všichni žáci navštěvující konkrétní školní třídu, skupiny žáků, žáci stojící mimo tyto skupiny, jednotliví žáci a učitelé, kteří třídu vyučují. Pokud budeme chtít analyzovat klima školní třídy, jako jednotka nám bude sloužit celá školní třída, nikoliv jedinec, který třídu navštěvuje. (Mareš, 2001)

Termín sociální klima užívá Helus (1990, s. 56) v souvislosti s **edukačním prostředím**, které definuje jako „*prostředí, v němž jedinec (žák, student) úspěšně realizuje možnosti své výchovy a svého vzdělávání, a to jako součást úsilí o bohatý, sociálně významný a osobně smysluplný život.*

Edukační prostředí má podle Heluse tři navzájem propojené složky:

- *stránku objektivní danosti (co na jedince zvnějšku objektivně působí),*
- *stránku subjektivně prožitkovou (vnitřně zpracované vnější prostředí),*
- *stránku autoprojekční (,stopy‘ jedince v objektivních danostech, důsledky aktivního vstupování do nich).“*

Helusův termín „edukační prostředí“ dle Laška (2001) však nezahrnuje jeho negativní formu a dopad na seberealizaci žáka.

Z hlediska **obsahu** klima třídy zahrnuje postupy vnímání, prožívání, hodnocení a reakce aktérů na vzniklé události, které se ve třídě odehrály, momentálně se odehrávají, nebo se odehrávat budou. Důraz je kladen na subjektivní aspekty klimatu, tedy jak jej hodnotí samotní aktéři.

Z **časového hlediska** sociální klima zahrnuje dlouhodobé jevy, které jsou charakteristické pro danou třídu a učitele, v řádů měsíců, či let. (Mareš, 2001)

Nejširším pojmem, týkající se této problematiky je **prostředí**, které zahrnuje jak prostředí školy z pohledu jejího umístění v regionu (venkov, sídliště, město), tak architektonického (patří sem ergonomická, hygienická hlediska a typ školy). **Atmosféra** je termín, který je užíván v nejužším slova smyslu, vyjadřuje krátkodobé, sociální a emoční naladění ve třídě v konkrétní situaci a může se rychle změnit – např. při zkoušení, písemných pracích, maturitách apod. (Lašek, 2001)

Podle Laška (2001, s. 40) „*klima* třídy představuje trvalejší sociální a emocionální naladění žáků ve třídě, které tvoří a prožívají učitelé a žáci v interakci.“ Tímto termínem je myšleno např. celoroční klima třídy, které je charakteristické a jedinečné pro konkrétní třídu.

Klima ve třídě nelze pochopit bez enviromentálních, sociálně-psychologických, sociologických a kulturních souvislostí, které Tagiuri a Anderson (in Mareš, 2001) člení na čtyři hierarchické úrovně:

- ekologie: charakteristika školní budovy,
- prostředí: charakteristiky učitelů, charakteristiky žáků,
- sociální systém: vztahy mezi účastníky vzdělávání, jejich sociální komunikace, podíl na rozhodování, podíl na účasti dění ve skupině,
- kultura: hodnoty, které jsou ve třídě považovány za významné, učitelova účast na rozvoji jednotlivých žáků.

Determinanty klimatu podle Laška (2001) tvoří skutečnosti školy a třídy, které jsou jedinečné, svébytné a významně ovlivňují vznik, podobu a účinky třídního klimatu. Patří sem:

- zvláštnosti školy (typ školy, její zaměření, pravidla školního života),
- zvláštnosti vyučovacích předmětů a pedagogických situací (laboratorní, dílenská práce),
- zvláštnosti učitelů (osobnost učitele a jeho pojetí výuky),
- zvláštnosti školních tříd (učitel a třída; školní třída jako celek; skupiny ve třídě),
- zvláštnosti žáků (žák jako člen třídy, žák jako individuální osobnost).

Je otázkou, zda např. sociální systém klimatu školní třídy, který je založen na vztazích mezi žáky a jejich podílu na rozhodování ve třídní skupině, nemůže být u veganských dětí ohrožen díky odlišnému životnímu stylu, kterým tyto děti (pubescenti) žijí spolu se svými rodiči. Rozdílnost může nastat i v hodnotové orientaci dětí vyrůstajících ve veganských rodinách oproti nastaveným hodnotám, které považuje za své zbytek třídy.

4.7 Úloha veganského životního stylu rodičů v životě dítěte

Veganský životní styl je specifický odlišnými stravovacími zvyklostmi, stylem oblékání, ale i např. volbou volnočasových aktivit. V hlavním proudu společnosti je

například běžné, že rodina společně navštíví ZOO nebo cirkus, avšak rodiny žijící veganským způsobem života mají k těmto zařízením negativní postoj a jejich návštěvy nepodporují. Je patrné, že veganství zasahuje do mnoha oblastí života rodin, které veganský životní styl vyznávají.

„Veganství pro nás tedy neznamená jen to, co jíme – odráží se v mnoha dalších aspektech života. Dcera zvířata nebo jejich části nejí, nenosí, ani se jimi neumývá. Teď je jí dva a půl roku, takže už také vysvětlujeme, proč to tak je, stejně jako třeba, co souvisí s cirkusem, zoo, ... Taký upravujeme tradiční pohádky nebo si vymýšlíme vlastní veganské příběhy. Lolu zapojujeme do všech našich veganských aktivit jako jsou setkávání veganských rodičů, tematické přednášky, veřejné akce za práva zvířat (aktivně se s námi účastnila např. i happeningů hnutí 269 – vypalování a dražba otroků) a podobně. Výchova malého vegáněte, zvláště v našem aktivistickém stylu, je nepochybně velká výzva. Žijeme v převážně neveganském světě, ve kterém musíme jako rodiče veganství svého dítěte teoreticky i prakticky ustát.“ (Veganství máme v rodině, 2015, s. 8)

Veganství bývá velmi často odsuzováno, především veganský životní styl dětí vyvolává u majoritní společnosti negativní emoce. Je zřejmé, že výchova dětí směřující k veganství není snadnou záležitostí. *„Vychovávat děti vegansky často není pro rodiče snadné, a to právě kvůli tlaku společnosti, která má o veganství (obzvláště u dětí) nedostatek informací a její představy jsou často velmi zkreslené.“ (Veganství máme v rodině – příběhy rodičů [online])*

5 Výzkumné šetření

5.1 Stanovení cílů výzkumu

Cílem výzkumného šetření je zjistit, jaký dopad má veganský životní styl rodičů na sociální interakce dětí, a to z pohledu matek a jejich dětí. Výzkum se zabývá vlivem specifického životního způsobu rodičů, konkrétně matek, a dětí na sociální interakce dětí středního a staršího školního věku. V médiích je často diskutovaný veganský životní styl dětí, který je majoritní společností často odsuzován a považován za extrémní. Na základě toho vznikla myšlenka, jak tuto problematiku vnímají samotní aktéři dění, tedy „veganské děti“ a jejich matky. Dalším předmětem zkoumání je, zda děti ve vývojovém období středního a staršího školního věku souhlasí s rozhodnutím rodičů být členy veganské subkultury. V neposlední řadě výzkum zjišťuje, jestli nastala situace, kdy by se děti, žijící veganským způsobem života, cítily ve třídním kolektivu ostrčeně a příčinou tohoto ostrčení by byl jejich odlišný životní styl, který má své specifické normy a pravidla.

5.2 Vytvoření konceptuálního rámce

5.2.1 Formulace výzkumného problému

Jaké důsledky veganského životního stylu rodičů se objevují v oblasti vztahů a sociálních interakcích dětí z pohledu matek a dětí.

Hlavní výzkumná otázka

Jaký dopad má veganský životní styl rodičů na sociální interakce dětí?

Dílčí výzkumné otázky

1. DVO: Jak veganský životní styl ovlivňuje sociální vztahy dětí s jejich vrstevníky?
2. DVO: Souhlasí děti středního a staršího školního věku s rozhodnutím rodičů žít jako členové veganské subkultury?
3. DVO: Nastala situace, kdy by se děti žijící veganským způsobem života cítily v kolektivu ostrčeně či poníženě a příčinou toho by byl jejich odlišný životní styl?
4. DVO: Jak okolí reaguje na veganský životní styl dětí?
5. DVO: Jaké jsou vztahy v rodinách, ve kterých matky a děti vyznávají veganský způsob života?

5.3 Metodologický rámec a metody

5.3.1 Design výzkumu

Na základě cílů výzkumného šetření byl zvolen kvalitativní design výzkumu, díky kterému lze hlouběji postihnout problematiku dopadu veganského životního stylu rodičů na sociální interakce jejich dětí. Jednou z předností kvalitativního výzkumu je získání hloubkové charakteristiky případů, díky které můžeme jednotlivé případy porovnat a sledovat vývoj konkrétních procesů. Výzkum této povahy umožňuje přístup ke všem podrobným informacím, proč se daný jev objevil. Výhodou metodologie kvalitativního výzkumu jsou přístupy, díky kterým můžeme navrhnout teorii určitého sledovaného jevu. Kvalitativní přístup je oproti kvantitativnímu více strukturovaný a využívá deduktivní postupy. (Hendl, 2005)

Charakteristické vlastnosti kvalitativního přístupu jsou *jedinečnost a neopakovatelnost*. Je tím myšleno, že kvalitativní přístup se nezřiká výzkumu jevů a fenoménů, které jsou jedinečné a neopakovatelné, které jednotlivci mohou vnímat odlišně, v různých rovinách a kvalitách. Následujícím znakem je *kontextuálnost*, která v tomto ohledu postihuje fakt, že z psychologického hlediska existuje pouze malé množství pravidel a zákonitostí, které lze zobecnit. Dalšími vlastnostmi tohoto typu výzkumu jsou *procesuálnost a dynamika*. Zkoumaný jev či fenomén nějak vznikl, vyvíjí se a následně zaniká. Sledovaný proces se odehrává v určitém čase a často nemá lineární průběh. Při zkoumání dynamiky procesů zjišťujeme nejen to, jak mají nejrůznější faktory na proces vliv, ale především, jaké kvality tyto vlivy nabývají. V neposlední řadě je pro kvalitativní přístup charakteristická *historičnost a reflexivita*, což znamená, že výzkumník se přímo či nepřímo podílí na procesech, které zkoumá. (Miovský, 2006)

5.4 Metoda sběru dat

Pro realizaci výzkumného šetření byla zvolena metoda polostrukturovaného rozhovoru. Tato metoda vyžaduje technickou přípravu, kdy si tazatel připraví určité schéma, které je závazné. Schéma zahrnuje okruhy otázek, jejichž pořadí může tazatel během průběhu rozhovoru měnit – některé části rozhovoru jsou ponechány na tazateli, včetně pořadí a znění otázek, jiné části mohou mít naopak čistě strukturovanou formu. U polostrukturovaného interview máme definované tzv. jádro rozhovoru, které zahrnuje několik témat a otázek, které je třeba probrat, což poskytuje pocit jistoty, že tato témata

budou skutečně probrána. Na jádro rozhovoru navazuje soubor doplňujících témat a otázek, které umožňují rozšířit původní schéma rozhovoru. Tyto doplňující otázky přináší mnoho důležitých informací, které umožní lepší chápání výzkumného problému. Důležitou úlohu při realizaci této výzkumné metody hraje prostředí, ve kterém je rozhovor realizován. Prostor by mělo odpovídat cílům výzkumu a povaze výzkumných otázek. (Miovský, 2006)

5.4.1 Schéma polostrukturovaného rozhovoru

Jak již bylo zmíněno, před samotnou realizací polostrukturovaného rozhovoru je důležité sestavit schéma rozhovoru, které je strukturované a závazné. V průběhu interview lze pořadí a znění otázek pozměnit.

