

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

FILOZOFICKÁ FAKULTA

Katedra psychologie

**ATRIBUTY KULTURNÍHO ŠOKU U DOBROVOLNÍKŮ PŮSOBÍCÍCH  
V RÁMCI MEZINÁRODNÍHO DOBROVOLNICTVÍ V AFRICE**

**(THE ATTRIBUTES OF CULTURE SHOCK FOR VOLUNTEERS  
WORKING WITHIN INTERNATIONAL VOLUNTEERING IN AFRICA)**



**Bakalářská práce**

**Autor:** Eliška Surmařová

**Vedoucí práce:** Mgr. Martin Kupka, Ph.D.

Olomouc 2016

## **Prohlášení**

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Atributy kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího bakalářské práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

Ochrana informací v souladu s ustanovením § 47b zákona o vysokých školách, autorským zákonem a směrnicí rektora k Zadání tématu, odevzdávání a evidence údajů o bakalářské, diplomové, disertační práci a rigorózní práci a způsob jejich zveřejnění.

Student odpovídá za to, že veřejná část závěrečné práce je koncipována a strukturována tak, aby podávala úplné informace o cílech závěrečné práce a dosažených výsledcích.

V Olomouci dne 7. dubna 2016

Podpis.....

## **Poděkování**

Děkuji panu Mgr. Martinovi Kupkovi Ph.D. za vedení při vypracování této bakalářské práce, za všechny jeho cenné rady, připomínky a čas. Poděkování patří také všem mezinárodním dobrovolníkům, kteří mi umožnili realizaci výzkumu. Děkuji za ochotu, čas, nadšení a sdílnost. Děkuji také koordinátorům mezinárodních dobrovolníků v Africe, kteří mi svým vstřícným přístupem a ochotou zúčastnit se výzkumu dopomohli ke zkvalitnění výzkumu. *Thank you so much.* V neposlední řadě děkuji paní Mgr. Věře Nejezové za korekturu českého textu a rovněž rodině a přátelům (především Adéle T.) za podporu.

***Motto***

*„You will never be completely at home again because part of your heart always will be elsewhere. That is the price you pay for the richness of loving and knowing in more than one place.“*

*Miriam Adeney*

## OBSAH

<b>ÚVOD .....</b>	<b>7</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>9</b>
<b>1 PSYCHOLOGICKÁ ANTROPOLOGIE .....</b>	<b>10</b>
1.1 VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ .....	11
<b>2 KULTURNÍ ŠOK.....</b>	<b>14</b>
2.1 FÁZE KULTURNÍHO ŠOKU .....	17
2.1.1 Predispozice pro kulturní šok.....	20
2.2 ZVLÁDÁNÍ KULTURNÍHO ŠOKU .....	21
2.3 STEREOTYPY A PŘEDSUDKY .....	24
2.4 KULTURNÍ IDENTITA.....	28
<b>3 MEZINÁRODNÍ DOBROVOLNICTVÍ.....</b>	<b>31</b>
3.1 PROSOCIÁLNÍ CHOVÁNÍ .....	34
3.2 MOTIVACE DOBROVOLNÍKŮ.....	36
3.3 MEZINÁRODNÍ DOBROVOLNICTVÍ V AFRICE .....	36
<b>4 VÝZKUMY SOUVISEJÍCÍ S PROBLEMATIKOU.....</b>	<b>38</b>
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>40</b>
<b>5 METODOLOGIE VÝZKUMU .....</b>	<b>41</b>
5.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM .....	42
5.2 VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	43
5.3 VÝZKUMNÉ CÍLE .....	44
5.4 POJETÍ VÝZKUMU .....	45
5.5 METODA SBĚRU DAT .....	46
5.6 VÝZKUMNÝ SOUBOR A JEHO VZORKOVÁNÍ.....	48
5.7 REALIZACE VÝZKUMU .....	53
5.7.1 Etika výzkumu.....	55
5.7.2 Možná omezení výzkumu .....	56
<b>6 ANALÝZA ZÍSKANÝCH DAT .....</b>	<b>58</b>
6.1 HURÁ DO AFRIKY! .....	60
6.2 TĚŽKO NA CVIČIŠTI, LEHKO NA BOJIŠTI?.....	62
6.3 EXKLUZIVNĚ: TO JE ŠOK!.....	63
6.4 I AFRICKÉ MINCE MAJÍ DVĚ STRANY .....	66
6.5 KULTURNÍ ŠOK <sup>2</sup> .....	67
<b>7 VÝSLEDKY .....</b>	<b>69</b>
<b>DISKUZE .....</b>	<b>78</b>
<b>SOUHRN A ZÁVĚR.....</b>	<b>82</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....</b>	<b>84</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....</b>	<b>88</b>
<b>SEZNAM OBRÁZKŮ.....</b>	<b>89</b>
<b>SEZNAM TABULEK .....</b>	<b>90</b>

**SEZNAM PŘÍLOH ..... 91**

- P I Formulář zadání bakalářské práce
- P II Abstrakt bakalářské práce v českém jazyce
- P III Abstrakt bakalářské práce v anglickém jazyce
- P IV Polostrukturované interview
- P V Ukázka interview s mezinárodním dobrovolníkem – Volunteerboy 5
- P VI Výpověď koordinátora mezinárodních dobrovolníků v Africe
- P VII Reflexe výzkumníka z osobní zkušenosti s mezinárodním dobrovolnictvím v Keni
- P VIII Korektura překladu z anglického do českého jazyka Překladatelskou agenturu Jana Kopčila

## ÚVOD

Bakalářská práce se věnuje atributům kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe. Hlavním cílem práce je kvalitativní cestou zjistit atributy kulturního šoku, které se objevují u mezinárodních dobrovolníků vykonávající dobrovolnickou činnost na africkém kontinentě. Snažili jsme se o zjištění charakteristických vlastností kulturního šoku, průběhu jeho procesu a jeho prožití, dále pak adaptace a vůbec připravenosti na tento proces. Cíle dosahujeme prostřednictvím polostrukturovaného interview s českými mezinárodními dobrovolníky, kteří působili na africkém kontinentě. Pro zvýšení kvality výzkumu bylo využito také písemných výpovědí koordinátorů mezinárodních dobrovolníků, kteří jsou obyvateli afrického kontinentu a přijíždějící mezinárodní dobrovolníky přijímají a starají se o ně. V poslední řadě bylo využito také písemné reflexe výzkumníka, která vyšla z osobního deníku, který byl psán v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Keňské republice. Tento proces značí dosažení triangulace dat výzkumu.

V názvu naší práce se objevuje slovo „atribut“. Atribut je jakákoli neodlučitelná vlastnost, podstatný znak určitého jevu anebo charakteristická vlastnost nějakého fenoménu. Právě v tomto smyslu s tímto pojmem budeme v rámci naší práce pracovat.

Významná otázka však zůstává stále nezodpovězena – proč se problematikou zabývat? Chtěli bychom nabídnout hned několik důvodů. Tím prvním je, že oblast mezinárodního dobrovolnictví nemá stále ucelené teoretické koncepty, třebaže je v současnosti charakteristická rapidním nárůstem a faktem, že přitahuje lidi snad ze všech zemí světa. Jelikož není tato oblast prozkoumána, nejsou tak jasné ani její charakteristiky. Právě s touto skutečností se pojí také fenomén kulturního šoku, neboť právě při výjezdech do jiných zemí se například dle Kutnohorské (2013) tomuto fenoménu nelze vyhnout.

Náš zájem o tuto oblast vzešel také ze skutečnosti, že jsme minulý rok realizovali výzkum, který se zaměřoval na zkušenosti dobrovolníků s mezinárodním dobrovolnictvím v Keni (Surmařová, 2015). Výstupem této práce byl mimo jiné návrh na rozšíření výzkumu o atributech kulturního šoku v rámci mezinárodního dobrovolnictví, který by napomohl nalézt určité mechanismy vedoucí k úspěšnému zvládnutí této problematiky. Toto výzkumné šetření mělo terénní formu, a tak zahrnovalo mezinárodní dobrovolníky, kteří se nacházeli v procesu kulturního šoku v dané africké zemi. V naší práci jsme se tedy zaměřili na mezinárodní dobrovolníky, kteří jsou již zpět ve své domovině, a to proto, abychom zahrnuli

do práce všechny možné fáze kulturního šoku, tedy i repatriační šok. Práce je zaměřena na africký kontinent ještě z toho důvodu, že právě tam je realizována většina kampaní zaměřená na rozvojovou činnost, v níž mezinárodní dobrovolníci působí.

Ačkoli existují studie a výzkumná šetření, která se zabývají kulturním šokem, jeho fázemi a také repatriačním kulturním šokem, stále chybí ucelenější koncept, který by se zabýval tímto specifickým fenoménem právě v oblasti mezinárodního dobrovolnictví. Všechny „šoky“ mají příručky, pouze ten kulturní žádnou nemá.

V neposlední řadě se tématice kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků věnujeme díky osobní zkušenosti s výkonem mezinárodního dobrovolnictví v africké zemi. V rámci této zkušenosti můžeme uvést, že vysílající organizace se soustředí spíše na své fungování a aktivity a poté na přijímání mezinárodních dobrovolníků, avšak na přípravu mezinárodních dobrovolníků na výjezd do odlišných kulturních prostředí, seznámení s procesem kulturního šoku a možných problémů souvisejících s touto tematikou, supervize a péči po návratu se již nevěnuje dostatek pozornosti. A to také z časových důvodů. V takovém případě je pak přenesena odpovědnost za vlastní prožívání, respektive za psychický stav jedinců na samotnou osobu mezinárodního dobrovolníka.

Jak jsme již uvedli, realizace našeho výzkumu proběhla kvalitativní cestou za pomoci polostrukturovaného interview, písemných výpovědí koordinátorů mezinárodních dobrovolníků a reflexe z osobní zkušenosti výzkumníka. Další fází byla transkripce všeho zmíněného. U písemných výpovědí koordinátorů proběhl navíc také překlad do českého jazyka. Poté jsme pomocí otevřeného kódování získaná data analyzovali. Následně jsme se věnovali interpretaci výsledků a závěrečné diskuzi. Práce je koncipována do oblasti psychologické antropologie. Základem je tedy psychologie a antropologie. Přesah má však také do sociologie, lékařství, multikulturního ošetřovatelství, sociální práce a sociální pedagogiky.

Výsledky jsou pak možné využít ke zkvalitnění psychologické péče pro mezinárodní dobrovolníky. Díky doporučením a návrhům plynoucím ze závěrů může dojít ke kvalitnějšímu a přesnějšímu zacílení přípravné etapy před výjezdem dobrovolníka vysílající organizací. I přesto, že výstupy s ohledem na kvalitativní přístup práce není možné zobecnit pro všechny mezinárodní dobrovolníky, snažili jsme se o co největší možné zkvalitnění práce právě díky triangulaci dat. Po přeložení do anglického jazyka by mohly být výsledky využity také v zahraničí.



# **I. TEORETICKÁ ČÁST**

# 1 PSYCHOLOGICKÁ ANTROPOLOGIE

Problematika kulturního šoku má přesah do mnoha oborů. Můžeme zmínit například psychologii, sociologii, antropologii, medicínu aj. Základem pro naši práci je však psychologická antropologie, neboť právě z jejího úhlu pohledu se danou problematikou budeme zabývat.

**Psychologická antropologie** (také interkulturní psychologie, psychologie kultury nebo kulturní psychologie) je disciplínou, která vznikla jako podobor sociální a kulturní antropologie. Do povědomí ji pod tímto názvem uvedl americký antropolog čínského původu Francis Lang Kwang Hsu v 70. letech 20. století. Původním názvem v americké linii psychologické antropologie však bylo pojmenování „osobnost a kultura“.

V centru zájmu psychologických antropologů stojí především kultura ve spojitosti s lidskou psychikou, chováním a prožíváním. Řadí se sem témata jako kulturní vzorce, socializace, enkulturace, psychoanalytické a kognitivní přístupy, formování osobnosti v kultuře apod. Jedná se tedy o zkoumání sociokulturního systému a lidské psychiky, respektive vztahů společnosti, kultury a individuální psychiky (Cichá a kol., 2014). Mezi významné psychologické antropology můžeme s jistotou zařadit jména jako F. Boas, M. Meadová, R. Benedictová ad. (Herbert, 1991).

Psychologická antropologie má tři perspektivy ve vztahu psychologie a kultury. Tou první je pojetí absolutistické, které tvrdí, že lidské individuum není nijak zvlášť ovlivněno kulturou, ve které vyrůstá. Uvádí, že lidské fenomény můžeme nalézt ve všech kulturách v kvalitativně stejném provedení (např. určitá osobnostní vlastnost se vyskytuje ve všech kulturách). Absolutistická pozice převažovala v myšlení lidí do konce 18. století. Druhou perspektivou je moderní relativismus. Ten předpokládá determinovanost lidského chování danou kulturou. Právě toto lidské jednání je výsledkem interakce organismu se sociokulturním prostředím. Třetím a posledním je univerzalistické pojetí. To se nachází uprostřed mezi dvěma již zmíněnými pozicemi. Univerzalismus věří, že kultura determinuje vývoj i znaky procesů a že tyto psychologické rysy jsou všední všem členům společnosti. Opatrně však zachází s komparacemi a interpretací nalezených podobných znaků. V dnešní době převažuje především pojetí relativistické a univerzalistické (Berry, Poortinga, Breugelmans et al., 2011) (Triandis, 2010, in Čeněk, Smolík, Vykoukalová, 2016).

Dalo by se říct, že dnešní moderní život je typický kulturní diverzitou. Doslova nemusíme vyjet ani za hranice naší domoviny, abychom přišli do kontaktu s interkulturním prostředím,

neboť dnes již v zaměstnání, ve škole nebo přes sociální sítě se nejedná o nic ojedinělého. V této souvislosti se mohou objevit různá nedorozumění, která vycházejí z neznalosti „jiných“ kultur, a ty pak mohou případně pramenit v nejasnosti a napětí. Jako lidé jsme kulturou tvořeni a taktéž ji spoluvytváříme. Právě zde nachází interkulturní psychologie své uplatnění a svou nedocenitelnost. A právě daná kulturní diverzita lidského chování při adaptaci na kulturu patří mezi významná témata interkulturní psychologie (Čeněk, Smolík, Vykoukalová, 2016).

Kdybychom poznatky shrnuli, dalo by se říci, že antropologie se snaží vysvětlovat společenské a kulturní rozdíly a charakteristiky. Ve spojení s psychologií se může zaměřit také na lidskou psychiku, prožívání a chování v kultuře, ať už individu u vlastní nebo cizí, „jiné“, „odlišné“. V následujících odstavcích si dále vymežíme základní pojmy, které jsou pro naši práci i hlubší pochopení problematiky z hlediska interkulturní psychologie nezbytné.

## 1.1 Vymezení základních pojmů

Již významný řecký filozof Aristotelés ze Stageiry přišel s myšlenkou, že člověk je tvor společenský, později nazván *homo societas*. Díky společenskému instinktu, který je v každém z nás, můžeme všechny jedince brát nejen jako bio – psycho – spirituální, ale také jako sociální/společenskou entitu, která je součástí sociální reality. Prostředí, do kterého jedinec po narození přichází, je určitým komplexem životních podmínek a klade specifické požadavky na každého člena. Tento komplex nazýváme kultura.

Herbert (1991) uvádí, že koncept **pojetí kultury** je velmi nesoudržný a to především logicky. Avšak v dnešní době se klade důraz a usiluje se o vhodné definování termínu. L. Strmeň a J. Ch. Raiskup (1998, in Výrost, Slaměník, 2008) definují kulturu jakožto nositelku bio – psycho – sociálních podmínek, která je charakteristická souborem výsledků lidské práce užitečných společensky a souhrnem materiálních i nemateriálních hodnot uznaných v rámci určité společnosti.

Podle Sociologického slovníku (Geist, 1992, 202) je kultura vymezena jako *referenční systém určitého sociálního útvaru, představující komplexní souhrn zpravidla sociálně přijatých materiálních i imateriálních, minulých i současných výsledků lidské činnosti, přejímaných a předávaným dalším generacím příslušného útvaru anebo jiným sociálním útvarům*. Každá kultura tak zahrnuje svůj vlastní komplex atributů – svou víru, morálku, své umění i víru,

zákony, obyčeje a další zvyklosti. Velmi důležité je uvědomit si, že je kultura vytvořena a tvořena příslušníky rodu homo sapiens a není determinována pouze biologicky, ale především právě hodnotami, sociálními procesy a sociálními vztahy v daném sociálním útvaru (Geist, 1992).

Základem kultury je tedy společnost. **Společnost** je určitá organizovaná skupina lidí, kteří spolu žijí za určitých pravidel. Dnes, především díky dynamice globalizace, už snad žádná společnost nežije v homogenitě (kromě několika původních kmenů na planetě). V takových společnostech nalzáme kulturní pluralitu, která s sebou nese dva aspekty. Tím prvním je kulturní struktura, což je jev, kdy složité kulturní struktury vstupují do vzájemných vztahů a vytvářejí složité nové, jak horizontálně, tak vertikálně. Jejich vazby se navzájem ovlivňují, prolínají, proměňují nebo posilují jedinečný charakter jedné z nich. Druhým aspektem je kulturní rozmanitost, tedy multidimenzionální propojení sociokulturních útvarů, z nich každý obsahuje své jedinečné rysy a faktory. Dnes se stává kulturní pluralita jedním z nejvýznamnějších aspektů, které neustále ovlivňují život celých společenství (Lehmanová a kol, 2010).

Výše uvedeným textem jsme chtěli poukázat také na fakt vysoké úrovně **globalizace**, která svou existencí přináší mnoho možností. Co to ale globalizace je a jak bychom ji mohli definovat? Globalizace je proces, který je nejjednodušší jednoznačně vymezit. Proces, který se za posledních několik let postaral o zbourání mnohých hranic a bariér. Nejedná se pouze o bourání hranic v oblastech politických a ekonomických, ale také kulturních a sociálních. Martin Ehl (2001) tvrdí, že pokud chceme definovat pojem globalizace, je důležité uvědomit si, co tento pojem spojuje. Především jsou to globální problémy zasahující celý náš svět a komunikace, neboť díky ní se zvyšuje povědomí o „globálním“. Dále pak informační technologie, chudý svět versus bohatý svět, migrace obyvatelstva, globální občanské společnosti a tak dále. Můžeme také zmínit větší otevřenost světa, díky které probíhá sbližování všech kultur i národů, ekonomik a politik.

Díky přirozenému procesu globalizace již pro nás dnes není problém vyjet se podívat na kterýkoliv kontinent. Spojit se s člověkem téměř kdekoli na světě přes sociální sítě. Toto tvrzení bychom mohli podložit slovy Giddense (2013, 125), který uvádí, že globalizace se týká skutečnosti, že svět, v němž žijeme, je stále více jeden, a že se tedy jedinci, skupiny i národy na sobě stávají více vzájemně závislými.

Dalo by se tedy tvrdit, že svět se jakoby „zmenšuje“. Lidé z jednoho státu mohou odejít do státu druhého a žít v něm, také pracovat, studovat, vykonávat mezinárodní dobrovolnictví nebo třeba „jen“ cestovat po celém světě. Přichází-li do země někdo s odlišnou státní příslušností, je to někdo „jiný“, někdo „cizí“ a od tuzemských se liší. Přichází s ním také jistá míra jinakosti a odlišnosti. Jedná se o odlišnosti týkající se jazyka, zvyklostí, náboženského vyznání nebo etnika (Sartori, 2005). To samé platí pro nás, i když si to mnohdy neuvědomujeme. Přicházíme-li do jiné země, jsme nějakým způsobem odlišní, cizí. Vše zmíněné s sebou přináší spoustu pozitivních, ale také negativních faktorů. Jedním z těchto faktorů jsme se rozhodli v rámci naší práce zabývat. Jedná se o kulturní šok.

Poslední definice se bude týkat pojmu **adaptace**. Termín vznikl ze slov „ad aptere“, což znamená připravit se, anebo „aptus“, což je možné přeložit jako schopný. Do českého jazyka lze sloveso adaptovat přeložit jako přizpůsobit, upravit, uzpůsobit, zvyknout atp. (Křivohlavý, 2011). Adaptace je pak formulována jako chování, které je podmínkou přežití organismů, neboť se jedná o přizpůsobení se prostředí, ve kterém existují. Jedná se o neustálé vyrovnávání se s nároky a zároveň udržení vnitřní rovnováhy. Tento proces učení vede člověka k nalézání nových způsobů chování a schopnosti modifikace již naučených adaptačních mechanismů. Při označování adaptačních schopností se využívá pojmu adaptabilita (Paulík, 2010). Rudin-Brown a Jamson (2013) uvedenou definici doplňují o poznání psychologie, která uvádí, že behaviorální adaptace je založena především na motivaci a emocích jedince, schopnosti učení, osobnostních charakteristikách a způsobilosti rozhodovat se. Kutnohorská (2013) tato tvrzení ještě doplňuje a uvádí, že adaptace je proces přijímání nového kulturního prostředí, které probíhá u jedince na stupni fyziologickém, psychologickém a sociokulturním.

V této kapitole jsme se věnovali základnímu vymezení psychologické neboli interkulturní antropologie a dále jsme definovali zásadní pojmosloví, které pokládáme za důležité pro jednoznačné porozumění dané problematice. V následující kapitole se budeme věnovat přímo vymezení a definicím kulturního šoku podle různých autorů.

## 2 KULTURNÍ ŠOK

Žijí-li lidé ve stále stejném známém kulturním prostředí, vnímají určité aspekty jako způsoby chování, normy nebo významy jako automatické, neboť vycházejí ze všední zkušenosti a stereotypů, kulturních vzorců a jejich univerzálního významu. Málokdo si uvědomí, že jsou kulturně determinované. Teprve dostane-li se člověk do jiného kulturního prostředí nebo dojde-li k jejich střetu, začne si všimnout jistých rozdílů. Ty mohou být třeba v jazyce, oblékání, jídle, různých zvycích, architektuře apod. I díky globalizaci společnost získává stále více multikulturní ráz, ale více než dopadem na společnost jako takovou, bádáme po dopadu na jedince (Kutnohorská, 2013) (Morgensternová, Šulová a kol, 2007).

**Pojem kulturní šok** poprvé aplikoval americký kulturní antropolog Cora Du Boise v roce 1951 (Kutnohorská, 2013). Mezi první odborníky, kteří problematiku více popsali, patří s určitostí Kalervo Oberg. Ten vymezil kulturní šok jako úzkost a frustraci, která vyplývá z neschopnosti jedince interpretovat a vytvářet smysluplné podněty a smysluplnou komunikaci v jiné kultuře. Tvrdí, že zasahuje jedincovy hodnoty, víru, zvyky i chování. Dle Oberga se může týkat dočasné i trvalé sociální nebo geografické změny. Řadí se sem lidé, kteří vycestovali do jiné země za studiem, prací, vojenskou činností nebo také ti, kteří se rozhodli vykonávat v cizí zemi dobrovolnickou činnost. Zdůrazňuje, že kulturní šok může vést až k pocitům dezorientace, nepochopení, bezmoci a konfliktu vlastní identity (Jackson, 2010).

Každý jedinec, který se vydá do zahraničí, ať už z jakéhokoli důvodu, se setkává „tváří v tvář“ s fenoménem zvaným akulturace. **Akulturace** označuje kulturní změny a vzniká tehdy, když vstupuje jedinec nebo skupina jedinců pocházejících z jiného kulturního prostředí do stálého kontaktu s prostředím novým, díky kterému následují změny v prvobytných kulturních vzorcích (Trinh, Rho, Lu, Sanders, 2009). Díky realizovaným empirickým výzkumům dnes rozdělujeme proces akulturace do pěti stádií, mezi která spadá konfrontace s danou kulturou, akceptování kulturních obsahů, přijetí kulturních obsahů, dále pak modifikace vlastního kulturního systému a určitá akulturační reakce charakteristická odmítáním jiných vlivů, ale také pozitivními postoji ke kulturním změnám a inovacím (Vodáková, Vodáková, Soukup, 2000). A právě s problematikou akulturace se pojí již zmíněná psychologická charakteristika zvaná kulturní šok někdy také pojmenovaná jako akulturační stres (někdy také psychologický stres/tíseň) (Průcha, 2010).

Díky rapidně postupující globalizaci je problematice kulturnímu šoku věnována stále větší pozornost. Je tomu tak především proto, že v minulosti se týkal tento fenomén pouze vybraných skupin lidí, do kterých patřili například cestovatelé, novináři, obchodníci apod. Dnes je tomu jinak a konfrontování s kulturním šokem může potkat kohokoli. Kutnohorská (2013) tvrdí, že kulturnímu šoku při setkání s neznámou kulturou neunikne nikdo.