Pro naplnění výzkumných cílů byly k dílčím výzkumným otázkám přiřazeny tazatelské. Byly utvořeny dvě verze schémat, jedno bylo sestaveno pro matky, druhé pro děti. Schémata jsou odlišná ve znění tazatelských otázek.

Tazatelské otázky jsou pomyslně rozděleny na následující **tazatelské okruhy**: veganský životní styl, rodinné prostředí, prostředí vrstevnických skupin, klima školní třídy, vztahy matek a dětí.

Schéma polostrukturovaného rozhovoru určené matkám:

1. DVO: Jak veganský životní styl ovlivňuje sociální vztahy dětí s jejich vrstevníky?
 - TO1: Domníváte se, že vaše dítě nemá v kolektivu výraznější problémy?
 - TO2: Vnímáte určitý vliv veganství na vztahy dítěte se spolužáky?
 - TO3: Myslíte si, že veganský životní styl vašeho dítěte vzbuzuje mezi spolužáky výraznější pozornost?
2. DVO: Souhlasí děti středního a staršího školního věku s rozhodnutím rodičů žít jako členové veganské subkultury?
 - TO4: Vaše dítě chtělo být veganem samo od sebe, nebo jste mu nedali jinou možnost?
 - TO5: Přišlo za vámi někdy dítě s návrhem, že už nadále nechce být veganem?
 - TO6: Pokud se účastníte akcí spojených s veganstvím, navštěvuje je spolu s vámi vaše dítě rádo?
3. DVO: Nastala situace, kdy by se děti žijící veganským způsobem života cítily v kolektivu odstrčeně či poníženě a příčinou toho by byl jejich odlišný životní styl?

- TO7: Bylo někdy vaše dítě v kolektivu ponižované kvůli veganskému životnímu stylu?
 - TO8: Nastala situace, kdy by si vaše dítě stěžovalo, že si ve třídě kvůli veganství připadá odstrčeně? (kvůli stravování, návštěvy ZOO, cirkusů v rámci školy apod.)
 - TO9: Jak řešíte stravování dítěte v průběhu školního roku? (krabičky, dochází na obědy domů)
4. DVO: Jak okolí reaguje na veganský životní styl dětí?
- TO10: Jak na veganství vašeho dítěte reagují vaši známí a přátelé?
 - TO11: Jaké jsou reakce vyučujících na veganský životní styl vašeho dítěte?
 - TO12: Rozmlouval vám někdy někdo veganství vašeho dítěte?
5. DVO: Jaké jsou vztahy v rodinách, ve kterých matky a děti vyznávají veganský způsob života?
- TO13: Je kromě vás a vašeho dítěte ještě někdo další z rodiny vegan?
 - TO14: Pokud máte partnera/manžela, souhlasí s životním stylem vás a vašeho dítěte?
 - TO15: Jak na veganství vašich dětí reaguje širší okruh rodiny?
 - TO16: Nastal někdy ve vaší rodině kvůli veganství konflikt?

Schéma polostrukturovaného rozhovoru určené dětem:

1. DVO: Jak veganský životní styl ovlivňuje sociální vztahy dětí s jejich vrstevníky?
 - TO1: Měl/a jsi někdy s někým ve třídě problém kvůli veganství?
 - TO2: Myslíš si, že kdybys nebyl/a vegan, byl/a bys ve třídě oblíbenější?
 - TO3: Upozorňují spolužáci často na tvůj veganský způsob života?
 - TO4: Máš mimo třídní kolektiv kamarády, kteří jsou také vegani?
2. DVO: Souhlasí děti středního a staršího školního věku s rozhodnutím rodičů žít jako členové veganské subkultury?
 - TO5: Přešel/přešla jsi na veganství sám/sama od sebe?
 - TO6: Uvažoval/a jsi někdy na tím, že bys s veganstvím skončil/a?
 - TO7: Jak myslíš, že by rodiče reagovali na tvé rozhodnutí, že už nechceš být nadále vegan/veganka?
 - TO8: Účastníš se rád/a společně s rodiči akcí, které souvisí s veganstvím?
3. DVO: Nastala situace, kdy by se děti žijící veganským způsobem života cítily v kolektivu odstrčeně či ponížene a příčinou toho by byl jejich odlišný životní styl?

- TO9: Nastala někdy situace, že by tě někdo kvůli veganství urážel?
 - TO10: Stalo se někdy, že ses kvůli veganství cítil/a odstrčeně? (např. návštěva restaurace, ZOO, cirkusů apod.)
 - TO11: Během školního roku docházíš na obědy domů, nebo si nosíš do školy krabičky?
4. DVO: Jak okolí reaguje na veganský životní styl dětí?
- TO12: Jak na tvůj životní styl reagují učitelé?
 - TO13: Jak na tvůj životní styl reagují kamarádi? (mimo třídní kolektiv)
5. DVO: Jaké jsou vztahy v rodinách, ve kterých matky a děti vyznávají veganský způsob života?
- TO14: Je kromě tebe a matky ještě někdo v rodině vegan?
 - TO15: Jak na tvůj životní styl reagují ostatní členové rodiny?
 - TO16: Nastala u vás v rodině někdy hádka kvůli veganství?

5.5 Rozhodnutí o výzkumném vzorku a prostředí

Vzorkem pro výzkumné šetření se staly matky společně se svými dětmi, žijící veganským životním stylem. Věk dětí, se kterými byly rozhovory realizovány, se záměrně pohyboval v rozmezí středního a staršího školního věku, protože v tomto věku se děti názorově a hodnotově začínají výrazněji vymezovat proti svým rodičům. Konkrétně se věk dětí pohyboval v rozmezí 12–16 let. Matky respondentky byly osloveny mezi členy veganských skupin na sociální síti Facebook, ty poté následně k rozhovorům přizvaly své děti. Pro výběr respondentů byla užita metoda samovýběru a záměrného výběru. Pomocí samovýběru se do výzkumného souboru dostaly čtyři matky s dětmi, které byly kontaktované na facebookové skupině pro jedince vyznávající veganský životní styl. Metoda záměrného výběru byla užita u dvou matek s jejich dětmi, na které jsem získala kontakt od matky respondentky, která se rozhovoru účastnila díky metody samovýběru.

Celkem bylo pro účely výzkumného šetření realizováno šest rozhovorů s matkami a stejný počet s jejich dětmi – třemi dívkami a třemi chlapci. Všechny rozhovory probíhaly jako videohovory přes program Skype kvůli nouzovému stavu, který byl vyhlášen v důsledku koronavirové pandemie. I přes omezené podmínky pro realizaci rozhovorů se podařilo získat potřebná data pro účely výzkumného šetření.

5.6 Zajištění kvality výzkumu

Výzkumné šetření se zabývá důslednou analýzou situace, jejíž podstata spočívá v držení se předem formulovaného postupu.

5.7 Sběr dat a jejich interpretace

Pro důsledný sběr dat byly jednotlivé rozhovory nahrány na záznamové zařízení mobilního telefonu. Všichni respondenti byli s nahráváním rozhovoru předem srozuměni a následně s metodou sběru dat souhlasili. Při dalším postupu byly rozhovory přepsány do textové podoby, aby je bylo možné dále zpracovat a následně vyhodnotit. Přepsané rozhovory s matkami byly umístěny do jednoho dokumentu stejně jako rozhovory s jejich dětmi, aby bylo možné data přesněji kódovat. Důležité termíny byly v podobě kódů následně rozděleny do jednotlivých kategorií.

5.8 Výsledky

Tato kapitola interpretuje výsledky polostrukturovaných rozhovorů, které proběhly s matkami a jejich dětmi. Po kódování vzniklo celkem pět kategorií, jež byly stejné u matek i dětí. Tyto kategorie odpovídají počtu dílčích výzkumných otázek. Pod každou kategorií jsou umístěny příslušné kódy a poznatky, které vychází z výpovědí respondentů a odpovídají na danou výzkumnou otázku. Práce obsahuje shrnutí, které srovnává zjištění výzkumného šetření s teoretickými poznatky práce. V závěru práce je obsaženo shrnutí, které odpovídá na hlavní výzkumnou otázku. Ukázka jednoho rozhovoru s matkou a jejím dítětem je umístěna v příloze.

5.8.1 Výsledky rozhovorů s matkami

DVO 1: Jak veganský životní styl ovlivňuje sociální vztahy dětí s jejich vrstevníky?

Kategorie č. 1: Nízká míra vlivu veganství dětí na vztahy s jejich vrstevníky

Kódy: Problémy kvůli veganství

Míra pozornosti na veganství

Vliv veganství na oblíbenost dětí

Zájem o veganské stravování

Veganští přátelé

Z výpovědí matek je zřejmé, že veganství jako takové nemá výraznější vliv na vztahy dětí s jejich vrstevníky. Spolužáci veganských dětí vnímají jejich odlišnost především ve způsobu stravování a projevují v této oblasti zvýšený zájem, který je spíš

pozitivně orientovaný. Matka z rodiny B ho popisuje takto: „*Ano, v tomto směru vnímám zvědavost, která se zaměřuje na ten odlišný stravovací styl. Dělá to i doba, protože veganství se stává stále běžnější.*“ Neutrální či pozitivní reakce ostatních dětí na veganství je do jisté míry příčinou osvěty a popularizace veganského životního stylu, která je příznačná pro současnou dobu, jak zmiňuje i matka z rodiny C: „*Já si myslím, že vzhledem k tomu, že je v dnešní době veganství už dělaná větší osvěta, díky i třeba známým osobnostem, které jsou samy vegani, tak už není takový propad, jako tomu bylo např. před deseti lety. Lidi už se na to dívají jinak, není to pro ně „bílá vrána“, že by na dceru koukali ostatní, že je divná nebo podobně. Zkrátka si myslím, že být veganem v současné době již není tak složité.*“

Konflikty kvůli veganskému způsobu života v třídním kolektivu u žádného z dětí neproběhly. Matky často zmiňovaly, že vnímají, že jakákoliv výraznější odlišnost – ať už styl oblékání, nebo specifický životní styl můžou vyústit v ostrakizaci dětí, nebo dokonce šikanu, avšak matky respondentky tyto problémy nikdy nemusely řešit. V tomto ohledu je důležité, jak celou situaci řídí učitelé, protože jestliže má třída kvalitní vedení, k těmto problémům často ani nedochází, a pokud ano, zdatní učitelé zvládnou konflikt včas usměrnit a vyřešit.