Kulturní šok se skládá ze dvou pojmů, které pokládáme za důležité definovat. Termín „kultura“ jsme si vymezili již v první kapitole naší práce. Druhý pojem „šok“ je definován jako jakýsi zvrát charakterizovaný rychlostí a jednorázovostí. Kulturní šok však tyto vlastnosti nemá. Není rychlý ani jednorázový. Může trvat týdny i měsíce. Zde již však záleží na dané osobnosti, jak je schopna vyrovnat se a přijmout změny, které s sebou nová kultura přináší. Šokem je však pojmenován proto, neboť může mít také postraumatické obtíže, taktéž psychosomatické následky (Kutnohorská, 2013).

Někteří odborníci preferují použití názvu **akulturační stres**. Toto pojmenování jim přijde vhodnější proto, že pojem šok má podle nich určité patologické zabarvení, na rozdíl od slova stres anebo zátěž (Morgensternová, Šulová a kol, 2007). V naší práci budeme oboje pojmosloví užívat synonymně. Je však důležité vymezit také druhé pojmenování fenoménu, kterým se v naší práci zabýváme. Již jsme si definovali pojem „akulturace“, ale co je to „stres“? Pojem stres je zpravidla vázán k obtížným a ohrožujícím situacím, které oslabují rovnováhu jedince a případně mohou vyvolat významné proměny v hormonálním, imunitním nebo oběhovém systému. Z mnohých definic lze stres také vymezit jako specifický případ obecně pojaté zátěže, která převyšuje přirozenou mez jedince v návaznosti na jeho adaptační schopnosti a možnosti v daných podmínkách. V této souvislosti se jedná o ambivalenci, která plyne z tlaku a nároků kladených na jedince na straně jedné a schopnosti adaptace a odolnosti na straně druhé (Paulík, 2010).

Simon, Vázquez a Harris (2011) vymezují kulturní šok jako reakci jedince na drastickou změnu v kulturním prostředí. Stejně jako může být mentálně dezorientovaná osoba na novém místě, stejně tak se to může stát organizací nebo institucí a to v případě, že došlo k radikální změně v dané kultuře. Ward, Furnham a Bochner (2005) také zdůrazňují, že mezikulturní kontakt ovlivňuje také pohled jedné kultury na tu druhou a naopak. To, jestli se vnímají pozitivně, nebo negativně. To vše poté ovlivňuje interakci mezi danými jedinci z odliš-

ných kultur a také odráží jejich prožitky a pocity. Dutton (2012) tvrdí, že kulturní šok je jakýmsi druhem stresu vznikající v realitě, která je pro jedince nepředvídatelná a obtížná na zpracování. Cizinec se v nové zemi střetne s pocity úzkosti, ty však vymizí ihned, jakmile člověk najde nové cesty, jak se s těmito stavami vypořádat, zvládnout je a zpracovat.

Pedersen (1995) hovoří o kulturním šoku jako o hlubokém prožitku jedince, který může postihnout a působit na každého člověka jinak. Tvrdí, že se objeví u každého, kdo narazí na nové, neznámé a neočekávané kulturní situace a okolnosti. V takových případech si potřebuje jedinec vytvořit novou perspektivu pro sebe sama, ostatní i prostředí tak, aby i on sám do nového prostředí „zapadl“. Protože je kulturní šok subjektivní reakce organismu na nové prostředí, musel Pedersen prozkoumat několik případů napříč zeměmi a uvádí, že kulturní šok je proces, není to jen jednorázová událost. Může probíhat v několika různých úrovních současně a je slabší pokud se ho jedinec učí zvládat, nebo silnější pokud se s ním není schopen vyrovnat. Kulturní šok také učí jedince novým copingovým (zvládacím) strategiím, které mu mohou pomoci i v budoucnu, neboť se podle něj tento fenomén vztahuje na jakékoli rychlé změny plynoucí z neznámého a neočekávaného.

Soukup (2011) připojuje, že cizinci, kteří se dostávají do nového kulturního prostředí, se v první fázi svého pobytu setkávají s kulturním šokem. Zdrojem je odlišné prostředí, díky kterému se jedinci setkávají s jinými než jejich původními stereotypy, hodnotami, normami a pravidly. To může doprovázet zmatek, nepochopení a další psychologické stavy. K tomu však ještě dodává, že ne pouze příchozí zažívají kulturní šok, ale objevuje se také u domorodců v dané zemi, kteří se s příchozími setkávají.

Podle Morgensternové, Šulové a kol (2007) se akulturační stres odehrává na individuální i skupinové úrovni. Projevit se může zmateností, dezorientací anebo depresivními reakcemi. Pokud je pobyt v jiné zemi nedobrovolný, v některých případech však i při pobytu dobrovolném, mohou nastoupit také psychosomatické problémy, dále se může prohloubit sociální izolace a příchozí může zvolit nepřátelský až hostilní postoj k nové kultuře anebo ztrátě identity. Rozdíl v pojetí kulturního šoku u těchto autorek od ostatních zmíněných definic spočívá v tvrzení, že někteří jedinci v nové kultuře šok a s ním spojenou zátěž vůbec prožít nemusí a jiné prostředí mohou brát jako výzvu a příležitost.

V rámci problematiky akulturačního stresu byly prováděny různé výzkumy. Mnoho z nich bylo zaměřeno na imigranty a bylo zjištěno, že je u příchozích do nové země velmi důležité



uvědomování si příslušné etnické identity. Právě to může jedincům napomoci lépe se vyrovnávat s novým odlišným kulturním prostředím a snižovat stres, který z něho plyne. Člověk, který se identifikoval se svou etnickou skupinou je přesvědčen o externí podpoře, tedy o lidech, na které se může spolehnout za jakýchkoliv okolností, požádat je o pomoc a může jim věřit. Tato myšlenka je známa pod názvem Tajfelova teorie sociální identity (Social Identity Theory) (Průcha, 2010). Více se o výzkumech problematiky kulturního šoku zmíníme v poslední kapitole naší práce.

Vymezili jsme fenomén kulturního šoku neboli akulturačního stresu dle autorů a definovali tento pojem. Můžeme sledovat, že většina autorů vychází z prvotní definice antropologa Oberga, avšak přidává další atributy. Autoři se především však neshodují v názoru, zda se kulturní šok objevuje u všech jedinců, nebo jen u některých a ani v tom, čím je to podmíněno. V následující části práce vymezíme fáze kulturního šoku, tak jak byly rozděleny dle autorů.

## **2.1 Fáze kulturního šoku**

Přestože řada autorů uvádí, že je kulturní šok individuální a jeho prožívání může být ryze subjektivní, pokusili se někteří o seskupení fází akulturačního stresu. Právě ty si následně představíme.

Antropolog Oberg definoval v roce 1954 prvotní čtyři stádia emocionální reakce na kulturní šok, která nastanou po příjezdu do jiného kulturního prostředí. Jako první nastává fáze „medových týdnů“ (honeymoon) někdy také nazývána jako turistická fáze. Toto stádium provází euforie, fascinace, nadšení a okouzlení. Následuje fáze krize (crisis). Charakteristické pro toto období je zvrát zahrnující pocity nepřiměřenosti, frustrace, úzkosti a hněvu. Další je fáze zotavení (recovery) typická odhodlaností a kulturním učením. Poslední čtvrtá fáze je stádium přizpůsobení (adjustment). Zde již proběhla adaptace do nového kulturního prostředí a u jedince se objevuje radost z fungujících schopností (Kutnohorská, 2013).

Knihy antropologa Pedersena (1995) uvádí sedm fází kulturního šoku Oberga, které Oberg sám s největší pravděpodobností doplnil o čtyři roky později. Jsou to: inkubační fáze, fáze krize během každodenních aktivit, porozumění nové kultuře, objektivní pohled na novou kulturu, návrat ke kulturnímu šoku, zpětný kulturní šok ve vlastní domovině a přizpůsobení se jí.

Výše uvedené Obergovy fáze se většinou vykreslují křivkou ve tvaru „U“. Na to navazuje další „U“, které vyjadřuje návrat domů, které také začíná obdobím medových dnů, následuje zpětný kulturní šok ve vlastní zemi, fáze zotavení a přizpůsobení se kulturnímu prostředí. Celkově se této křivce říká „**dvojitě U**“ (Kutnohorská, 2013).

Brown (1980, in Block, 2014) prezentuje čtyři stádia kulturního šoku. První z nich je stádium euforie a vzrušení z nového. Druhým je fáze narušení obrazu sebe sama a vlastní bezpečnosti, kdy si jedinec začíná uvědomovat kulturní odlišnosti, které se v novém prostředí vyskytují. Ve třetím stádiu začíná člověk akceptovat dané odlišnosti a projevuje empatii vůči jiné kultuře. V posledním stádiu kulturního šoku je částečné nebo úplné „uzdravení“, které se projeví jako asimilace nebo akceptace nové kultury. Důležité je, že v této fázi se již, řekněme, v „kulturně nové“ osobě vytvořila sebedůvěra a sebevědomí.

Pedersen (1995) tvrdí, že je velmi těžké kulturní šok rozdělit do obecně platných fází. O vymezení se však také pokusil a klasifikuje akulturační stres do pěti období. Fáze jsou velmi podobné těm, které vymezil Oberg. Jedná se období „medových týdnů“ (honeymoon), období krize, začlenění se do kulturního prostředí, období znovu-autonomie a fáze vzájemné provázanosti a závislosti. Dodává však, že je důležité uvědomit si, že proces kulturního šoku ovlivňuje nejen emocionální složku osobnosti, ale také psychickou, behaviorální, kognitivní i fyziologickou.

Morgensternová, Šulová a kol (2007) shrnuli fáze kulturního šoku do šesti kroků. První je předfáze, což je období před výjezdem do jiné země. Poté líbánky, které dle autorů trvají první týdny až měsíce života v cizině a jsou typické pozitivním laděním na nové podněty, nadšením z nového prostředí a naladěním na novou kulturu. Lidé jsou plni očekávání. Poté přichází přímý kulturní šok. Následuje postupné přizpůsobování se, ve kterém se může objevit také krize, jakou známe z definic již uvedených autorů. Následně můžeme sledovat adaptaci jedince v novém prostředí, kdy je nová kultura přijímána s jejími plusy i mínusy a lidé jsou naladěni na nové kulturní vzorce. Posledním je kulturní šok v domovině.

Významné je vědomí, že délka i intenzita procesu akulturačního stresu závisí na mnoha faktorech. Mezi nejvýznamnější se řadí osobnostní a situační charakteristiky a také rozdílnost cizího a domácí kulturního prostředí. Může se také stát, že jedinci využijí v novém prostředí mnohé psychologické obrany. Jednou z nich může být třeba odmítnutí adaptace do země,

což s sebou může nést od nadávání na dané kulturní prostředí až po psychosomatické problémy (žaludeční obtíže, bolesti hlavy apod.). Může zvolit také nadměrné spaní, což představuje jakousi ulitu a uzavření se před světem, jemuž jedinec nerozumí. Rozhoduje také délka pobytu a vědomí, zda se jedinec vůbec zpět do své země ještě někdy vrátí. Záleží také na věku, neboť dospělý prožívá proces kulturního šoku zcela jinak než dítě (Morgensternová, Šulová a kol, 2007).

Walters (2005) uvádí, že první fáze kulturního šoku je inkubační fáze, která se vyznačuje euforií a nadšením ze všeho nového. Je někdy nazývána také jako období „líbánků“. Pro druhé období je typická krize a obtíže v každodenním životě v novém kulturním prostředí. Může se jednat o komunikační potíže nebo jakákoli nepochopení v rámci cizí kultury. Zde může jedinec prožívat smutek, zlost, pocity neschopnosti a být netrpělivý. Tyto pocity většinou provázejí člověka, který se snaží adaptovat do prostředí velmi odlišného od jeho vlastního. Mohou se zde objevit také pocity silného neuspokojení. Třetí stádium je charakterizováno získáváním porozumění pro jinou kulturu, ve které teď člověk žije. Jedinec může prožívat znovu pocit radosti a psychické rovnováhy. Důležitým je, že chce do daného kulturního prostředí zapadnout a patřit. Ve čtvrté fázi si cizinec uvědomuje, že daná kultura v nové zemi má své plusy i mínusy. Dokáže si také vytyčit cíle a definovat sama sebe v novém kulturním prostředí. Páté stádium je označováno jako repatriační šok, tedy šok z návratu do vlastní kultury.

Jak již bylo výše naznačeno, fáze kulturního šoku a celkovou adaptaci do nového prostředí mohou ovlivnit také obranné mechanismy. Ty nastávají většinou u následujících projevů kulturního šoku: strach, zmatení, deprese, dezorientace, pocity ztráty a deprivace. Dále pak psychomotorické problémy (spavost, bolesti hlavy, břicha apod.), přecitlivělost vůči kritice, agrese a vzdor. U dětí se navíc může projevit regrese ve vývoji nebo odmítnutí jeho osoby ze strany nových přátel. Zajímavým případem je také percepční obrana. To je obrana jedince, která nastává nejčastěji v případě, že neumí cizí jazyk a nerozumí tak signálům, člověk jakoby „nevidí a neslyší“ (Morgensternová, Šulová a kol, 2007).

Poslední fází, kterou někteří autoři uvádějí a zahrnují do stádií kulturního šoku, je repatriační šok také „reverzní šok“, „šok z vlastní kultury“ a „ponávratový syndrom“. Toto období nastává tehdy, kdy se jedinec po určité době v zahraničí navrátí do své domoviny a ve fázi

přizpůsobení se prožívá psychické potíže. Může souviset také se změnami osobnosti a novými životními perspektivami a názory, které nastaly při pobytu v odlišném kulturním prostředí, ze kterého jedinec přijíždí (Christofi, Thompson, 2007). Toto ponávratové období je charakteristické projevy euforie, poté také pocitu ztráty, izolace, neporozumění a nezájmu ze strany okolí. Častá je také změna náhledu na domovinu, větší kritičnost, agresivita nebo deprese (McCreech, 2003).

### **2.1.1 Predispozice pro kulturní šok**

Někteří autoři se v rámci problematiky kulturního šoku pokusili vyzkoumat jisté predispozice, které by mohly předpovědět, zda se kulturní šok u člověka vyskytne a jak. Výzkumů na téma predispozic není mnoho. My jsme se seznámili se dvěma, které se v následujících řádcích pokusíme představit.

Tu a Sullivan (1994, in Morgensternová, Šulová a kol, 2007) tvrdí, že má-li člověk dobré adaptační schopnosti, je flexibilní a tolerantní k novému a neznámému, je v zahraničí v rámci fenoménu kulturního šoku úspěšnější, než jedinec nepřizpůsobivý, rigidní, který spíše nové kulturní prostředí odmítne nebo se nestihne adaptovat. U druhého typu jedince se právě poté mohou objevit již zmíněné obranné mechanismy. V této fázi pak záleží na tom, zda jde o pobyt v zahraničí na kratší nebo delší dobu.

Problematikou predispozic se zabývala také antropologická dvojice Furnham a Bochner (2011, in Kutnohorská, 2013). Ti vyzkoumali a popsali šest predispozic, přičemž na nich může být závislý právě dopad akulturačního stresu na daného jedince. Mezi tato kritéria patří atributy cizí kultury, geopolitické podmínky daného kulturního prostředí. Dále také biologické faktory jedince, kam můžeme zařadit zdravotní stav a kondici, a intrapersonální fenomény jako věk, minulé zkušenosti s cestováním, jazykovou vybavenost, kreativitu, schopnost tolerance a nezávislost. Opomenout nelze také interpersonální rozdíly (jasně definované cíle) a důležitost kontroly všech faktorů, které se v novém kulturním prostředí objevují.

Walters (2005) upozorňuje, že je proces kulturního šoku závislý na osobnostních charakteristikách, mentálním zdraví, předchozích zkušenostech, jazykové vybavenosti, sociální opoře, socio-ekonomických faktorech a také na stupni vzdělání.

Shrneme-li bychom výše uvedené, mohli bychom tvrdit, že poznávání nové kultury je proces učení, při kterém hrají důležitou roli také osobnostní charakteristiky jedinců. Z obou teorií

vyplývá, že jedinec, který je v dobrém zdravotním stavu, má adaptační schopnosti, je tolerantní a flexibilní, s největší pravděpodobností bude mít menší problém s adaptací a problematikou kulturního šoku než člověk s opačnými vlastnostmi.

## 2.2 Zvládání kulturního šoku

Již v minulé kapitole jsme upozornili na subjektivitu problematiky kulturního šoku. I přesto bychom však mohli říci, zda jedinci nové prostředí zvládli úspěšně, resp. se s novým prostředím vyrovnali nebo ne. Z hlediska fází kulturního šoku můžeme u cizinců sledovat, jak respektují a tolerují nové kulturní prostředí. S tím se také vážou pozitivní i negativní faktory, na které se v následujících odstavcích zaměříme.

Doktor Carmen Guanipa z Univerzity v San Diegu vymezil deset způsobů, díky kterým se dá pozitivně překonat kulturní šok. Patří mezi ně to, aby jedinci byli trpěliví, konstruktivní, vyhýbali se nežádoucímu prostředí, nezapomínali na vše dobré, věnovali se nadále svým zájmům, udržovali kontakt se svou etnickou skupinou, neboť právě tento kontakt dává pocit sounáležitosti a odstraňuje tak pocity osamělosti. Dále je důležité zařadit do běžného života v hostitelské zemi nějakou fyzickou aktivitu, protože to napomůže v boji proti smutku a osamělosti. Doporučuje také, aby se cizinci zapojili do nové společnosti třeba na bázi dobrovolnictví v nějakém zařízení, udržovali kontakt s místními a učili se jazyk. K úspěšnému zvládnutí napomáhá také relaxace a meditace (Kutnohorská, 2013).

Jak už jsme v minulé kapitole uvedli, proces kulturního šoku souvisí s mnoha faktory. Právě na nich, dle některých autorů, závisí, zda se akulturační stres u jedince v novém kulturním prostředí projeví nebo ne a do jaké míry. K této problematice bychom znovu mohli zmínit již představené predispozice pro kulturní šok.

Morgensternová, Šulová a kol (2007) tvrdí, že pokud zůstane jedinec v nové kultuře na delší dobu, dojde u něj k procesu změn, který lze nazvat **akulturace**. Soukup (2011, 417) definuje akulturaci jako proces *kulturní změny, ke které dochází prostřednictvím kontaktu dvou odlišných kultur, jež na sebe vyvíjejí nestejný nátlak*.

Je-li jedinec v nové kultuře delší dobu nebo se tam rozhodne žít nastálo, můžeme u něj brát v úvahu a pozorovat tzv. akulturační strategie, které jsou vyústěním akulturačního stresu. Definoval a rozdělil je antropolog Berry (a kol 2002, cit. dle Morgensternová, Šulová a kol,

2007) jako čtyři možné strategie. Tou první je asimilace, kdy dochází k co největšímu splynutí s danou kulturou na úkor vlastní, ta je potlačena. Druhou možností je seperace, kdy naopak dochází k odmítnutí a izolování se od hostitelské kultury a zachování vlastních kulturních vzorců. Třetí je marginalizace. Zde nedojde ke ztotožnění se ani s vlastní ani s novou kulturou. Za neúspěšnější je vymezena čtvrtá strategie, která nese název integrace. V rámci této možnosti si jedinec zachová prvky svého kulturního prostředí, avšak považuje hostitelskou kulturu za důležitou a přikládá jí hodnotu.

Další faktory, které mohou proces kulturního šoku doprovázet, jsou již vymezené obranné mechanismy a činitelé psychosomatických. Jelikož má každé kulturní prostředí svá jedinečná specifika, mohou se v rámci akulturačního stresu objevit také **psychosomatické dopady**, kterými se zabýval Oberg již v roce 1960. Zařadil mezi ně stres a napětí, pocity bezmocnosti, bezradnosti, frustrace, deprese, ztráty a deprivace, obavy z odmítnutí nebo pocity odmítnutí, neočekávanou úzkost, rozhořčení a nechuť plynoucí z kulturních rozdílů. Psycholog Guanipa toto rozlišení doplňuje o smutek a melancholii, pocity odlišnosti, změny temperamentu, ztráta identity, pocity být zneužíván až vykořisťován, bolesti hlavy, nevolnost, alergie, nechutenství, potíže s usínáním, nespavost nebo nadměrnou spavost a únavu (Kutnohorská, 2013).

Jsou-li však výše uvedené faktory ignorovány, může se projevit u jedince nezájem až agrese, skryté zdravotní problémy, strach a nedorozumění, izolace. Jedinci schází pocit bezpečí a jistoty (Nováková, 2008).

Některé z výše popsaných psychosomatických problémů mohou souviset také s výživou v rámci dané kultury. Jelikož se naše práce týká afrického kontinentu, je důležité zmínit, že kuchyně v těchto částech světa je naprosto odlišná (Kutnohorská, 2013). Proto tak může mít i vliv jídla v rámci dané kultury dopad na tělesnou i psychickou stránku jedince a může mít negativní účinky při procesu adaptace a vůbec procesu kulturního šoku.

Kulturním šokem se zabývá například multikulturní ošetřovatelství pod pojmem onemocnění, pro které jsou stanoveny také **symptomy** dle NANDA International v doméně 9 pojmenované jako „Zvládání/tolerance zátěže“ a v doméně 10 „Životní principy“. Zde jsou přímo uvedeny diagnózy k této problematice. Jedná se o úzkost, dále pak o stresový syndrom z přemístění, riziko stresového syndromu z přemístění. V doméně číslo deset to

je zhoršená religiozita, riziko zhoršené religiozity, duchovní strádání a riziko duchovního strádání (Herdman, Kamitsuru, 2015) (Kutnohorská, 2013).

Stresový syndrom z přemístění je narušení fyziologické a psychosociální stránky osobnosti z tohoto důvodu. Typickými znaky jsou odcizení, samota, deprese, závislost, frustrace, ztráta identity, strach, nízká sebeúcta aj. Mezi souviselé faktory patří nedostatečné poradenství před odjezdem, neefektivní strategie zvládání zátěže, bezmocnost apod. Riziko stresového syndromu přemístění je predispozice ke stresovému syndromu z přemístění. Úzkost je určena behaviorálními (př. nadměrná ostražitost, neklid), emočními (př. nervozita, nejistota, obavy), tělesnými (př. napětí v obličeji, třes, zvýšené napětí) i kognitivními jevy (př. snížená schopnost řešit problémy). Dále pak nervus sympathicus (př. průjem, zvýšené reflexy, bušení srdce) a nervus parasympathicus (př. mdloba, únava, změna vzorce spánku) (Herdman, Kamitsuru, 2015).

Zhoršená religiozita je vymezena jako oslabení schopnosti spolehnout se na vlastní náboženské přesvědčení, zpochybňování jiných náboženských zvyků a přesvědčení a emoční strádání po komunitě vyznávající stejnou víru. Riziko zhoršené religiozity je náchylnost k zhoršené religiozitě. Jako duchovní strádání je chápáno zhoršení schopnosti mít smysluplné žití v rámci propojení se sebou samým, druhými, světem nebo i nadřazenou bytostí (Herdman, Kamitsuru, 2015).

Herdman a Kamitsuru (2015) vymezují také **neefektivní zvládání** zátěže. Pro tu může být typická neschopnost definovat stresory a k nim vybrat vhodnou reakci. Při neefektivním zvládání zátěže se mohou objevit změny koncentrace, spánkového režimu nebo komunikace. Dále pak destruktivní chování vůči sobě i ostatním, únava, neschopnost řešit vzniklé situace a problémy, neschopnost požádat o pomoc aj.

**Pro úspěšné zvládnutí** kulturního šoku jsou doporučovány ještě další dvě vlastnosti. Tou první je být empatický, což znamená být schopen vcítit se v rámci nového kulturního prostředí do odlišné mentality, specifík. Tak se také jedinec učí lépe vyložit cizí vzorce specifické nové kultuře. Jde také o cit pro to, co je vhodné a přiměřené a co není. Z hlediska emoční inteligence, již je empatie součástí, je důležité neopomenout to, že jedinec díky tomuto procesu projde emočním sebeuvědoměním – jedinec ví, jaké emoce navozuje druhým lidem a naopak jací lidé a situace v něm vzbuzují které reakce. Druhou vlastností je autenticita, tedy schopnost být upřímný a nepředstírat to, co cítím, a podle toho se chovat. Vztah

mezi těmito dvěma vlastnostmi je křehký, neboť ne vždy může být jedinec v dané kultuře upřímný, bylo-li by to proti kulturním vzorcům chování (Morgensternová, Šulová a kol, 2007).