Všechny matky se shodují ve svých odpovědích, že veganství nemá žádný vliv na oblíbenost dětí ve školním kolektivu. Zajímavý komentář však měla k této problematice matka z rodiny A: „*Veganství u dětí je vlastně sociální a zdravotní experiment. Já to rozhodně nepodceňuji, i proto dostal R. odklad školní docházky a ve škole je oblíbený, protože je nejstarší – takhle jsem i přemýšlela, bude vegan a bude aspoň větší. Na začátku školního roku navštívím vždy nové vyučující a upozorním je na veganství mého syna. Vše je takový předpřipravený.*“

Další shodnou oblastí byly veganští přátelé. Matky zmínily, že blízké přátele žijící vegansky spolu s dětmi nemají, avšak jsou s takovými rodinami v kontaktu přes sociální síť.

DVO 2: Souhlasí děti středního a staršího školního věku s rozhodnutím rodičů žít jako členové veganské subkultury

Kategorie č. 2: Akceptace veganského životního stylu dětmi

Kódy: Přejít na veganství

Skoncování s veganstvím

Veganské akce

Během rozhovorů s jednotlivými matkami vyplynulo, že čtyři matky rozhodly za své děti, že se stanou vegany, zbylé dvě vypověděly, že s myšlenkou stát se vegany přišly děti samotné. Dvě matky navíc zmínily, že jejich děti (synové) jsou vegany již od narození, konkrétně se jednalo o matky A a D. U dětí, které nebyly vegani od narození, měla významný vliv propagace etické stránky veganství ze strany rodičů. V této souvislosti jim byla puštěna různá videa a dokumenty, které zobrazovaly hrubé zacházení se zvířaty, tedy krutou realitu živočišné produkce. Rozhodnutí stát se členem veganské subkultury však zůstalo na dítěti, jako zmiňuje matka F: „*Tak já jsem s tím přišla, pustila jsem dceři i různá videa propagující veganství, ale vyloženě jsem ji nemutila. Kdyby vegankou být nechtěla, tak ji nutit nebudu.*“ Vliv rodiče měl však v těchto případech významný vliv na rozhodnutí dítěte, stát veganem.

Za matkami nikdy jejich děti nepřišly s konečným rozhodnutím, že už nadále nechtějí být členy veganské subkultury. Ve dvou případech děti občas uvažovaly, že by s veganstvím skončily, ale nakonec se od této myšlenky odklonily.

Co se týká veganských akcí, matky zmiňovaly, že tyto akce vnímají jako příležitost, kdy mohou společně s dětmi smysluplně trávit volný čas, protože některé akce, které propagují veganství, mají často i edukativní charakter. Veganské akce mají za cíl sdružovat veganskou komunitu, proto můžeme vnímat i jejich psychologický vliv. „*Ano, tyto akce mají pro mé dítě hlavně psychologický vliv. On tam totiž vidí lidi, kteří jsou jako on, takže se tam vždy cítí dobře.*“

V tomto ohledu je také důležité, jaký zájem mají matky o názory svých dětí a jak je dovedou vyhodnotit. Určitě je třeba, aby rodiče problematiku veganského způsobu života se svými dětmi čas od času prodiskutovali.

DVO 3: Nastala situace, kdy by se děti žijící veganským způsobem života cítily v kolektivu odstrčeně či ponížene kvůli jejich odlišnému životnímu stylu?

Kategorie č. 3: Veganství není příčinou ponižování a ostrakizace dětí v kolektivu

Kódy: Ponižování kvůli veganství

Účast na školních akcích

Stravování v kolektivu

Pohled matky na výchovu, zájmy a stravování veganských dětí

Výpovědi matek se shodovaly v tom, že situace, kdy by docházelo vyloženě k ponižování jejich dětí, nenastaly. Občas se ze strany spolužáků objevily hanlivé

komentáře, které hodnotily veganský způsob stravování, ale u žádných dětí nenastaly dlouhodobé problémy tohoto charakteru, jak zmiňuje matka z rodiny E: *„Pokud si vzpomínám, tak pouze na základní škole u syna byl případ, že se mu spolužáci posmívali, že jeho jídlo „vypadá jako zvratky“, protože si jídlo nosil s sebou. On jim na to řekl, že mu je jedno, co se ostatním líbí, že jemu to chutná a oni ho nezajímají. Tím to vyřešil.“* V tomto ohledu záleží na celkovém klimatu třídy, ale především na již zmíněných dovednostech vyučujících v oblasti řešení konfliktů mezi žáky.

Co se týká účasti na stravování a školních akcích, matky v této souvislosti zaznamenaly určité problematické aspekty. Opakovaly se zmínky, že stravování s ostatními dětmi v běžných restauracích je složité, protože se v nabídkách běžných restaurací velmi málo nachází plnohodnotná veganská jídla. Právě oblast stravování může mít svá úskalí i při účasti na školních akcích, jako jsou například lyžařské výcviky, což popisuje jedna z matek: *„Spíš nastaly problémy, když byla na lyžařském výcviku v souvislosti se stravováním. My jsme se už předem vedení školy a vyučujících ptali, jestli pro ni bude zajištěno veganské jídlo, protože jestliže by tomu tak nebylo, dcera by vůbec nejela. Oni nám přislíbili, že jídlo pro ni bude zajištěno, ale ve skutečnosti tomu tak nebylo. To bylo nepříjemné, protože při vyšším energetickém výdeji, který dcera na výcviku měla, je třeba energii zase doplnit, což úplně nešlo. Dcera měla dokonce díky nedostatečné stravě zdravotní obtíže, udělalo se jí na výcviku špatně. Po skončení výcviku jsem vyučujícím řekla, že jestli se tato situace bude opakovat, dcera příště nikam nepojede. Šlo se přeci domluvit, já bych jí s sebou jídlo zabalila, ale oni nám slíbili, že škola pro ni stravování zajistí. To mi přišlo opravdu nefér.“*

Pocity vyčleňování veganských dětí v souvislosti s omezením návštěvy ZOO a cirkusů se nevyskytly, protože žádné z dětí se svou třídou tyto organizace nemuselo navštívit. Matky ale zmínily, že kdyby se děti měly těchto akcí účastnit, nebránily by jim, ale následně potom by si o reálném záměru těchto organizací se svými potomky promluvíly.

Děti respondentek se běžně stravují spolu se svými spolužáky ve škole, kam si nosí krabičky s jídlem, nestravují se o samotě. Často mají spolužáci dětí o veganská jídla a jejich přípravu zájem. Pokud děti nemají odpolední vyučování, dochází na obědy domů.

Podle matek je výchova veganských dětí určitou výzvou, protože hodně situací spojených s veganstvím musí matky svým dětem vysvětlovat a současně dávat pozor na jejich sociální i zdravotní pohodu: *„...pro mnoho lidí je náročné být i dospělým veganem,*

ale být veganským rodičem, to je úplně jiný level. Co se týče znalostí, sociálního, zdravotního zařizování... to není pro každého. Mohou nastat opravdu „průšvihy“ na hrozně moc frontách...“ Oblast výchovy a vzdělání veganských dětí není pro jejich rodiče snadnou záležitostí.

DVO 4: Jak okolí reaguje na veganský životní styl dětí?

Kategorie č. 4: Neutrální reakce na veganský životní styl dětí

Kódy: Reakce vyučujících

Reakce přátel a známých

Rozmlouvání veganství

Tato kategorie je cílená na reakce okolí na veganský životní styl dětí. Matky se ve svých výpovědích shodly na tom, že ze strany vyučujících převládají neutrální reakce na veganství jejich dětí. Někteří vyučující veganské děti dávají ostatním za vzor kvůli etickým aspektům tohoto životního stylu, jak uvedla matka z rodiny D: *„Na základní škole jsme měli štěstí, že syn měl skvělé učitele, kteří se o veganství zajímali a dávali nás za příklad. On na základní škole chodil do třídy pro nadané děti, kde žáci dělali různé projekty. Syn se při tvorbě projektů soustředil na zdravou výživu a konkrétně právě na veganství, záchranu planety apod. Vždy témata jeho projektů vzbuzovala u ostatních zájem o veganské stravování a pro ostatní žáky a jejich rodiče to mělo i jistý edukativní charakter. Navíc on se syn vždy dobře učil a byl nadaný na sport, takže i tímto své veganství pozitivně propagoval a nikdo nemohl říct, že by veganství nějak synovi ublížilo vzhledem k jeho výborným výsledkům.“* Matka z rodiny C měla určité problémy s vyučujícími své dcery v souvislosti se stravováním na lyžařském výcviku, ostatní matky vypověděly, že reakce vyučujících na veganský životní styl jejich dětí byly čistě neutrálního charakteru.

Reakce rodinných přátel a známých (kteří nejsou vegani) na veganský životní styl dětí byly obdobné povahy jako reakce vyučujících. Matky se shodly ve svých odpovědích na tom, že nejprve byly reakce jejich přátel rozpačité, ale časem životní způsob jejich dětí akceptovali. *„Už nás znají a zvykli si, na začátku to bylo ještě takové těžké, nebylo to totiž tak známé. Ale v dnešní době už to není tak problematické.“* Rodinní přátelé nezapomínají na společných oslavách pro matky a jejich děti připravit speciální veganské pohoštění: *„Úplně v pohodě, přestože sami vegani nejsou. Nemají s tím problém, na společných akcích nám vždy něco připraví od sladkého až po veganské chlebičky.“*

Matky se čas od času setkaly s tím, že jim veganství jejich dětí někdo rozmlouval, a to většinou z důvodu, aby dětem nechyběly potřebné živiny. V těchto případech se nejčastěji jednalo o jejich známé nebo příbuzné.

DVO 5: Jaké jsou vztahy v rodinách, ve kterých matky a děti vyznávají veganský způsob života?

Kategorie č. 5: Pozitivní ladění rodinných vztahů

Kódy: Počet veganských členů rodiny

Vztahy s prarodiči

Rodinné akce

Konflikty kvůli veganství

Další okruh otázek směřoval k zjištění povahy rodinných vztahů, které v rodinách s veganskými matkami a jejich dětmi panují. Ve dvou rodinách jsou vegani všichni členové rodiny, tedy matky, otcové a jejich děti. Ve zbylých čtyřech rodinách je počet veganských členů omezen na matky a děti.

Během rozhovorů se často matky zmiňovaly o vlivu veganství na vztahy s jejich rodiči, tedy prarodiči jejich dětí. Je patrné, že starší generace vnímá tento životní styl jinak než generace mladší.

Prarodiče na různých rodinných oslavách zkoušeli svým vnoučatům „podstrčit“ neveganské pokrmy, což vedlo k menším neshodám mezi rodiči a prarodiči dětí. Postupem času však babičky a dědečkové pochopili, že veganství není pouze módní trend nebo dieta, ale má pro své příznivce mnohem hlubší význam, jak uvedla matka z rodiny E: *„Já to ale chápu, pro tu starší generaci to je často složitější na pochopení, protože mají strach, aby tělu něco nechybělo, hlavně našim dětem. Ono to pro ně je i po psychologické stránce náročnější, že my, jako jejich děti děláme něco jinak, než to dělali oni. Nejdříve byly ty problémy vážnější, že jsme k nim neměli důvěru v tom, že dětem skutečně nedají něco neveganského, takže na určitý čas jsme k nim děti prostě nedávali. Teď už je vše ale v pořádku, oni pochopili, že to je naše životní cesta, ne módní záležitost.“* Určitě je v tomto ohledu žádoucí, aby bylo docíleno pochopení mezi generacemi.