V této části práce jsme se zaměřili na zvládání kulturního šoku a vymezili jsme si dané faktory, které tento proces mohou provázet. V následující kapitole se budeme věnovat stereotypům a předsudkům, neboť se jedná o fenomény, které doprovázejí proces kulturního šoku.

### **2.3 Stereotypy a předsudky**

Předsudky a stereotypy provází lidskou orientaci již od nepaměti. Jako dlouhodobé fenomény s sebou nesou spousty otázek. Jedná se například o skutečnost, zda si jejich vliv na naše chování uvědomujeme nebo jestli jsme ochotni s nimi kriticky pracovat a kriticky nad nimi přemýšlet. Takovým a dalším otázkám se od druhé poloviny 20. století intenzivně věnuje především sociální psychologie. Tato vědní disciplína se snaží toto chování nejen popsat, ale také kontrolovat a regulovat jeho negativní důsledky nebo hledat jeho pozitivní využití v praxi (Krejčí, 2014). Tomáš Novák (2002) apeluje na fakt, že se termíny předsudek a stereotyp nejčastěji objevují ve spojitosti s pojmem postoj, který patří snad k nejfrekventovanějším slovům sociální psychologie. Dle jeho mínění se jedná o termín, který je přesně definovaný, přesto obecný a také dost široký, objevuje se v mnoha vědních disciplínách a nepatří ryze do jedné školy nebo jednoho směru. Lze také říct, že je dost široký na to, aby dokázal zohlednit jak individuální postoje, tak postoje celé společnosti. Je také dosti pružný, neboť dokáže přesně prezentovat dispozice izolované lidské osobnosti.

Pojmy předsudek a stereotyp můžeme nalézt také v interkulturní psychologii. Odráží situaci, která je uskutečňována v praxi, tedy v lidské společnosti, kde bychom tyto jevy mohli nalézt v hojném počtu především právě mezi etniky, národy, rasami a kulturami. Mluvíme tedy o rasových (racial prejudice) či etnických předsudcích (ethnic prejudice) a etnických a národních stereotypech. U obou termínů je možné cítit stejnou psychologickou podstatu, neboť jsou propojením názorů, postojů a představ o určitých jednotlivcích či skupinách osob či o sobě samém (autostereotypy). Tyto postoje a názory jsou však velmi těžce změnitelné, neboť jsou relativně stabilní a přenášené mezi generacemi (Průcha, 2010).



Osobností ze zahraniční produkce, která se mezi prvními takovým tématem zabývá, je s určitostí Gordon W. Allport. Snad i jako první vyslovil myšlenku významného přínosu interaktivního protipředsudkového vzdělání v rámci multikulturní výchovy (Krejčí, 2014).

Co ale přesně míníme slovem **předsudek**? Dle G. Allporta (2004) došlo u tohoto slova, odvozeného z latinského substantiva *praejudicium* postupem času k významovému posunu. Ve starověku znamenalo slovo předsudek, tehdy precedent, úsudek, který vyplýval z minulých zkušeností a opíral se o dřívější rozhodnutí. Později, v angličtině nabyl významu úsudku, který si člověk vytvoří ukvapeně, předčasně, tedy dříve než náležitě prozkoumá a zváží veškerá fakta. Na to navazuje i dnešní význam slova, který s sebou přináší emocionální nádech dobrého či zlého, příznivého či nepříznivého. Velký důraz Allport klade na fakt, že většina odborníků, laiků i definic pohlíží na předsudek jako na cosi ryze negativního a nepříznivého, podotýká však, že někteří lidé mohou smýšlet o druhých i v zaujetí příznivém, tedy pozitivním. Vyzdvihuje tedy definici jednoho anglického slovníku, který nabízí formulaci předsudku vstřícného i odmítavého, neboť tvrdí, že je to *příznivý či nepříznivý postoj vůči osobě anebo věci, který člověk zaujímá předem, bez opravdové zkušenosti nebo bez ohledu na ni* (Allport, 2004, 38). K této definici však podotýká, že třebaže je obecně předsudek pro i proti, předsudky etnické bývají povětšinou odmítavé, negativní. Na podporu svého tvrzení píše o studentech, kteří v jednom v knize nejmenovaném výzkumu měli prezentovat svůj postoj vůči etnickým menšinám, skupinám. Ačkoli dříve nedošlo k ničemu, co by je mělo vést vůči nim, bylo odmítavých postojů osmkrát více než těch příznivých (Allport, 2004).

V jiných zdrojích můžeme nalézt také jiné formy definic předsudků. Hayesová (2008) o nich vypovídá jako o jisté formě agrese, která plyne z podstaty společenské. Jsou fixované a předem zformulované a vznikají bez ohledu na individualitu, jedinečnost nebo unikátnost objektu. Podotýká také, že člověk, který jedná pod vlivem předsudků, nezvažuje žádné jiné alternativní možnosti. V knize T. Nováka (2002, 8) můžeme nalézt definici předsudku, která tvrdí, že se jedná o jednu z forem postojů a jde o iracionálně založené postoje či postoje afektivně zdůrazněné. Typickou součástí předsudku jsou prvky averze a hostility. Někteří autoři připouštějí, že je možný i opak. Ne komponenty z kadlubu nenávislosti, ale předsudky kladné, sycené ne-li nadměrnou, pak určitě opičí láskou s nedostatkem náhledu.

Špatné smýšlení o ostatních v sobě nese určitý druh odporu, pohrdání, averzi a mnohdy také obavy. Možným důsledkem tohoto chování, které v žádném případě neprojevuje sympatie vůči druhým osobám, je napadení, násilí, diskriminace. Důležitým faktem ale je, že chování ovlivněné předsudky nemá faktický základ a je neopodstatněné, i když mnoho lidí s předsudkem začne například tvrdit, že má velmi nepříznivé zkušenosti s uprchlíky, s cizinci určitého státu apod. Mnohdy můžeme velmi rychle rozpoznat, že tyto argumenty jsou překroucené, nedostatečné, ba dokonce vymyšlené. Nikdo například nemůže mít zkušenost se všemi uprchlíky na celém světě. Využívá se zde tedy generalizace (Allport, 2004).

**Projevy předsudků** můžeme velmi dobře sledovat v našich myšlenkových postupech, neboť se projevují v tom, jak jednáme s danými příslušníky zavrhané skupiny. Své chování totiž vždy upravujeme tak, aby bylo v souladu s naší kategorizací skupiny jako celku. Jen málo pozornosti jsme schopni, možná spíše chceme, věnovat individuálním náležitostem. Po takových myšlenkových pochodech můžeme předsudek dle G. Allporta (2004, 39) definovat jako *odmítavý až nepřátelský postoj vůči člověku, který patří do určité skupiny, jen proto, že do této skupiny patří, a má se tudíž za to, že má nežádoucí vlastnosti připisované této skupině.*

Takový postoj a následné chování je velice časté a v praxi mimořádně závažné. Mnohdy souvisí s takovými negativními vlivy, jako jsou například etnické konflikty, mezinárodní spory a rasové nepokoje. Jelikož jsou součástí lidské psychiky, jen obtížně bychom hledali národ či země, které jimi ve větší či menší míře nedisponují (Hayes, 2008).

**Jak předsudky vznikají?** Na tuto otázku je možné najít odpověď v publikaci Jana Průchy (2010), kde je uvedeno, že pro vývoj předsudků je důležité kulturní prostředí, do něhož člověk přichází. Právě v průběhu enkulturace jedinec přijímá jak pozitivní, tak negativní hodnoty, normy, tradice a obsahy dané kultury. Je tak jisté, že významnou roli hraje blízké okolí dítěte, tedy rodiče a blízké osoby, od kterých přebírá a poté si osvojuje etnické a rasové předsudky a je schopno mezi nimi rozlišovat již od raného věku. Toto tvrzení potvrzuje také názor významného sociologa A. Giddense (1999, in Průcha, 2010), který dle nálezů britské a severoamerické populace došel k závěru, že již tříleté a čtyřleté děti si uvědomují odlišné postoje spojené s rozdíly mezi bělochy a černochoy. Dokazují to také výzkumy v osmdesátých a devadesátých letech prováděných v USA, které zjistily, že rasové předsudky jsou možné nalézt již u dětí ve věku pěti let. Zajímavostí je, že jsou identifikovatelné jak u bělošských

dětí vůči černochům, tak i opačně. Z výzkumu vyplynulo, že veškeré rasové předsudky pramení ze sociokulturního prostředí, ve kterém dítě vyrůstá. Také se častěji objevují u rodin s nižším socioekonomickým statusem nebo u dětí, jejichž rodiče mají nižší úroveň vzdělání (Průcha, 2010).

Významný výzkum v této oblasti prováděl G. Allport s americkými středoškoláky. Jednalo se o reprezentativní soubor, ve kterém bylo celkově 3300 studentů SŠ ze všech oblastí Ameriky. Postupně těmto studentům pokládal několik otázek. Jednou z nich byla například otázka, je-li černoch příslušníkem nižší rasy. Výsledek ukázal, že 31% chlapců a 27% dívek zodpovědělo kladně. Na otázku, jestli si myslí, že černoši mohou být pro společnost stejně prospěšní jako jiné skupiny, odpovědělo „ne“ 35% chlapců a 28% dívek. Pověšiml si, že je předsudky velmi těžké zkoumat, neboť respondenty podvědomě ovlivňuje také formulace otázky, tedy, je-li v negativu, nebo pozitivu (Allport, 2004).

J. Průcha (2010) a N. Hayes (2008) vyzdvihují v rámci této problematiky především osobní kontakt jako aspekt pomáhající k eliminaci. Tvrdí, že právě osobní znalost za určitých okolností může vést k vyšší akceptaci členů dané skupiny. Mezi tyto podmínky může patřit například přibližně stejný sociální status, kooperace pro společný cíl a tento kontakt musí být dobrovolný a chtěný. Díky mnoha výzkumům bylo zjištěno, že právě kontakt s jedinci nebo skupinami daného národa, etnika, společenství je ve většině případů v záporné korelaci s předsudky.

A jak bychom mohli definovat **stereotyp**? P. Košťálová (2012, 34) tvrdí, že *termín stereotyp pochází z řeckého jazyka a obsahuje dva různé kořeny: stereos (pevný, tvrdý, neměnný) a typos (typ, forma, typó = tvořím, formuji). V 19. a 20. století byl termín stereotyp chápán jako prvek mechanicky se opakující, s určitým negativním nádechem, neboť samotná jeho neměnnost předznamenala negativní konotace. Novák (2002) uvádí, že pojem stereotyp byl do oborů společenských věd zaveden v roce 1922 W. Lippmannem a poprvé se objevil právě v jeho díle „Public Opinion“. Dle něj se jedná o zkratkovité představy o věcech, osobách, skupinách, institucích, přičemž tyto zkratkovité představy jsou připisovány všem jednotlivcům patřícím k dané skupině nebo třídě (Novák, 2002, 10).*

Stejně jako předsudky i stereotypy vznikají na bázi enkulturace a socializace a v jakékoli povaze stereotypu můžeme nalézt generalizaci, tedy určité zevšeobecnění. Jako příklad bych

mohla uvést například stereotyp, že Francouzi jsou galantní nebo Němci pečliví. Otázkou, která zde vyvstává, je, zda opravdu všichni a vždycky (Košťálová, 2012) (Novák, 2002).

G. Allport (2004) hovoří o stereotypech jako o silném přesvědčení, které je spojené s kategorizací. Jeho základní funkcí je ospravedlnění našeho chování právě vůči těmto vytvořeným kategoriím. R. Weinerová (2014) tato tvrzení doplňuje a uvádí, že právě stereotypy, díky kterým dochází ke stereotypnímu zevšeobecnění, pomáhají lidem se snadnější orientací v našem složitém a nepřehledném světě.

**Etnickým stereotypem** je myšlen způsob vnímání a hodnocení druhých, „jiných“ osob. Jedná se většinou o jakousi zjednodušenou představu o daném etniku nebo národě, neboť těmto příslušníkům, se kterými povětšinou máme minimální nebo žádnou zkušenost, připsáme jisté atributy, charakteristiky nebo vlastnosti. Vytváříme ze všech „jiných“ určitý druh anonymních částí v celku, které jsou snadno zaměnitelné. Tento proces je jakýmsi zjednodušením našeho vlastního obrazu světa, neboť se pro nás stane předvídatelnějším. Čím více se cítíme v ohrožení nebo v nebezpečí, tím více se opíráme o toto stereotypní chování a čerpáme z něj. Stereotyp je nástrojem etnické kategorizace, který podává komplexnější explanační různé předpoklady a zdůvodňuje jejich existenci. Sémanticky nadřazeným pojmem je pak slovo image, které značí obraz určité etnické skupiny, který se složen z vícero různých stereotypů a představuje tak jejich „národní charakter“. Tyto národní charaktery pak mohou být kodifikovány vlastními členy skupiny – autostereotypy nebo pomocí pohledu jiných – heterostereotypy (Košťálová, 2012). Celkově lze tedy říci, že stereotyp v nás vyvolává pocity bezpečí a chrání nás před jistým ohrožením. Přispívá také ke kohezi skupiny, neboť tak usnadňuje komunikaci a autoidentifikaci (Košťálová, 2012).

V této kapitole jsme se věnovali stereotypům a předpokladům, neboť tato problematika může ovlivnit každého jedince při výjezdu do cizí země a provázet tak proces kulturního šoku v jakékoli fázi i v jakékoli míře. V následujících řádcích se budeme zabývat kulturní identitou a vztahem jedince k domovu, neboť právě při pobytu v zahraničí hrají tyto fenomény značnou roli.

## **2.4 Kulturní identita**

Proces, kterým prochází každý jedinec ve svém životě při střetnutí se sociokulturním prostředím, nazýváme socializace. Jedná se o celoživotní fázi, která je typická osvojováním

si sociálních rolí, včleňováním se do společnosti a konkrétní sociální skupiny, osvojením si genderu aj. Navíc se také každé dítě rodí do kultury svých rodičů, kde si osvojuje daná kulturní specifika a podléhá kulturně podmíněným interpretacím. Mezi ně patří normy, hodnoty, vzorce chování, jež jsou charakteristické pro danou kulturu. Tento proces nazýváme **enkulturace** (Helus, 2011).

V rámci procesu enkulturace se utváří tzv. **kulturní identita**. Vychází ze skupinové identity a je definována jakožto vědomí si svojí příslušnosti k dané kultuře. Již dítě v mladším školním věku jí začíná postupně rozumět. Projevuje se především tehdy, když dítě přijde do kontaktu s příslušníky jiných kulturních prostředí – všimne si „jiných“ vnějších znaků a je zvědavé, proč je daný jedinec odlišný. U bilingvních dětí je zájem intenzivnější a může se projevovat trochu dříve, neboť se jich tato problematika více dotýká. Konfrontace dětí s jedinci jiných kultur vede k formování tolerance a umění interkulturní komunikace a interakce a napomáhá multikulturnímu rázu společnosti a myšlení (Morgensternová, Šulová a kol, 2007).

Identita je primárně produktem společenského diskurzu. Díky ostatním dostává jedinec zpětnou vazbu, což ho může vést ke změně a stabilitě jeho vlastní identity. Pokud se sociokulturní kontext, ve kterém jedinec žije, nemění, sílí stabilita jeho kulturní identity a dochází k uvědomění si, kdo jsem nebo kdo bych být měl v tomto světě a z jakého kulturního prostředí pocházím (Kroger, 2007).

Součástí formování kulturní identity je samozřejmě také rodina, ve které jedinec vyrůstá. Právě rodiče předávají svým dětem kulturní zkušenosti, které nasbírali v životě, a jsou posly kulturní kontinuity. Každá kultura má odlišné představy o předávání kulturní zkušenosti, výchově a co v ní celkově upřednostňovat (Morgensternová, Šulová a kol, 2007).

Určitým způsobem se to může zdát paradoxní, ale právě v období, kdy je jedinec v jiném kulturním prostředí, sílí a stoupá smysl a hodnota pojmu **domov**. Cestuje-li člověk na krátkou dobu a je-li stále v doprovodu svého spolucestujícího ze stejného kulturního prostředí nebo pobývá v hotelových komplexech, je stále v jakémsi ochranném obale před cizím prostředím. Jede-li však někde na delší dobu, třeba sám, většinou se tyto ochranné faktory neobjeví nebo po krátké době zaniknou. Člověku se tak začne velmi stýskat po domovině a může dojít k námi již zmiňovanému a definovanému kulturnímu šoku. V takových momentech se však cizinec v nové zemi snaží o vyhledávání všeho, čemu rozumí, a o lpění na tom, co je mu vnitřně blízké. Snaží se tak o propojení s kontinuitou vytvořenou ve své

domovině, neboť díky ní je možno rozpoznat, co je přátelské, co je nepřátelské, dobré či zlé, bezpečné, nebezpečné a podobně (Morgensternová, Šulová a kol, 2007).

V souvislosti s identitou úzce souvisí pojem domov. Co je ale vlastně domov? Tento pojem je velmi těžce jednoznačně definovatelný, už jen kvůli jeho subjektivitě a možnosti abstrakce. Bývá však většinou spojen s lokalitou, ve které jedinec žije. Může se však taky jednat o geografickou zvláštnost (př. hory), předměty a osoby (Morgensternová, Šulová a kol, 2007). Dle Morgensternové, Šulové a kol (2007, 52) je *domov charakteristický pocity*:

- *Přijetí*
- *Kontroly nad děním*
- *Bezpečí*
- *Pohody*
- *Regenerace*
- *Zakořeněnosti*

Konvenční představou je, že si lidé domov spojují s místem, z kterého pocházejí. Je-li jedinec po určitou dobu mimo své kulturní prostředí, může dojít k tomu, že mu domov chybí. Právě při výjezdech dochází k zesílení vnímání a oceňování hodnoty domova (Morgensternová, Šulová a kol, 2007).

Existuje však také „síťovost“ domoviny, což označuje proces, který značí, že domov není pouze na jednom místě, ale v průběhu života se rozprostírá, což je dnes díky vysoké míře globalizace časté. V takovém případě je důležité vědět, že již zmíněné charakteristické faktory (přijetí, bezpečí, pohoda apod.) jsou propojovány s domovem kdekoli na světě, u každého jedince však v jiné míře na základě jeho vlastních potřeb. Bezpochyby každý z nás potřebuje někam patřit. Pro někoho je dostačující malý prostor s pár kamarády, což může být kdekoli na světě. Potřeba dalšího člověka může spočívat v kontaktu s rodným jazykem. Zde už se pole možností zužuje (Morgensternová, Šulová a kol, 2007).

V předchozích odstavcích jsme se věnovali kulturní identitě a s ní provázané problematice domova. Právě tyto fenomény provázejí jedince při výjezdu do cizích a kulturně odlišných krajů a ovlivňují proces kulturního šoku. Následně si představíme fenomén mezinárodního dobrovolnictví.

### 3 MEZINÁRODNÍ DOBROVOLNICTVÍ

V závěru naší teoretické části se zaměříme na definování mezinárodního dobrovolnictví, osoby dobrovolníka a vymezení afrického prostředí. V neposlední řadě zmíníme také výzkumy, které se zabývaly podobným tématem, jako se zabýváme my v naší práci.

„*International volunteering*“ (v překladu do jazyka českého mezinárodní dobrovolnictví) se v posledních letech rychle rozvíjí a je v dnešní době čím dál častější. Bohužel je o této problematice stále málo sepsané a dostupné literatury, ať už zahraniční, nebo domácí. Po většinou se jedná spíše o články mezinárodních dobrovolníků, které umísťují na své blogy nebo fóra.

Mezinárodní dobrovolnictví je tvořeno dvěma slovy. Pojmem mezinárodní je myšleno vykonávání činnosti za hranicemi státu, z něhož daná osoba přichází, tedy napříč světem. Pojem dobrovolnictví si blíže definujeme pro lepší porozumění danému pojmosloví.

**Termín dobrovolnictví** nemá stále přesně ujasněnou formu, základní terminologii ani definici. České zdroje vymezující dobrovolnickou činnost uvádí, že v české společnosti je dobrovolnictví vnímáno stále s negativní konotací. Toto tvrzení bychom mohli podložit například výpovědí české redaktorky o tom, co je to dobrovolnictví, kterou uvádí Tošner a Sozanská (2002, 50) ve své knize: „*No to jsou ekologičtí aktivisti, co se přivážou řetězem k bráně elektrárny, no a potom taky ty báby, co uklízejí v kostele.*“ Nebo také postojem rodičů vůči dítěti, které vykonává dobrovolnictví, kteří se jej ptají, proč tam chodí a dělá něco takového zadarmo, když by klidně mohl dělat něco za peníze, třeba doučovat. Dle autorů plyne takové skeptické smýšlení Čechů především z historie (Tošner, Sozanská, 2002).

Tošner a Sozanská (2002) tvrdí, že dobrovolnictví je projev občanské zralosti, neboť právě dobročinnost je jedna z občanských ctností. Kořeny této činnosti sahají hluboko do křesťanské a židovské morálky. A ač si to mnozí nepřipouští, provází v životě každého, neboť zde spadá také pomoc rodině, sousedům, kamarádům apod. Existuje také dobrovolnictví, které probíhá v daných organizacích a které posiluje veřejnou prospěšnost. To nazývá Wilson a Musick (2008) formálním pomáháním. Dle nich není dobrovolnictví pouze na bázi reciproční výměny služeb mezi lidmi, ale zařazují jej také do byrokratické a organizační sféry, která je charakterizována organizovanou a řízenou činností vedoucí k dosahování společných cílů a vzájemné spolupráci. Dá se tedy tvrdit, že dobrovolnictví poskytuje osobě

dobrovolníka pocit smysluplné pomoci a podpory jedinci, který ji potřebuje. Navíc také člověka obohacuje o zkušenosti a dovednosti. Není obětí, jak si mnozí myslí (Tošner, Sozanská, 2002).

Dobrovolnická činnost není pouze výrazem individuálního zájmu nebo spontánního výsledku života komunity, ale často se jedná o organizovanou a plánovanou činnost nebo o objekt vytvořený v rámci politiky. Základem pro tuto směsici organizovanosti a dobrovolnosti je prosociální chování. V důsledku tohoto všeho je dobrovolnictví velmi zajímavým fenoménem (Dekker, Halman, 2003).

Dobrovolnictví je charakterizováno fenoménem pomoci, který je součástí lidského citění, myšlení a poté i praktického chování. Díky tomu jsme schopni uvažovat o míře humanity člověka, neboť právě v pomoci druhému dokáže identifikovat schopnosti a možnosti sám v sobě, díky nimž je pomáhání přirozenou potřebou jedince jako takového (Brnula, Kusin, 2013).

**Fenomén pomoci** úzce provází otázku smyslu pomáhání. Má vůbec smysl pomáhat? Paní Gomba (2003) ve své knize uvádí, že pokud nám přijde otázka pomoci druhým zpochybnitelná, je na místě ptát se na ni lidí, kteří přišli například během záplav o střechu nad hlavou, těch, kteří žijí v nedostatku jídla, vody, základních hygienických potřeb apod. Také dodává, že zpochybnění pomoci a postavení si „zdi“ před takovými smutnými příběhy je pohodlnější a snadnější, neboť tak nedochází k ovlivnění našich spokojených životů. To souvisí s otázkou sobeckosti a vůbec sobeckosti našich genů. Dodává však, že pomáhání je součástí lidské přirozenosti a vždy bude vykonávání dobrých činů, které pomáhají druhým, patřit mezi základní životní potřeby člověka.

Osoba, která dobrovolnictví vykonává, se nazývá **dobrovolník/dobrovolnice**. Jedná se o jedince, který investuje svůj čas, energii, vědomosti, znalosti a další vlastnosti ve prospěch jiných lidí bez záměru získat materiální či finanční odměnu (Tošner, Sozanská, 2002). Přestože je dobrovolnictví neplacenou činností, přináší s sebou také určité odměny. Mohli bychom je rozdělit na vnější a vnitřní. Mezi ty vnitřní lze zařadit osobní uspokojení, pocit smysluplnosti a užitečnosti. Mezi ty vnější třeba bonusy nebo jisté formy benefitů. Někdy je však odměnou dobrovolníkovi také poděkování, ať už ze strany člověka, kterému pomáhá, nebo organizace, pro kterou dobrovolnickou činnost vykonává (Mlčák, Zášková, 2013).