Matky vypověděly, že občas došlo mezi rodinnými příslušníky k výměně názorů ohledně veganství. Tyto situace probíhaly dříve, když se matky a jejich děti staly členy veganské subkultury. V rodinách, kde jsou vegani pouze matky a jejich děti, nastala v několika případech diskuse mezi matkami a jejich manžely: *„Těch menších neshod bylo*

víc, ale nikdy to nebylo nic zásadního. Jde třeba o to, že jak manžel vegan není, tak vedu vlastně dvojí domácnost, kdy vařím zvlášť nám a zvlášť jemu. V téhle souvislosti manžel často argumentuje tím, že naše potraviny zabírají příliš mnoho místa. To je takové časté téma dohad, které je přitom celkem banální. Je zase pravda, že když jde manžel na nákup, tak se občas zeptá, jestli dcery něco nechtějí koupit. Není to často, ale snaží se. Občas to komentuje, ale vyloženě o hádky se nejedná.“

Dle výpovědí matek došlo v jejich rodinách k výměně názorů na téma veganského životního stylu, ať už s generací prarodičů, nebo s ostatními členy rodiny. Nikdy však nenastala situace, že by veganství matek a dětí narušilo pozitivní charakter vztahů v jejich rodinách. Je patrné, že při vzájemném respektu a trpělivosti odlišný životní styl jednotlivých členů rodiny není příčinou negativního ladění rodinných vztahů.

5.8.2 Výsledky rozhovorů s dětmi

DVO 1: Jak veganský životní styl ovlivňuje sociální vztahy dětí s jejich vrstevníky?

Kategorie č. 1: Bez výraznějšího vlivu veganství dětí na vztahy s jejich vrstevníky

Kódy: Problémy kvůli veganství

Vliv veganství na oblíbenost

Zájem o veganské stravování

Veganští kamarádi

Z rozhovorů s dětmi je patrné, že nikdy neměly kvůli veganství v kolektivu závažnější vztahové problémy se svými spolužáky. Občas nastala situace, kdy na jejich životní styl měli spolužáci nářžky, a to konkrétně v souvislosti s jejich specifickým způsobem stravování, jak například uvádí dívka K. z rodiny B: *„Větší problémy jsem kvůli veganství neměla, jednalo se jenom o nářžky, které se týkaly odlišného způsobu stravování. Spolužáci se mě ptali, co jím, proč jsem se takto rozhodla, ale bylo to ze zvědavosti.“*

Všechny děti se ve svých výpovědích shodují v tom, že jejich veganský způsob života nemá výrazný vliv na jejich oblíbenost v třídním kolektivu. Děti, se kterými byly rozhovory vedeny, vnímají samy sebe jako oblíbené mezi spolužáky, jak uvedl chlapec z rodiny A: *„No, já si myslím, že by to žádný vliv nemělo, protože já jsem ve třídě jeden z nejoblíbenějších žáků, takže podle mě na to veganství nemá žádný vliv.“*

Je zřejmé, že veganské stravování vzbuzuje v kolektivu školáků větší pozornost. Tento zájem spolužáků o odlišný způsob stravování vnímají děti jako pozitivně

orientovaný, jak zmínil chlapec z rodiny D: „*Na základní škole to bylo v tomhle ohledu dost v pohodě, na prvním stupni mě dokonce dávali učitelé ostatním za příklad, protože jsem jedl hodně zdravě. To bylo fajn, že mě ostatní díky tomu vnímali pozitivně.*“

Žádné z dětí nemá veganské kamarády ve svém blízkém okolí, jsou v kontaktu pouze přes sociální sítě: „*Mám, ale jenom z internetu, ne že bychom se znali osobně, ale jen třeba přes Facebook nebo Instagram.*“ Děti se zmínily, že by se s dětmi, se kterými jsou díky veganství v kontaktu, v budoucnu rádi setkaly.

DVO 2: Souhlasí děti středního a staršího školního věku s rozhodnutím rodičů, žít jako členové veganské subkultury?

Kategorie č. 2: Akceptace veganského životního stylu dětmi

Kódy: Přechod na veganství

Skoncování s veganstvím

Veganské akce

Čtyři ze šesti dětí, konkrétně tři chlapci a jedna dívka, se staly členy veganské subkultury na základě rozhodnutí jejich rodičů. Dva z chlapců jsou vegany již od narození. Dvě z dívek se staly vegankami na základě jejich samostatného rozhodnutí a jedna z nich k přechodu na veganství přesvědčila i svou matku: „*Mamka na mé rozhodnutí, stát se vegankou reagovala úplně v pohodě a vlastně díky mně taky na veganství přešla. Společně jsme viděly dokumenty o hrubém zacházení se zvířaty.*“ Druhou z těchto dívek k přechodu na veganství inspirovala její starší sestra, která je jejím vzorem. Dalšími důvody, které ji vedly k tomuto rozhodnutí, byly pozitivní aspekty veganství: „*Mojí inspirací byla sestra, ona je vegankou už tři roky. Dále mě k tomu vedla péče o mé zdraví, zvířata a planeta.*“

Co se týká pohnutek dětí skoncovat s veganstvím, u tří dětí k této úvaze v minulosti několikrát došlo, ale nikdy nebyla realizovaná. Je zajímavé, že nad upuštěním od veganství uvažovali chlapci, kteří jsou vegany již od narození. Jedna z dívek uvedla, že si potřebuje občas připomenout, proč vlastně dospěla k rozhodnutí stát se vegankou: „*Myslím si, že jednou za čas, třeba za tři měsíce, má člověk období, kdy potřebuje další osvětu, aby si uvědomil, proč to chce vlastně dělat, já si třeba během tohoto období použít různé dokumenty o hrubém zacházení se zvířaty, abych věděla, že dělám správnou věc. Poslední dobou mě do veganství žene ještě více to, že jsou téměř všude dostupné různé veganské alternativy. Teď ale určitě o skoncování s veganstvím neuvažuji.*“ Na otázku, jak by reagovali rodiče na rozhodnutí dětí, že chtějí s veganstvím skoncovat, se děti ve svých

odpovědích shodly na tom, že by se jich nejspíše rodiče ptali, co je k tomuto rozhodnutí vedlo, ale akceptovali by je.

Veganské akce jsou pro děti v období středního a staršího školního věku zábavnými událostmi, zároveň mají edukativní vliv například v oblasti zabývající se životním prostředím. Především dívky vzpomínaly, že se na akcích setkaly s influencerem, který veganství propaguje: „*Na veganské náplavce v Praze jsem potkala Bena Cristovao, takže to bylo fajn.*“

DVO 3: Nastala situace, kdy by se děti žijící veganským způsobem života cítily v kolektivu ostráčeně či ponížene, z důvodu jejich odlišného životního stylu?

Kategorie č. 3: Veganství není příčinou ponižování a ostrakizace dětí v kolektivu

Kódy: Ponižování kvůli veganství

Účast na školních akcích

Stravování v kolektivu

Další okruh otázek se soustředil na problematiku ponižování a ostrakizace veganských dětí. Děti vypověděly, že se čas od času setkaly s negativními komentáři k jejich životnímu stylu, především v souvislosti se stravováním, ale nikdy se kvůli veganství necítily vyloženě ponížene či ostráčeně. Dvě z dívek zaregistrovaly na sociálních sítích urážení neznámých propagátorů veganského životního stylu, ale samy tyto problémy nikdy neřešily. „*No, mě asi nikdo vyloženě neurážel, ale třeba vím, že často jsou různé konflikty na sociálních sítích, protože tam se střetává hodně lidí s různými názory, ale mě osobně se to netýkalo.*“

Všechny děti uvedly, že během účasti na školních akcích si nikdy nepřipadaly v kolektivu ostráčeně, a to ani v situaci, kdy se jeden z chlapců kvůli svému životnímu stylu neúčastnil návštěvy ZOO: „*Tak mně to bylo vlastně jedno, úplně mě nemrzelo, že ostatní jedou a já ne, s kamarády ze třídy jsem se jinak viděl každý den. Spíš jsem byl rád, že třeba den můžu zůstat doma.*“

Další oblastí zájmu výzkumného šetření bylo zjistit, jak se v kolektivu cítí veganské děti v souvislosti s jejich odlišným způsobem stravování. Všechny děti si na odpolední vyučování nosí krabičky s jídlem, při dopolední výuce dochází na obědy domů. Při zmíněném stravování ve škole se děti stravují společně se spolužáky, nikdy nenastaly situace, kdy by se děti kvůli svému specifickému stravování ostatních stranily. Ostatní spolužáci mají často pozitivní zájem o veganské stravování: „*Když jsem si nosila krabičky,*

jedla jsem společně s partou spolužáků. Oni ode mě ještě často ochutnávali. Navzájem se respektujeme.“

DVO 4: Jak okolí reaguje na veganský životní styl dětí?

Kategorie č. 4: Neutrální reakce na veganský životní styl dětí

Kódy: Reakce vyučujících

Reakce kamarádů

Z výpovědí dětí středního a staršího školního věku vyplývá, že děti považují reakce svých vyučujících za neutrální. Pět dětí odpovědělo obdobně jako dívka z rodiny F: *„Já si myslím, že je to učitelům úplně jedno.“* Jediný chlapec z rodiny D zmínil reakci vyučující, která se zajímala, zda má chlapec dostatek živin: *„Jenom jednou se mě učitelka angličtiny ptala, odkud беру protein, ale jinak nikdy jsem výraznější reakce nepozoroval.“*

Obdobně vnímají děti i reakce svých kamarádů, se kterými se přátelí mimo školní kolektiv. Děti zmiňovaly, že kamarádi veganský životní styl buď nijak nekomentují, nebo o veganství jeví pozitivní zájem. Někteří z kamarádů dětí, se kterými rozhovory proběhly, dokonce zvažují, že se v budoucnu stanou také vegany: *„Mám kamaráda, který se sám často o veganství zajímá a rád by se v budoucnu stravoval vegansky, a jinak se mě často kamarádi ptají především ze zvědavosti a v pozitivním slova smyslu.“* Kamarádka dívky z rodiny C přešla na základě etických aspektů prozatím na vegetariánství: *„S některými kamarádkami se o veganství moc nebavíme, řešíme jiné věci, ale jedna z nich se stala vegetariánkou potom, co jsem jí řekla o etických aspektech veganství a vegetariánství.“* Lze říct, že kamarádi dětí veganů vnímají jejich životní styl jako atraktivní.

Reakce na veganský životní styl dětí lze dle uvedených výpovědí označit za neutrální.

DVO 5: Jaké jsou vztahy v rodinách, ve kterých matky a děti vyznávají veganský způsob života?

Kategorie č. 5: Pozitivní ladění rodinných vztahů

Kódy: Vztahy s prarodiči

Rodinné akce

Konflikty kvůli veganství

Jedna z otázek byla zaměřená na vliv veganského životního stylu dětí na vztahy s prarodiči. Děti popisovaly, že zpravidla babičky ze strany matek reagovaly na jejich životní styl pozitivněji než babičky z otcovy strany: *„Tak třeba moje babička od mamky to*

vzala dost dobře, že mi i vaří vegansky jídlo, jí se mnou vegansky. Oproti tomu babička, se kterou se moc nestýkám, protože jsou z daleka, tak tam se o to moc nezajímají, téma veganství nechťejí moc řešit. “ I přesto všechny babičky, ať už ty ze strany matky či otce, projevují snahu v přípravě veganských pokrmů. Co se týká dědečků, tak ti veganský životní styl nejprve vnímali spíš negativně, momentálně jsou jejich reakce na veganství neutrální povahy, jak uvedla dívka z rodiny B: *„No, hodně to dřív komentoval děda, vyloženě na veganství nenadával, ale má takové rýpavé poznámky. Ten to dříve řešil, ale teď už je to v pohodě.* “

Důležitými událostmi, které jsou součástí rodinného života, jsou nejruznější rodinné akce a oslavy. Pro tyto události je příznačné společné stravování a skutečnost, že se zpravidla sejde větší počet členů rodiny. Další oblastí zkoumání bylo, jak na tyto rodinné oslavy pohlíží děti. Všechny děti se ve svých odpovědích shodly na tom, že rodinné oslavy rády navštěvují z důvodu, že se rodina sejde pohromadě, ale vnímaly určité problémy v oblasti stravování, které však ve výsledku nemají vliv na rodinné vztahy: *„Tak moje teta, když jdeme k nim na oslavu, tak nám vše obstará a babička se taky pro nás snaží vařit, ale když třeba omylem udělá něco neveganského, neuvědomí si to. Celkově se ale všichni rádi scházíme a povídáme si. Já se vždy na společné oslavy těším.* “

Pro členy veganské subkultury je příznačná rozdílnost v názorové a hodnotové orientaci oproti běžnému proudu společnosti. Zmíněná rozdílnost může vyústit ve výměnu názorů až konflikt. Děti uvedly, že v jejich rodinách kvůli veganství proběhla výměna názorů, ale vyloženě k většímu konfliktu nikdy nedošlo, jak popsala například dívka z rodiny F: *„Tak někdy se mamka s ostatními spíš dohadovala, ale vyloženě hádka to podle mě nebyla.* “

Ačkoliv rozdílnost v životních stylech jednotlivých rodinných členů může být příčinou diskuse nebo výměny názorů, děti celkově vnímají vztahy v jejich rodinách jako pozitivní.

Shrnutí výsledků výzkumného šetření

Cílem výzkumného šetření bylo kvalitativně zjistit, jaký dopad má veganský životní styl rodičů na sociální interakce dětí, a to jak z pohledu matek, tak dětí. Jako metoda výzkumu byly zvoleny polostrukturované rozhovory. Bylo stanoveno pět dílčích výzkumných otázek, které zjišťovaly dopad veganského životního stylu rodičů na sociální vztahy jejich dětí.

Z výsledků výzkumného šetření diplomové práce je patrné, že veganský životní styl dětí a jejich rodičů nemá výrazný dopad na vztahy s jejich vrstevníky. Matky a jejich děti uvedly, že se občas v kolektivu setkaly s narázkami kvůli veganství, ale k větším konfliktům nikdy nedošlo. Na klima školní třídy mají významný vliv přístup a dovednosti učitele. Pro vrstevníky dětí jsou veganské pokrmy atraktivní a často projevují zájem o veganské stravování. Z pohledu matek i dětí nemá veganství žádný vliv na oblíbenost dětí v kolektivu. Ve svém blízkém okolí nemají respondenti další veganské rodiny, jsou s nimi v kontaktu pouze přes sociální sítě. Oproti tomu výsledky výzkumu práce Češkové (2016) s názvem *Výchova a vzdělávání dětí ve veganské rodině* poukazují na situace, kdy byli rodiče nuceni své děti kvůli vztahovým problémům v kolektivu přeradit do jiných vzdělávacích institucí.

Děti akceptují životní styl, který vyznávají společně se svými rodiči. Děti, které se staly vegany na základě rozhodnutí jejich rodičů, s tímto rozhodnutím souhlasí, rodiče jsou pro ně v této oblasti vzorem. Matky diskutují s dětmi o etických a environmentálních aspektech veganství. Některé z dětí uvažovaly, že by s veganstvím skončily, ale nikdy k tomu nedošlo. Rodiče by však jejich rozhodnutí respektovali. Co se týká veganských akcí, děti je spolu s matkami rády navštěvují, matky je vnímají jako prostor pro společné trávení volného času. Akce s veganskou tematikou mají pro jejich účastníky psychologický a edukativní vliv. Podobně je význam veganských akcí pro matky a jejich děti popsán v publikaci *Veganství máme v rodině* (2015). V knize jsou rovněž zmíněny etické a environmentální aktivity, ke kterým matky veganky vedou své děti již od útlého dětství. Tato publikace vznikla na základě rozhovorů s veganskými rodiči, kteří zde uvádí své zkušenosti, týkající se výchovy a vztahové roviny dětí vyrůstajících ve veganských rodinách.

Žádné z dětí kvůli odlišnému životnímu stylu nikdy neprožívalo v kolektivu pocity poníženosti či odstrčenosti. Na školních akcích nastaly problémy se stravováním dětí v souvislosti s omezenými možnostmi veganského stravování. Tyto situace však matky dětí, u kterých tyto obtíže nastaly, aktivně řešily. Přístup a aktivita matek je v tomto ohledu velmi důležitá. Do školy si děti donášejí veganské jídlo v krabičkách a stravují se společně se svými spolužáky, nikoliv odděleně. Výzkumné šetření práce s názvem *Výchova a vzdělávání dětí ve veganské rodině* (Češková, 2016) uvádí opačné výsledky, které se týkají ostrakizace dětí ve školním kolektivu. Děti, které se staly součástí tohoto výzkumu, byly kvůli veganství z kolektivu vyčleněny, což vedlo rodiče k jejich zařazení do alternativních škol.

Reakce vyučujících na veganský životní styl dětí jsou většinou neutrální povahy. Někteří učitelé dokonce projevují pozitivní zájem o etické aspekty veganství i veganský způsob stravování. Matky vypověděly, že nikdy neměly s vyučujícími svých dětí výraznější problémy. Obdobně reagují i přátelé matek a dětí. Obdobné reakce okolí na veganský životní styl jsou uvedeny v bakalářské diplomové práci s názvem *Psychologické aspekty veganství*. Tyto reakce Wrnatová (2016, s. 46) popisuje jako: „*neutrální, zprvu odmítavé nebo vyvolávající diskusi, ale také kladné, či respektující odezvy.*“

V rodinách matek a dětí převládají v současné době pozitivní vztahy s ostatními členy rodiny. Na veganství prarodiče nejprve reagovali odmítavě, nyní ho akceptují. Manželé matek veganství respektují, někteří jsou dokonce také vegani. Na rodinných oslavách jsou vždy připravené veganské pokrmy pro matky a jejich děti. S ostatními členy rodiny si matky v minulosti vyměnily názory ohledně veganství, ale k závažným konfliktům nikdy nedošlo. V rodinách s veganskými matkami a jejich dětmi panuje vzájemný respekt a pozitivní vztahy mezi jednotlivými členy. Souhlasné výsledky jsou uvedené v bakalářské práci s názvem *Sociální aspekty životního stylu veganských rodin*. V práci je uvedeno, že prvotní reakce ostatních členů rodiny na veganství byly odmítavé, postupem času ho akceptovali a v současné době je soužití s ostatními členy pozitivní. (Podolská, 2018)

Závěr

Cílem diplomové práce bylo zjistit, jaký dopad má veganský životní styl rodičů na sociální interakce dětí z pohledu matky a dítěte. Cíl práce lze považovat za splněný.

Veganský způsob života dětí je společností považován za extrémní či nebezpečný a na základě toho bývá častým tématem mnoha diskusí. Zajímavou oblastí této problematiky je výchova a vztahová rovina veganských dětí a mládeže. Teoretická část definuje životní styl, nahlíží na společenství veganů jako na subkulturu, popisuje nejčastější motivy k přechodu na veganství a zabývá se dopadem životního stylu matky na sociální interakce a prožívání dítěte v období středního a staršího školního věku. Výzkumné šetření analyzuje a interpretuje data získaná polostrukturovanými rozhovory s matkami a jejich dětmi, které žijí veganským způsobem života.

Prostřednictvím rozhovorů byla získána data týkající se definovaných dílčích výzkumných otázek, jež zjišťují, jak veganský životní styl ovlivňuje sociální vztahy dětí s jejich vrstevníky, zda souhlasí děti středního a staršího školního věku s rozhodnutím rodičů žít jako členové veganské subkultury, jestli nastala situace, kdy by se děti žijící veganským způsobem života cítily v kolektivu ostrčeně či ponížene z důvodu jejich odlišného životního stylu, jak reaguje okolí na veganství dětí a jaké jsou vztahy v rodinách, ve kterých matky a děti vyznávají veganský způsob života.

Z výsledků výzkumného šetření je patrné, že veganský životní styl matek a dětí nemá z jejich pohledu výraznější dopad na sociální interakce dětí, což vyvrací domněnku formulovanou v úvodu. Z rozhovorů, které byly s matkami a jejich dětmi realizovány, vyplývá, že na vztahy dětí v kolektivu mají významný vliv jiné aspekty, především přístup, dovednosti vyučujících a jednotliví žáci. Značnou roli v tomto ohledu sehrává i aktivita matek, jejich účast při řešení kolektivních problémů a komunikace s vyučujícími dětmi. Matky i děti se společně ve svých odpovědích shodly v tom, že veganství nemá žádný vliv na oblíbenost dětí v kolektivu. V odpovědích matek se opakoval názor, že: „*děti řeší jiné věci, než je veganství*“. Všechny děti souhlasí s veganským životním stylem, který společně s matkami vyznávají. Domnívají se, že kdyby se rozhodly s veganstvím skončit, jejich rodiče by jejich rozhodnutí akceptovali. Matky uvádějí, že by dětem nebránily a respektovaly by je. Veganství má vliv také na způsob trávení volného času. Specifické jsou v tomto ohledu akce s veganskou tematikou, které mají na děti psychologický dopad,

protože se zde mohou setkat s vrstevníky, kteří stejně jako oni vyrůstají ve veganských rodinách. Děti neprožívají v kolektivu pocity poníženosti či ostrácnosti kvůli svému způsobu života. Účastní se stravování spolu s ostatními spolužáky, nestravují se separovaně, ačkoliv si nosí s sebou do školy krabičky s veganskými pokrmy. Ostatní spolužáci jejich stravovací zvyklosti akceptují, dokonce o ně často projevují pozitivní zájem. Reakce vyučujících vnímají děti jako neutrální. Matky se však setkaly se situacemi, kdy s vyučujícími musely například řešit potíže, které vznikly v souvislosti se stravováním dětí na školních akcích. Přátelé matek i dětí jejich veganství respektují. Ve sledovaných veganských rodinách proběhla v minulosti výměna názorů. Generace prarodičů byla nejprve skeptická vůči veganskému stravování svých vnoučat, nyní ho respektují. Babičky svým vnoučatům dokonce vegansky vaří. Na rodinných oslavách je pro veganské členy rodiny vždy připraveno speciální občerstvení. V rodinách matek a dětí vždy panovaly pozitivní vztahy, které přetrvávají dodnes, a to i navzdory rozdílnému životnímu jejich členů.