**Mezinárodní dobrovolnictví** lze charakterizovat terminologií, kterou jsme zde uvedli k pojmu dobrovolnictví, avšak k tomu musíme přidat skutečnost, že tato činnost probíhá za hranicemi státu daného dobrovolníka. Pro tento druh dobrovolnictví je nutné, aby fyzická osoba při výjezdu dosáhla osmnácti let. Převyšuje-li jedinec věk sedmdesát pět, je nutné, aby zažádal o svolení k výjezdu danou organizaci, která výjezd osoby s vyšším věkem musí schválit (Lonely Planet, 2007). Zde můžeme spatřit rozdíl ve srovnání s dobrovolnictvím v naší zemi, neboť v České republice může tuto činnost vykonávat podle zákona č. 198/2002 Sb. o dobrovolnické službě, fyzická osoba starší patnácti let (Česko, 2002).

Zákon dále vymezuje, že jedná-li se o krátkodobou dobrovolnickou službu v České republice, je nutné, aby bylo mezi dobrovolníkem a organizací sjednáno místo, předmět a doba dobrovolnické činnosti. U dobrovolnické činnosti v zahraničí je to jiné, neboť je nutné, aby byla sepsána písemná smlouva mezi vysílající organizací a dobrovolníkem. Nutnými údaji ve smlouvě jsou jméno, příjmení, datum narození, rodné číslo, trvalý pobyt a název a sídlo vysílající organizace. Důležité také je, aby byl dobrovolník předem zcela seznámen se skutečnou povahou dobrovolnictví a případnými riziky, ubytováním aj. S tím souvisí také povinnost vysílající organizace uzavřít dobrovolníkovi pojistnou smlouvu, která by pokryla škody na zdraví a na majetku v případě potřeby. Poslední povinností organizace je zaručit a obstarat, aby byla dobrovolnická služba vykonávána v podmínkách neohrožujících jedincův život nebo zdraví (Česko, 2002).

Lonely Planet (2007) uvádí, že jsou lidé z celého světa fascinováni mezinárodním dobrovolnictvím, protože jim nabízí možnost nabytí zkušenosti, poznat nová kulturní prostředí, nové lidi, ale i sama sebe. Dále pak poskytuje příležitost k osobnímu rozvoji a rozvoji jejich dovedností. Jedinci také mohou vykonávat dobrovolnickou činnost sami a potkat lidi z různých koutů světa nebo třeba cestovat se svým kamarádem nebo kamarádkou. I tak však dochází k posílení interkulturní komunikace. Dobrovolníci, kteří se na výjezd chystají, mohou vykazovat různé emoční prožívání, které doprovází otázky, zda budou v dané zemi prospěšní, budou schopni tam jako dobrovolníci pomoci nebo za kratší dobu vůbec něco změnit apod. To samozřejmě ovlivňuje také jejich sebehodnocení.

Mezinárodní dobrovolnictví má dvě formy. Jednou je tzv. *volunteering plus*, které je charakteristické organizovaným dobrovolnictvím v zahraničí v kombinaci s cestováním po dané zemi. To znamená, že dobrovolník vykonává dobrovolnictví po určitou dobu a poté určitou

dobu cestuje a poznává zemi. Druhou formou je tzv. *volunteering holidays*, Zde dochází k propojení dobrovolnické činnosti s prázdninami. Z toho také vznikl pojem, který se těžce překládá do českého jazyka, *voluntourism* (Lonely Planet, 2007).

Robin Ujfaluši (2012) spojuje mezinárodní dobrovolnictví s mezikulturním vzděláváním, které nabízí mnoho možností. Uvádí, že ročně je to asi 1 100 dobrovolníků z Česka, kteří vyjíždějí do zahraničí, a 600 cizinců, kteří naopak zase přijíždějí vykonávat dobrovolnickou činnost do České republiky. Mezinárodní dobrovolnictví tak podtrhuje důležitost občanské společnosti napříč společnostmi a přidává k tomu hodnotu zkušenosti s prací v mezinárodním týmu nebo třeba intenzivního mezikulturního poznání.

Jelikož bychom mohli dobrovolnictví zařadit také mezi pomáhající profese, je potřeba neopomenout, že zákon nám vymezuje, co je potřeba z hlediska vztahu dobrovolníka a vysílající organizace, popř. přijímající organizace učinit. Avšak již dále zákon ani jiné dostupné instruktaže pro organizace přesně neuvádějí, že součástí takové pomáhající činnosti jsou supervize a důležitostí je také osobnost dobrovolníka a jeho vztah k lidem v nové zemi a novému kulturnímu prostředí. Kopřiva (2006) uvádí, že základem pro práci s potřebnými je pro daného pomáhajícího výcvik a supervize, dále schopnost vlastní reflexe, kterou je možné rozvinout za pomoci sebezkušenostní skupiny, a absolvování dalších dovedností, jako jsou asertivita, focusing apod. Supervize je definována jako „dohled“ nebo „dozor“. Klade důraz na řešení problému jedince, vcítění se, projevení a sdílení pocitů. Na prvním místě je vztah a komunikace. Má funkci vzdělávací, řídicí a podpůrnou. Napomáhá k porozumění (Hawkins, Shohet, 2004).

### **3.1 Prosociální chování**

Jak již bylo výše zmíněno, dobrovolnictví je charakteristické **prosociálním chováním**. Právě tento typ chování provází lidské dějiny snad od samého počátku a je typické pro všechna kulturní prostředí. Faktem je, že má postupný vývoj, který vede od pasivního přijímání přes překonání egocentrismu až k onomu prosociálnímu chování (Mlčák, Záškodná, 2013).

Výrost a Slaměník (2008) vymezují tento druh chování jako typ sociálního chování, které přináší užitek druhým lidem. Jedná se tedy o pomáhající jednání, které je vykonané ve prospěch druhého jedince nebo skupiny jedinců. **Altruismus** je brán jako druh prosociálního

chování, při kterém pomáhající neočekává zisk, odměnu nebo opětování a někteří autoři ho spojují se sebeobětováním. Někdy jsou tyto dva pojmy definované tak, že prosociální chování je považováno za vzorec chování, altruismus jako motivace. Bierhoff (2002) uvádí, že prosociální chování je takovým chováním, které se soustřeďuje na pomoc druhému v zlepšení současné situace. Motivační činitel pomáhající osoby je především v pocitu sebeuspokojení. Altruismus je pak součástí prosociálního chování, neboť má doplňkový charakter. Pro pomáhajícího je charakteristická altruistická motivace projevovaná zájmem o druhé a empatií.

Již výše uvedené naznačuje, že pojem prosociální chování se může lišit na základě pojetí autorů a jeho vymezení je tak nejednotné a nejednoznačné. Výrost a Slaměník (2008) udávají jako vysvětlení to, že se stále vedou diskuze nad tím, zda existuje jiné chování, které by bylo typické nezištností a motivováno pouze pohnutkou pomoci druhým. Na čem se však autoři většinou shodují, je to, že širším pojmem je prosociální chování a altruismus je jeho druh.

**Proč tedy člověk pomáhá?** Proč se sebeobětuje, když mu to nepřinese odpovídající zisk? Právě tyto otázky se snaží zodpovědět sociální psychologie. Klasický behaviorismus tvrdí, že pokud není chování odměňováno, vyhasíná. Dalo by se tedy usuzovat, že prosociální chování je vrozené, popřípadě zabudované do motivační konstrukce jedince, která vznikla v procesu socializace. V dnešní době se sociální psychologové přiklánějí k tomu, že původ prosociálního chování je v prostředí a výchově. I když existují také psychologové, kteří si kladou otázku, zda ryzí altruismus nebo prosociální chování vůbec existuje (Výrost, Slaměník, 2008).

Na vysvětlení proč člověk pomáhá, se někdy využívá také teorie sociální výměny, která uvádí, že mezi jedinci v rámci sociální interakce probíhá výměna služeb, sympatií, lásky a také pomoci. To ale proběhne až po zvážení vynaloženého úsilí a předpokládané odměny. Tou může být nejen dobrý pocit z pomoci druhým lidem, ale také sebeuspokojení. Zajímavým poznatkem je, že sebeuspokojení jedince je do značné míry vyšší, když je prosociální chování nepříjemné nebo nebezpečné (Výrost, Slaměník, 2008).

Tato vymezení a atributy prosociálního chování jsou charakteristické fenoménu dobrovolnictví. To můžeme ještě doložit tvrzením L. A. Pennera (2002, in Mlčák, Zášková, 2013), který uvádí, že dobrovolnická činnost je dlouhodobé a plánované prosociální chování.

## 3.2 Motivace dobrovolníků

Do problematiky dobrovolnictví samozřejmě spadá také motivace samotných dobrovolníků. Plháková (2003) definuje motivaci jako soubor intrapsychických dynamických sil, které vedou organismus k aktivizaci a zároveň organizují chování a prožívání jedince a které si kládou za cíl dosáhnout něčeho pozitivního.

**Motivace k dobrovolnictví** je velmi rozmanitá problematika. Díky ní ale můžeme dojít k porozumění pro jednání dobrovolníka samotného. Rozklíčování také může napomoci k pochopení, proč se někteří jedinci vůbec dobrovolníky stávají nebo proč někteří činnost naopak ukončují (Mlčák, Zášková, 2013).

Bierhoff (2002) uvádí vymezení motivace u dobrovolníků na základě funkcionalistického přístupu. Řadí sem čtyři funkce, mezi které patří stránka vědomostní (snaha porozumět prostředí a světu), sociálně adjustační (normy společnosti), ego – defenzivní (potřeba ochrany jedince před vzhledem do vlastního já) a hodnotově expresivní (přijaté hodnoty).

Mezinárodní dobrovolnictví poskytuje přínosy pro samotné dobrovolníky, které pro ně mohou být jistou motivací. Lze sem zařadit lepší pochopení mezinárodních souvislostí a jiných kulturních perspektiv, zlepšení jazykové výbavy, osamostatnění se od rodičů, emancipace vlastní osobnosti a nabytí zkušeností. Dále pak také nabízí vzhled do daného kulturního prostředí, který je mnohem intenzivnější a hlubší, než kdyby jedinec cestoval jako turista. Navíc do země něco přináší a nechává sám ze sebe a u domorodců bývá přijímán vřeleji. Přínos je také pro samotnou společnost, zejména v oblasti konkurenceschopnosti zemí, a to i pro tu, ve které dobrovolnickou činnost vykonává, tak i pro tu, ze které vyjíždí, neboť zpět dobrovolník „veze“ inovativní nápady, nové myšlenky, zkušenosti, vyšší jazykovou vybavenost a je dokázáno, že dobrovolník, který se pak vrací, povětšinou pokračuje v dobrovolnické činnosti i ve své zemi (Ujfalusi, 2012).

## 3.3 Mezinárodní dobrovolnictví v Africe

Jak jsme již uvedli, mnozí autoři dávají dobrovolnictví do spojitosti s občanskou odpovědností. Tomáš Tožička a kol (2007) apelují také na občanskou odpovědnost v globálním světě chudoby. Uvádějí, že se chudoba stále zvyšuje a s ní přicházejí také určité problémy. Česká republika se do boje proti chudobě zapojila také a to díky projektu Česko proti chudobě v rámci Globální výzvy k akcím proti chudobě (GCAP) a podporuje tzv. Rozvojové cíle

tisíciletí. Kampaň se snaží rovněž zvyšovat povědomí o globálních problémech a kontextech. A právě dobrovolníci těmto projektům pomáhají. Autoři dále uvádějí, že nelze tolerovat porušování práv u nás ani na jiném kontinentě a jak je důležitá participace občanů, a tvrdí, že *abychom dosáhli svých práv a spravedlnosti, musíme se zajímat a podporovat práva našich sousedů. Ať již jsou to lidé z naší ulice, z nějaké marginalizované skupiny, z příměstského ghetta nebo z jiného kontinentu* (Tožička a kol, 2007, 6).

**Mezinárodní dobrovolnictví v Africe** nemá ujasněnou strukturu a bohužel se doposud objevuje jen zřídka v literatuře a dostupných zdrojích. Pro dobrovolníky však může být africké prostředí něčím úplně novým a neznámým, a proto zde také mohou projít kulturním šokem. Kučera (2015) tvrdí, že rozdíl v míře kulturního šoku je u jedinců, kteří přijíždějí z vyspělých zemí a mezi těmi, kteří se vracejí ze zemí třetího světa, rozvojového světa. Bývá tomu tak často proto, že znají úplně jiný způsob života a jiné kulturní prostředí.