Veganství u dětí nemusí mít dopad na jejich sociální interakce, jestliže rodiče předcházejí problémům, které mohou nastat v důsledku nedostatečné komunikace s dětmi, rodinnými členy nebo vyučujícími.

Na základě získaných výsledků byla pro účely dalšího zkoumání formulovaná hypotéza: **Pozitivní vnímání veganského životního stylu závisí na pohlaví.**

Hypotéza byla formulována na základě výsledků výzkumného šetření, které prokázaly, že častěji o přechodu na veganství svých dětí rozhodují matky než otcové. Z dětských respondentů, kteří přešli na veganství z vlastního rozhodnutí, to byly pouze dívky, které se takto rozhodly samy ze své vůle. Žádný z chlapců se nestal veganem z vlastního přesvědčení. Důvodem může být fakt, že veganský životní styl je specifický vyhraněnými hodnotami a normami, ke kterým více inklinují ženy. Veganský životní styl klade důraz na respekt k přírodě a zasahuje především do způsobu stravování a odívání. Kraus (2014) poukazuje na vliv subjektivních faktorů, která mají vliv na utváření životního stylu jednotlivce. Subjektivní faktory jsou určeny individuálními potřebami, mezi něž patří psychologické charakteristiky, jako jsou věk, zdravotní stav a také právě pohlaví.

Pro společnost by bylo přínosné rozšíření povědomí o veganském životním stylu, a to především v souvislosti s veganstvím u dětí, které je dodnes často démonizované.

Zvyšování informovanosti o veganství by mohlo pomoci odstranit předsudky o rodinách, které žijí veganským způsobem života.

Úkolem pro sociální pedagogy by mohlo být zvyšování informovanosti pedagogických pracovníků o veganském životním způsobu, protože právě pedagogové se během své praxe mohou s veganskými dětmi a rodiči setkat. Přenos těchto informací by bylo možné uskutečnit například pomocí workshopů pro pedagogické pracovníky, jejichž součástí by mohly být různé přednášky a prezentace o veganském způsobu života. Rozšíření znalostí o veganském životním stylu by mohlo předcházet konfliktům pramenícím z nepochopení a neznalosti. Tato osvěta by byla prospěšná jak pro pedagogy, tak veganské děti a jejich rodiče.

Seznam použitých zdrojů

Knížní zdroje

1. ADAIR, John. *Efektivní motivace*. Praha: Alfa Publishing, 2004. ISBN 80-86851-00-1.
2. BARKER, Chris. *Slovník kulturních studií*. Praha: Portál, 2006. ISBN 80-7367-099-2.
3. BEDRNOVÁ, E.; NOVÝ, I. a kol. *Psychologie a sociologie řízení*. 1. vyd. Praha: Management Press, 1998. ISBN 80-85943-57-3.
4. CÍSAŘ, Ondřej. *Politický aktivismus v České republice. Sociální hnutí a občanská společnost v období transformace a evropeizace*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 2008. ISBN 978-80-7325-168-0.
5. CLEGG, Brian. *Motivace*. Brno: Computer Press, 2005. ISBN 80-251-0550-4.
6. ČÁP, Jan, MAREŠ, Jiří. *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-463-X.
7. DEFLEUR, BALLOVÁ-ROKEACHOVÁ. Teorie masové komunikace. In: STAŠOVÁ, SLANINOVÁ, JUNOVÁ. *Nová generace: vybrané aspekty socializace a výchovy současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Hradec králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-7435-576-7.
8. DUFFKOVÁ, URBAN, DUBSKÝ. *Sociologie životního stylu*. Plzeň: Aleš Čeněk, s.r.o., 2008. ISBN 978-80-7380-123-6.
9. DUNNE, John, GOLEMAN, Daniel. *Ekologie, Etika a změna klimatu: Dalaljama v dialogu se světovými odborníky*. Praha: Vyšehrad, 2018. ISBN 978-80-7601-254-7.
10. ERIKSON, Erik. Childhood and society. In: VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.
11. FREUD, Sigmund. Vybrané spisy. In: VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.
12. GELDER, Ken. Subcultures. Cultural histories and social practise. In: SMOLÍK, Josef. *Subkultury mládeže: sociologické, psychologické a pedagogické aspekty*. Brno: Vydavatelství Mendelovy univerzity v Brně, 2017. ISBN 978-80-7509-7509-498-8.
13. GIDDENS, Anthony. *Sociologie*. Praha: Argo, 1999. 80-7203-124-4.
14. GRÁC, Ján. Exemplifikácia: Vzory a modely v životě člověka. In: STAŠOVÁ, SLANINOVÁ, JUNOVÁ. *Nová generace: vybrané aspekty socializace a výchovy*

- současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Hradec králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-7435-576-7.
15. HEBIDGE, Dick. *Subkultura a styl*. Praha: Dauphin, 2012. ISBN 978-80-7272-197-9.
 16. HELUS, Zdeněk. Dítě v osobnostním pojetí. In: STAŠOVÁ, SLANINOVÁ, JUNOVÁ. *Nová generace: vybrané aspekty socializace a výchovy současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Hradec králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-7435-576-7.
 17. HELUS, Zdeněk. K psychologické interpretaci edukačního prostředí. In: LAŠEK, Jan. *Sociálně psychologické klima školních tříd a školy*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2001. ISBN 80-7041-088-4.
 18. HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní metody a aplikace*. Praha: Portál, s.r.o., 2005. ISBN 80-7367-040-2.
 19. HRONCOVÁ, HUDECOVÁ, MATULAYOVÁ. *Sociální pedagogika a sociální práce*. Banská Bystrica: Pedagogická fakulta UMB, 2001. ISBN 80-8055-476-5.
 20. HUDECOVÁ, Anna, BROZMANOVÁ, Alžběta. *Sociální práce s rodinou*. Banská Bystrice: Pedagogická fakulta UMB, 2008. ISBN 978-80-8083-597-2.
 21. JANDOUREK, Jan. *Sociologický slovník. 1. vydání*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-535-0.
 22. KELLER, Jan. *Úvod do sociologie*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2004. ISBN 80-864-2939-3.
 23. KOLÁŘOVÁ, Marta. *Revolta stylem. Hudební subkultury mládeže v České republice*. Praha: Sociologické nakladatelství SLON, 2012. s. 36. ISBN 978-80-7419-060-5.
 24. KRAUS, Blahoslav, POLÁČKOVÁ, Věra. *Člověk, prostředí, výchova*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.
 25. KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0643-9.
 26. KRAUS, Blahoslav. *Životní styl současné české rodiny*. Hradec králové: Gaudeamus, 2005. ISBN 978-7435-544-8.
 27. KUBÁTOVÁ, Helena. *Sociologie životního způsobu*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010. ISBN 978-80-247-2456-0.
 28. LANGMEIER, Josef, KREJČÍŘOVÁ, Dana. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2006. ISBN 80-247-1284-9.

29. LAWLESS, Robert. *Co je to kultura*. Olomouc: Voctobia, 1996. ISBN 80-7198-106-0.
30. MACEK, Petr. *Adolescence*. Portál, Praha 1999. ISBN 80-7178-348-X.
31. MAREŠ, Miroslav. Symboly používané extremisty na území na území ČR v současnosti. In: SMOLÍK, Josef. *Subkultury mládeže: sociologické, psychologické a pedagogické aspekty*. Brno: Vydavatelství Mendelovy univerzity v Brně, 2017. ISBN 978-80-7509-7509-498-8.
32. MATĚJČEK, Zdeněk. *Dítě a rodina v psychologickém poradenství*. Praha: SPN, 1992. ISBN 80-04-25236-2.
33. MATOUŠEK, Oldřich. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: Sociologické nakladatelství, 2003. ISBN 80-86429-19-9.
34. MC QUAIL, Denis. *Úvod do teorie masové komunikace*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-200-9.
35. MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Havlíčkův Brod: Grada Publishing, 2006. ISBN 80-247-1362-4.
36. MISTRÍK, Erich. Dominanta a alternativa. In: SMOLÍK, Josef. *Subkultury mládeže: sociologické, psychologické a pedagogické aspekty*. Brno: Vydavatelství Mendelovy univerzity v Brně, 2017. ISBN 978-80-7509-7509-498-8.
37. NAKONEČNÝ, Milan. Subkultura. In: SMOLÍK, Josef. *Subkultury mládeže: Uvedení do problematiky*. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-2907-7.
38. PELIKÁN, J. *Výchova jako teoretický problém*. Ostrava: Amonimum servis, 1995. ISBN 80-85498-27-8.
39. PETRUSEK, Miloslav. *Základy sociologie*. Praha: Akademie veřejné správy, 2009. ISBN 978-80-87207-02-4.
40. ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: obor v pohybu*. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-3133-9.
41. SMÉKAL, Vladimír. Kulturně etické a psychologické souvislosti výchovy ke zdravému způsobu života. In: KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0643-9.
42. SMOLÍK, Josef. *Subkultury mládeže: sociologické, psychologické a pedagogické aspekty*. Brno: Vydavatelství Mendelovy univerzity v Brně, 2017. ISBN 978-80-7509-7509-498-8.

43. SMOLÍK, Josef. *Subkultury mládeže: uvedení do problematiky*. ISBN 978-80-247-2907-7.
44. SOPÓCI, Ján. *Kolektívne správanie*. Bratislava: Univerzita Komenského, 1996. ISBN 80-223-1085-9.
45. STAŠOVÁ, SLANINOVÁ, JUNOVÁ. *Nová generace: vybrané aspekty socializace a výchovy současných dětí a mládeže v kontextu medializované společnosti*. Hradec králové: Gaudeamus, 2015. ISBN 978-7435-576-7.
46. SULLIVAN, Harry Stack. The Interpersonal theory of psychiatry. In: VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.
47. ŠMAHEL, Ivan. Psychologie zdraví a zdravého způsobu života. In: KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0643-9.
48. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.
49. *Veganství máme v rodině*. 1. Brno: Vegan Society, 2015. ISBN 978-80-87217-14-6.
50. WROCZYNSKI, Ryszard. *Sociální pedagogika*. In: KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0643-9.
51. ŽUMÁROVÁ, Monika. Životní styl a jeho utváření. s. 153-163. In: KRAUS, Blahoslav, POLÁČKOVÁ, Věra. *Člověk, prostředí, výchova*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.

Internetové zdroje

52. Co je veganství a proč jej praktikovat? In: *Eticke-vegetarianstvi.cz* [online]. [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <https://www.eticke-vegetarianstvi.cz/veganstvi/co-je-veganstvi-a-proc-jej-praktikovat/>
53. ČEŠKOVÁ, Hana. *Výchova a vzdělávání dětí ve veganské rodině*. Olomouc: Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, Ústav pedagogiky a sociálních studií, 2016. Diplomová práce. [online]. [cit. 2021-04-03]. Dostupné z: https://theses.cz/id/mca01a/Vychova_a_vzdelavani_deti_ve_veganske_rodine_Cesko_va.txt
54. Definition of veganism. In: *Vegansociety.com* [online]. [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <https://www.vegansociety.com/go-vegan/definition-veganism>

55. Jak se Češi stravují? In: Veganskaspolecnost.cz [online]. [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: <https://veganskaspolecnost.cz/ipsos-2019/>
56. Kamarády nejíme? Veganství z pohledu etiky. In: Lifefood.cz [online]. [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: https://www.lifefood.cz/cz_cs/kamarady-nejime-veganstvi-z-pohledu-etiky
57. Není nesmyslné považovat lidi a zvířata za rovnocenné tvory? In: Eticke-vegetarianstvi.cz [online]. [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: <https://www.eticke-vegetarianstvi.cz/ochrana-zvirat/neni-nesmyslne-povazovat-lidi-a-zvirata-za-rovnocenne-tvory/>
58. O co jde? In: Veganodaktyl.cz [online]. [cit. 2021-02-10]. Dostupné z: http://veganodaktyl.veganka.cz/?page_id=2
59. O veganství stále koluje řada mýtů. In: Sedmagenerace.cz [online] [cit. 2021-02-20]. Dostupné z: <https://sedmagenerace.cz/o-veganstvi-stale-koluje-rada-mytu/>
60. PODOLSKÁ, Tereza. *Sociální aspekty životního stylu veganských rodin*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, Katedra sociální pedagogiky, 2018. Bakalářská práce. [online]. [cit. 2021-04-03]. Dostupné z: <https://theses.cz/id/gqxf4o/STAG88364.txt>
61. Proč bychom se měli zabývat „právy zvířat“? aneb člověk a možnost volby In: Eticke-vegetarianstvi.cz [online]. [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: <https://www.eticke-vegetarianstvi.cz/ochrana-zvirat/proc-bychom-se-meli-zabyvat-pravy-zvirat-aneb-clovek-a-moznost-volby/>
62. Sníme naši planetu? [online]. [cit. 2021-02-22]. Dostupné z: <http://veganskaspolecnost.cz/ekologie/>
63. Veganství. In: Vegmania.cz. [online]. [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: <https://www.vegmania.cz/vegpedie/veganstvi>
64. Veganství máme v rodině – příběhy rodičů [online]. [cit. 2021-03-05]. Dostupné z: <https://soucitne.cz/novinky/veganstvi-mame-v-rodine-pribehy-rodicu>
65. Veganství – současný boom nebo nová etická a ekologická cesta?. In: Ekoista.cz [online]. [cit. 2021-02-22]. Dostupné z: <http://ekoista.cz/veganstvi-soucasny-boom-nebo-nova-eticka-a-ekologicka-cesta/>
66. Vegetariánská a veganská strava In: Zelenafazolka.cz [online]. [cit. 2021-02-20]. Dostupné z: <https://www.zelenafazolka.cz/l/vegetarianska-a-veganska-strava/>

67. WRNATOVÁ, Lucie. *Psychologické aspekty veganství*. Olomouc: Filozofická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, 2016. Bakalářská diplomová práce. [online]. [cit. 2021-04-03]. Dostupné z: https://theses.cz/id/lysaig/Psychologick_aspekty_veganstv_1.pdf
68. Zákon č. 246/1992 Sb. In: Zakonyprolidi.cz [online]. [cit. 2021-02-18]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1992-246>

Příloha A

Rodina A

Rozhovor s matkou chlapce R.

1. Jak dlouho jste již vegankou?

Já jsem byla deset let vegetariánka, než se narodil R., a když jsem pak zjišťovala, jak bych se mohla stravovat vegetariánsky, tak jsem přišla na veganský informace, takže v podstatě s ním od doby kojení nebo prvních příkrmů jsem veganka. Takže celkem jedenáct a půl let.

2. Kolik máte dětí?

Jenom jedno.

3. Domníváte se, že vaše dítě nemá v kolektivu výraznější problémy?

Já se domnívám, že nemá výraznější problémy, ale taky jsem tomu věnovala hromadu úsilí, aby to tak bylo. Jakože to organicky nevzniklo samo. Noční můra každého veganského rodiče není to, že vám dítě nevyroste do dostatečné výšky, ale že bude mít sociální problémy. Veganství u dětí je vlastně sociální a zdravotní experiment. Já to rozhodně nepodceňuji, i proto dostal R. odklad školní docházky, ve škole je oblíbený, protože je nejstarší – takhle jsem i přemýšlela, bude vegan a bude aspoň větší. Na začátku školního roku navštívím vždy nové vyučující a upozorním je na veganství mého syna. Vše je takový předpřipravený.

4. Vnímáte určitý vliv veganství na vztahy dítěte se spolužáky?

No, já na to mám takovou teorii, že ve chvíli, kdy je někdo v kolektivu slabší osobnost, tak ostatní děti ho šikanují a posmívají se. Často to je kvůli vzhledu – někdy narazíte na lidi, u kterých si řeknete, že ani snad kvůli šikaně nemohli projít základní školou, ale oni třeba mají charizmatickou osobnost a oni to v pohodě zvládnou. Takže jestli se někdo někomu bude smát za to, že je vegan, tak záleží, co ten dotyčný vyzařuje. Myslím, že je to zbytečně démonizované téma starší generace, my si to představujeme katastroficky, ale v praxi ty děti tohle vůbec neřeší, protože vyrůstají v prostředí, kde se učí respektovat odlišnosti i co se týká stravování. Pokud dáte dítě do dobře vedené instituce, tak je předpoklad, že tyto záležitosti učitel pohlídá. Čím bude syn starší, tím se předpokládá, že to zvládne sám. Problémy nastaly kdysi s družinářkou, která začala ostatním dětem říkat, že R. je vegan kvůli mamince. Můj syn je introvert, nechtěl o tom

nejprve mluvit, ale potom před dětmi řekl, že je vegan kvůli zvířatům, a ne kvůli mně. Určitě zajímavější to bude, až bude R. například v deváté třídě, co se týče vztahů ve třídě.

5. Myslíte si, že veganský životní styl vašeho dítěte vzbuzuje mezi spolužáky výraznější pozornost?

Výraznější pozornost asi ne, ale určitě ve třídě R. dochází k tomu, že oni si poznatky o veganství mého syna „odnesou“ domů a jejich rodiče jim to musí vysvětlit a ty rodiče jim to vysvětlují dost divně. Děti se potom vrátí do školy a přijdou R. říct, že nevyroste a on jim musí vysvětlit, že vyroste. Výraznou pozornost to ale nevzbuzuje. Myslím si, že děti mají na starost spoustu podstatnějších věcí, které řeší, než je tohle.

6. Vaše dítě chtělo být veganem samo od sebe, nebo jste mu nedali jinou možnost?

Neměl jinou možnost! (smích). Ne, teď vážně, ono jako rodič to vše kontrolujete. Ve školce sledujete, jestli nevzniká napětí v tom smyslu, že se dítěte ptáte: „Neměl jsi chuť na to, co papaly ostatní děti? Neměl jsi na to chuť?“ Zajímavé je, že ty děti, co jsou od malička vegani, na to chuť nemají, protože to nikdy nejedly. Jeho zaujal třeba nějaký obal od jogurtu, ale v životě by mu kravský jogurt nechutnal, protože je to bílé, kyselé a studené. To se těžko popisuje. A taky mu jídlo cizích lidí tak trochu smrdí. Takže veganské děti se nevrhají po jídle neveganů, nemají na tyto potraviny chuťový zvyk.

7. Přišlo za vámi někdy dítě s návrhem, že už nadále nechce být veganem?

No, já spíš na něho občas křičím, když nechce něco jíst: „*Tak a budeš žrát maso!*“ (smích) Takže mezi námi to je spíš na bázi vtipu. Určitě na toto téma čas od času diskutujeme, já se ho třeba i sama zeptám, jestli mu veganská strava vyhovuje, jestli nechce zkusit běžnou stravu. On je totiž problém, že syn má navíc bezlepkovou dietu kvůli celiakii. Než mu byla objevena, tak jsme nebyli tak omezení jako teď. Abych ale odpověděla na otázku – R. ví, že ho nepřestanu milovat, když za mnou přijde, že chce jíst „normálně“, ale zároveň si to ani moc nedovedu představit. Je možné, že třeba během dospívání přejde k vegetariánství, ale maso mu podle mě nikdy nebude imponovat.

8. Pokud se účastníte akcí spojených s veganstvím, navštěvuje je spolu s vámi vaše dítě rádo?

Ano, tyto akce mají pro mé dítě hlavně psychologický vliv. On tam totiž vidí lidi, kteří jsou jako on, takže se tam vždy cítí dobře.

9. Jaké akce to konkrétně jsou?

Jednalo se o různé veganské večere, veganské besedy, pikniky....

10. Bylo někdy vaše dítě v kolektivu ponižované kvůli veganskému životnímu stylu?

On je ještě v páté třídě, díky odkladu, má hodnou paní učitelku a skvělý kolektiv, takže tato situace prozatím nenastala. Tím ale nemyslím, že se to stát nemůže, ale prozatím měl vždy na tohle štěstí. Hlavně ono to nikdy není na dětech, ale na učitelovi, jak vztahové problémy řeší a kočíruje. A i rodiče to musí řešit, ať už jde o šikanu kvůli veganství, nebo kvůli čemukoliv jinému. Takhle, kdyby tyto situace nastaly a já je jako rodič musela řešit, tak bych je nikdy nenechala dojít do přetrvávajícího stavu, ta situace by se vyskytla jenom jednou a potom bych ji řešila. Kdyby nastaly patologické věci, na které se ptáte, tak to znamená, že to rodiče špatně uchopili.

11. Určitě s Vámi souhlasím, že tyto situace by se neměly opakovat a měly by se řešit a následně vyřešit.

Ano, ale pokud tyto situace nejdou vyřešit, vystává otázka (a to říkám jako etická revolucionářská veganka), zda s veganstvím u dítěte nepočkat, až to bude možný. Lidi jsou vegani proto, protože je to možné a máme na výběr. Jestliže by šlo o život, nebudu vegan, a kdyby šlo o psychické zdraví vašeho dítěte, tak taky nebude vegan za každou cenu.

12. Nastala situace, kdy by si vaše dítě stěžovalo, že si ve třídě kvůli veganství připadá odstrčeně? (kvůli stravování, návštěvy ZOO, cirkusů v rámci školy apod.)

Ne, kdepak.

13. Jak řešíte stravování dítěte v průběhu školního roku? (krabičky, dochází na obědy domů)

Nejprve si jídlo donášel z domova. Vzpomínám si, jak bylo hezké, že sami zaměstnanci ve školní jídelně se nabídli, že R. si přinese jídlo v krabičce, oni mu ho ohřejí a vydají souběžně s obědy ostatních spolužáků. On tedy stál ve frontě, vyzvedl si jídlo u okýnka, nesl si ho na tácu, takže to bylo udělané tak, aby se v tom stravovacím procesu od spolužáků vůbec nelišil. Rozdílné bylo akorát samotné jídlo. Až v poslední době začal docházet domů na obědy už proto, že bydlíme nedaleko školy.

14. Jak na veganství vašeho dítěte reagují vaši známí a přátelé?

Asi obdobně jako na mé veganství. Když už já mám veganské přátele, tak to musí být lidi s plným respektem a pochopením pro veganství, takže to jsou většinou lidi, kteří mi řeknou: „Já to absolutně chápu“. Ještě jsou tito jedinci schopni mé veganství vysvětlovat jiným lidem. Tito lidi by mě byli i schopni obhajovat před ostatními a udělají to i pro mé dítě. Zároveň stejně vedou i své děti, aby se k R. chovaly slušně a respektovaly ho.

15. Máte v okruhu přátel další rodiny, které žijí vegansky? (včetně dětí)

Mám to jako můj syn. Nejsou to blízcí přátelé, ale známí, se kterými jsme v kontaktu, a když se pořádají veganské akce, dáme si vědět a sejdem se, jsme v kontaktu na Facebooku

16. Jaké jsou reakce vyučujících na veganský životní styl vašeho dítěte?

Například jednou v prvouce probírali v tom smyslu: „co dává kráva, co dává slepice“. A většina veganů jsou odpůrci těchto probíraných témat ve škole a dokonce zvažují, že své děti nechají na tuto látku doma. Já jsem ale zastávce toho, že dítě musí pochopit, jak to bere společnost. Já jsem ho i poslala na výstavu mysliveckých trofejí, jestli chce, tak ať se podívá, aby pochopil, proč to tak všechno je. Na základě této akce se mě paní učitelka ptala, jestli by R. při této příležitosti (ve 3. nebo 4. třídě) nechtěl spolužákům říct, jak to vnímáme my, jako vegani s těmi zvířaty. Což bylo od ní hezké, ale R. nemá v sobě revolucionářskou povahu a v těch letech o tom mluvit před třídou nechtěl. Takže představa, že všechny veganské děti na toto téma horlivě hovoří je také mylná. On se za své veganství nestydí, ale nerad o něm hovoří před spolužáky a více lidmi, celkově je spíš introvertní, oproti mně. Potom ještě taková vtipná historka, kdy měl R. za úkol vyškrtat z obrázku vše, co považuje za nezdravé. (smích) Zůstala mu tam jen mrkev a salát. A to si potom vyučující říkají, co asi ti vegani teda jí, takže jsme tam potom dokreslili další produkty, co taky obsahují nějaké bílkoviny, abychom nepůsobili jako totální exoti, co nic nejí. Taky se stává, že spoustu jídel R. nezná, které se objevují v různých dětských říkankách a pohádkách. Absolutně nechápal, co je sádlo, takže vy mu jako rodič musíte vysvětlit, co je sádlo, to jsou potom rozhovory jak z hororu pro to dítě. To jsou právě momenty, kdy pro běžnou společnost jsou tyto procesy spojené s výrobou živočišných produktů běžnou sociální záležitostí, ale pro veganské děti to je nepředstavitelné.

17. Proto lze říct, že výchova veganských dětí je pro jejich rodiče náročnou záležitostí.

Ano, pro mnoho lidí je náročné být i dospělým veganem, ale být veganským rodičem, to je úplně jiný level. Co se týče znalostí, sociálního, zdravotního zařizování... to není pro každého. Můžou nastat opravdu „průšvihy“ na hrozně moc frontách. Nedej bože, aby dítě mělo častější nemocnost a okolí označí jako hlavní příčinu veganství. Proto kromě všech možných starostí okolo si musíte ještě najít pediatra, který se za vás postaví, protože třeba mou známou nahlásili kvůli veganství jejího dítěte na sociálce, tak ona musela vytáhnout papír od pediatra, aby nedošlo ještě k nějakým postihům.

18. Rozmlouval vám někdy někdo veganství vašeho dítěte?

Ne, to se nikdy nestalo, hlavně já jsem byla plně rozhodnutá a nikdo se se mnou raději nechtěl hádat (smích).

19. Je kromě vás a vašeho dítěte ještě někdo další z rodiny vegan?

Ne, pouze my dva.

20. Pokud máte partnera/manžela, souhlasí s životním stylem vás a vašeho dítěte?

No, tak my jsme rozvedení s otcem R. Předtím manžel maso konzumoval jenom o samotě, u nás doma nikdy maso nebylo, sám přišel s tím, že před R. nebude nikdy maso jíst, že by ho to jako dítě zbytečně trápilo. Takže jsme se domluvili, že R. bude vychovávaný jako vegan a manžel to podporoval. Rozvodem se vám změní spousta věcí, takže s rozvodem si manžel začal jíst, co chtěl a měla jsem trochu obavu, aby synovi něco nenutil. Teď je ve věku, kdy si stravu hlídá sám, ale v té době po rozvodu, kdy si bývalí manželé dělají naschvály, jsem měla určité obavy, ale zvládli jsme to.

21. Jak na veganství vašich dětí reaguje širší okruh rodiny?

Když se R. narodil, tak jsem si veganství u něho musela hodně obhajovat, což byla příprava na pozdější výchovu malého vegana. Ono nejprve to dítě do určitého věku nechcete vystavovat společenským akcím, rodinným oslavám, kdy je jídlo na stole, abyste to dítě nemuseli plácet přes ručičku a něco mu zakazovat. Na tyto akce je pak taky možnost chodit až po obědě, tím se taky řeší dost problémů. Když jsem syna nechala u svých rodičů, tak jsme si byla jistá, že mi nebudou dělat žádné naschvály a od té doby to naši zvládají úplně skvěle a nejedí před ním maso, aby si nepřipadl špatně. U té druhé strany rodiny, tak tam je to spíš na tom tatínkovi, takže mu nakoupí nějaké tyčinky, tofu a humusů a dělají mu ty těstoviny s hráškem a tofu. Ale i to vnímám pozitivně.

22. Nastal někdy ve vaší rodině kvůli veganství konflikt?

No, nenastal.

23. Tak takhle je to vše, děkuji za rozhovor.

Není zač.

Rozhovor s chlapcem R.

1. Kolik je ti let?

Mně je dvanáct.

2. Jak dlouho už jsi veganem?

Vlastně od narození.

3. Jsi z většího města? (město, které má nad deset tisíc obyvatel)

Z menšího města, ale seženeme tu vše, co potřebujeme, jako veganské potraviny.

4. Měl/a jsi někdy s někým ve třídě problém kvůli veganství?

Ve své podstatě se mě spíš na veganství spolužáci ptali, ale nikdy jsem žádný velký problém ve třídě neměl.

5. Spíš se tedy jednalo o zájem spolužáků v souvislosti s tvým specifickým způsobem stravování?

Ano, přesně tak.

6. Myslíš si, že kdybys nebyl/a vegan, byl/a bys ve třídě oblíbenější?

No, já si myslím, že by to žádný vliv nemělo, protože já jsem ve třídě jeden z nejoblíbenějších žáků, takže podle mě na to veganství nemá žádný vliv.

7. Upozorňují spolužáci často na tvůj veganský způsob života? Zmínil ses, že se spolužáci více o veganství zajímali, proto se ptám, jestli třeba neměli poznámky k tomu, že i tvá mamka je veganka.

Spíš se ptají teda na mě, když společně svačíme, tak se mě ptají, co teda vlastně na svačinu mám, proč se takhle stravuji a tak.

8. Máš mimo třídní kolektiv kamarády, kteří jsou také vegani?

No, takhle... v podstatě ne, ale znám se s dětmi, kteří jsou vegani, ale nejsou to moji blízcí kamarádi z mého okolí.

9. Přešel/přešla jsi na veganství sám/sama od sebe?

Ne, díky mamce.

10. Uvažoval/a jsi někdy na tím, že bys s veganstvím skončil/a?

Přemýšlel jsem nad tím, ale potom mě to ani nijak nelákalo. Vlastně ve veganství nevidím žádný nevýhody.

11. Zmínil jsi, že jsi ale nad skončováním s veganstvím v minulosti uvažoval. Proč?

Myslel jsem to v souvislosti s tím, že by bylo třeba lepší, kdybych mohl jíst věci jako děcka, ale zase když jsem si to potom uvědomil, tak to není nic vážného, co by se nedalo vyřešit. Prostě si koupím něco jiného a najím se v klidu i s kamarády.

12. Jak myslíš, že by rodiče reagovali na tvé rozhodnutí, že už nechceš být nadále vegan/veganka?

Tak samozřejmě by se ptali, proč a... jakože by mě nechali v tom, že by mi to dovolili, asi by kvůli tomu nebyli nejspokojenější, ale nic by to mezi námi nezměnilo.

13. Účastníš se rád/a společně s rodiči akcí, které souvisí s veganstvím?

Byli jsme... nemůžu si přesně vzpomenout na kterých.

14. A líbilo se ti na těchto akcích?

Určitě líbilo. Byli jsme tam všichni „stejní“, co se týče stravování, a bylo to tam docela zajímavý.

15. Nastala někdy situace, že by tě někdo kvůli veganství urážel?

Ne, taková situace nikdy nenastala.

16. Stalo se někdy, že ses kvůli veganství cítil/a ostrčeně? (např. návštěva restaurace, ZOO, cirkusů apod.)

Tak mně to bylo vlastně jedno, úplně mě nemrzelo, že ostatní jedou a já ne, s kamarády ze třídy jsem se jinak viděl každý den. Spíš jsem byl rád, že třeba den můžu zůstat doma. (smích)

17. Během školního roku docházíš na obědy domů, nebo si nosíš do školy krabičky?

Když jsem byl menší, do třetí třídy myslím, tak to bylo, že jsem si oběd z domova nosil do jídelny a jedl společně se spolužáky a teď, když se normálně chodilo do školy, tak jsem chodil domů a najedl jsem se tam.

18. Jak na tvůj životní styl reagují učitelé?

Podle mě na to nereagují.

19. Jak na tvůj životní styl reagují kamarádi? (mimo třídní kolektiv)

Podobně jako spolužáci – ptají se mě, jak to mám, jestli nějaké jídlo můžu jíst, ale v podstatě je to stejný jako ve škole.

20. Je kromě tebe a matky ještě někdo v rodině vegan?

Ne.

21. Jak na tvůj životní styl reagují ostatní členové rodiny? (babičky, dědečkové)

Tak třeba moje babička od mamky to vzala dost dobře, že mi i vaří vegansky jídlo, jí se mnou vegansky. Oproti tomu babička, se kterou se moc nestýkám, protože jsou z daleka, tak tam se o to moc nezajímají, téma veganství nechtějí moc řešit.

22. Takže když za babičkou z tátovy strany přijedeš, tak ti nic zvlášť neuvaří?

Ale jo, třeba mi udělají těstoviny s hráškem, hranolky s kečupem, ale druhá babička, ta mi vaří víc.

23. Nastala u vás v rodině někdy hádka kvůli veganství?

Ne, nikdy, podle mě ne. Takhle, se mnou nikdy.

24. Tak moc děkuji za rozhovor, tvá spolupráce byla výborná!

Není zač, čekal jsem to náročnější.