Jak jsme již zmínili v minulé kapitole, jsou projekty, které se rozvojovému světu snaží pomoci a v nichž působí právě také mezinárodní dobrovolníci. Tyto projekty jsou zaměřené na odstranění extrémní chudoby a hladu, dosažení základního vzdělání pro všechny, prosazování rovnosti pohlaví a posílení ženské role, zlepšení zdraví a snížení úmrtnosti, boj s malárií, HIV/AIDS a dalšími nemocemi a na dlouhodobě udržitelný stav životního prostředí (Tožička a kol, 2011)

A právě výše vymezené jevy jsou problematikou, se kterou se mezinárodní dobrovolník vyslaný do afrického prostředí může setkat a každodenně s ní žít. Bohužel nelze nikde nalézt žádné přehledy, které by nám prozradily více o prožívání takového kulturního šoku na africkém kontinentě nebo nás připravily na tuto odlišnou kulturu. To je právě důvod, proč se tím zabýváme v naší práci my.

Mezi **organizace**, které vysílají české mezinárodní dobrovolníky, patří například mezinárodní studentská organizace AISEC, Centrum narovinu, ADRA a Lékaři bez hranic.

## 4 VÝZKUMY SOUVISEJÍCÍ S PROBLEMATIKOU

Jelikož jsme v rámci námi dostupných zdrojů nevyhledali žádný zahraniční a ani český výzkum, který by se primárně zabýval kulturním šokem u mezinárodních dobrovolníků v Africe, vycházeli jsme z výzkumů, které jsou našemu tématu nejbližší.

Jako první je možno zmínit teorii ABC (Affect, Behaviour, Cognition), která byla vytvořena díky Berryho akulturační teorii. Jedná se snad o nejkompexnější koncept kulturního šoku. Výsledkem jsou tři teorie – stres a coping (emoce), kulturní učení (chování) a sociální identifikace (kognice). Z počátku jedinec v nové kultuře rozvíjí své copingové strategie, ve druhém kroku si osvojuje určité sociální dovednosti a v posledním může dojít až ke změnám kulturní identity uvnitř osobnosti (Yue, Le, 2012).

Dále uvádíme studii, která byla zaměřená na repatriační šok a vypracovali ji výzkumníci Christofí a Thompson v roce 2007 – „You cannot go home again“. Studie je zaměřena na jedince, kteří se po návratu ze zahraničí do své země rozhodli svou domovinu opustit. Centrální tematikou práce je prožívání návratu domů. Výsledkem kvalitativního zkoumání je pět kategorií – konflikt vs. smíření, realita vs. ideály, svoboda vs. omezení, změny vs. stabilita, pohodlí vs. nepohodlí. U první kategorie byl popsán vztah k zemi a kultuře, které byl jedinec vystaven. Respondenti zde uvedli, že pro ně domovina nebyla uspokojivá, což předcházelo vnitřnímu konfliktu v jejich osobě. U druhé šlo o očekávání, která jedinec od domova měl, v kontrastu k realitě. Ve třetí se jednalo o svobodu v domovské kultuře, ve čtvrté o změnu prožívanou respondentem a v páté, poslední, byly popsány obecně pocity a emoce z obou kulturních prostředí. Celkově se jedinci popsali jako stojící jednou nohou ve své domovině a druhou nohou v druhé kultuře, ze které se vrátili (Christofí, Thompson, 2007).

Repatriačním šokem se zabývala také Lucie Chladová ve své bakalářské práci s názvem „Repatriační šok u studentů oboru MESOHUP po návratu ze zahraničních praxí“ v roce 2014. Výzkum byl prováděn polostrukturovanými rozhovory a analyzován interpretativní fenomenologií. Výzkumný soubor tvořilo 8 respondentů, avšak z etických důvodů, které jsou v práci uvedeny, nelze zjistit, ve kterých zemích respondenti pobývali. Víme jen, že pobyt byl delší než tři měsíce a že se jednalo o země s výrazně odlišným kulturním prostředím. Výsledkem práce jsou čtyři hlavní témata – reflexe prožitého období, coping, vztahy mezi studenty oboru a osobnostní a profesní změny. Návrat do domoviny byl pro studenty problematický, avšak byli si vědomi profesního i osobnostního růstu a nabytých zkušeností.

Bylo u nich potvrzeno redefinování hodnot, dále problém se znovunavázáním kontaktu v České republice a zvýšená kritika ke svému okolí (Chladová, 2014).

Poslední výzkum, který zde uvedeme, se věnoval zkušenostem mezinárodních dobrovolníků v Keni z roku 2015. Byl součástí bakalářské práce Elišky Surmařové. Jednalo se o terénní výzkum realizovaný v Keňské republice, který zahrnoval devět respondentů. Probíhal kvalitativní cestou za pomoci polostrukturovaných interview. Analyzováním za pomoci otevřeného kódování vzniklo šest kategorií, které byly pojmenovány za pomoci poutavých názvů. Mimo jiné bylo zjištěno, že mezinárodní dobrovolníci prožili v Keni kulturní šok a měli problémy s adaptací v odlišném kulturním prostředí (tradice, zvyky, jazyk, jídlo, hodnoty, doprava, stereotypy o běloších). Dále pak, že dobrovolníci vnímají potřebu dobrovolnictví v této zemi, neboť se dle nich jedná o svět chudoby (př. slumy). Mezi jevy, které jim adaptaci ztěžovaly, patřil život ve slumech, smýšlení o běloších, neschopnost Keňanů plánovat a keňská mentalita. Přesto však dobrovolníci uvedli, že i přes tyto komplikace se jednalo o životměnící nepřenositelnou zkušenost, která měla více výhod než nevýhod (Surmařová, 2015).

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**



## 5 METODOLOGIE VÝZKUMU

Naše práce se zabývá atributy kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků působících na africkém kontinentě. V první části naší práce jsme se zaměřili na teoretické ukotvení naší problematiky. Vymezili jsme téma z pohledu psychologické antropologie, do které spadá, a dále jsme definovali základní pojmosloví, které spatřujeme jako důležité v porozumění dané tématice. Dále pak se jednalo o kulturní šok, jeho fáze, predispozice k němu a jeho zvládání. Vymezili jsme také problematiku kulturní identity a dále stereotypů a předsudků. V poslední kapitole jsme se věnovali mezinárodnímu dobrovolnictví, prosociálnímu chování, motivaci dobrovolníků, mezinárodnímu dobrovolnictví v Africe a výzkumům, které byly zaměřeny na související problematiku. V následující části se budeme věnovat výzkumu, který jsme realizovali v rámci této bakalářské práce.

Naším klíčovým tématem jsou atributy kulturního šoku u dobrovolníků, kteří se rozhodli využít možnosti mezinárodního dobrovolnictví v Africe. Hlavním cílem práce je prozkoumat atributy kulturního šoku, které se objevily u těchto dobrovolníků působících na africkém kontinentě. Z formulace výzkumných otázek, cílů a celkově tématu, což budeme představovat v následujících kapitolách, vyplývá, že jsme nemohli zvolit jiný než kvalitativní přístup. K tomu nás vedl také fakt subjektivního prožívání a jedinečnosti fenoménu kulturního šoku samotnými mezinárodními dobrovolníky.

Toto téma bylo vybráno také s ohledem na již realizovaný výzkum, který proběhl terénně v Keňské republice a byl zaměřen na zjištění zkušenosti mezinárodních dobrovolníků v této africké zemi (Surmařová, 2015). Z jeho výsledků vyplynula potřeba výzkumu na téma kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků. Tím se právě v této práci zabýváme a zaměřili jsme ji na africký kontinent.

Výzkum byl proveden kvalitativní cestou za pomoci polostrukturovaného interview se šesti českými mezinárodními dobrovolníky, kteří pobývali více jak tři měsíce v Africe a vykonávali zde dobrovolnickou činnost. Pro zvýšení kvality našeho výzkumu jsme se obrátili také na koordinátory mezinárodních dobrovolníků a požádali je o sepsání jejich zkušeností. Tito koordinátoři jsou obyvatelé Afriky a starají se o mezinárodní dobrovolníky, kteří tam vyjíždějí na dobrovolnické projekty. Jako poslední jsme využili také reflexi výzkumníka.

V následujících kapitolách se podrobně zaměříme na popsání metodologie našeho výzkumu. Budeme se tedy věnovat výzkumnému problému, výzkumným otázkám a cílům, pojetí výzkumu, metodě sběru dat, vzorkování a samotné realizaci, kam jsme zařadili také možná omezení výzkumu a jeho etickou stránku.

## **5.1 Výzkumný problém**

Výzkumným problémem naší práce jsou atributy kulturního šoku. Zkoumáme je u dobrovolníků, kteří si vybrali pro své mezinárodní dobrovolnictví africký kontinent. Zaměřujeme se na subjektivní prožitky mezinárodních dobrovolníků v procesu příjezdu do odlišného kulturního prostředí i návratu zpět do své domoviny a na samotnou zkušenost s kulturním šokem a adaptací. Výběr výzkumného problému vyplývá z osobních a profesních zkušeností.

Problematika kulturního šoku se objevuje zřídka i ve výzkumné oblasti, kde se aktuálně nejvíce vyskytuje tento jev u studentů v rámci programu ERASMUS, nebo jsou studie zaměřeny například na repatriační šok u studentů vyjíždějících do zahraničí apod. Výzkumy, ze kterých jsme vycházeli a jsou našemu tématu nejbližší, jsme popsali v poslední kapitole naší teoretické části práce. Z již uvedeného a z dostupných zdrojů vyplývá, že fenomén kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků v Africe není zcela zakotven ani popsán v literatuře zahraniční ani tuzemské.

Na základě výše uvedeného a s přičtením osobních a profesních zkušeností jsme se rozhodli této tématice otevřít prostor a danou problematikou se zabývat hlouběji. Domníváme se, že si zaslouží pozornost už třeba z toho důvodu, že zájem o mezinárodní dobrovolnictví stále roste, neboť nabízí jedincům spoustu příležitostí. A také proto, že Afrika je stále z větší části brána jako rozvojový kontinent, kde je pomocná síla dobrovolníků nejen v rámci kampaní v boji proti chudobě stále využívána. Výsledky mohou být využity především pro sepsání příručky, která by mohla napomoci mezinárodním dobrovolníkům seznámit se s odlišným kulturním prostředím, s nímž se v Africe mohou setkat, a překonat kulturní šok a lépe se adaptovat do africké země, případně je upozornit na situace, které s sebou výjezd do Afriky může přinést a poskytnout jim návod na možné vyrovnávací se taktiky. Závěry by mohly napomoci také koordinátorům mezinárodních dobrovolníků jak u vysílajících organizací, tak u přijímacích v tuzemsku a po možném překladu do anglického jazyka také v zahraničí,

respektive v Africe, při práci s mezinárodními dobrovolníky v návaznosti na proces kulturního šoku, copingových strategií a adaptace.

Pro výzkum jsme zvolili kvalitativní pojetí, o kterém budeme blíže mluvit v jedné z dalších kapitol. K tomuto pojetí se váže také fakt, že výsledky práce není možné zobecnit, což je třeba již na začátku naší práce uvést. To však vyplývá již z předpokladu, že prožívání kulturního šoku je individuální proces, který může být ryze subjektivní. Proto se také snažíme zkoumat dané atributy, což by mohlo napomoci porozumět, co je podstatou jevu.

## **5.2 Výzkumné otázky**

Po vymezení výzkumného problému je dalším krokem stanovení si výzkumných otázek. Výzkumné otázky jsou velmi důležitou složkou každého výzkumu. Jelikož není možné, aby jeden výzkumník probádal celou oblast zkoumané problematiky, jsou zde právě výzkumné otázky, které mu napomohou zúžit problém na určitou oblast a vymezit jeho hranice tak, aby byla možná jeho reálná zkoumání (Strauss, Corbinová, 1999).

Hendl (2016) tvrdí, že výzkumné otázky jsou otázky, které výzkumníci musí vhodně zpracovat a promyslet, neboť udávají, co je nutné zodpovědět, aby bylo možno dosáhnout stanoveného cíle. Dále uvádí, že je zapotřebí výzkumné otázky propojit s teorií, aby měly v důsledku výzkumnou hodnotu. Všechny zmíněné body jsme se snažili dodržet. Následovali jsme také doporučení Řiháčka a kol (2013), kteří vyzdvihují to, že výzkumné otázky by neměly být moc široké a ambiciózní. Uvádí, že v rámci kvalitativního výzkumu je kladen důraz na to, aby otázky explorovaly, nikoli objasňovaly. Důraz je zde kladen na porozumění jevu a užívají se často slova jako „zkušenost“ nebo „prožitek“.

Výše uvedená doporučení autorů jsme se snažili respektovat, a tak jsme v rámci našeho výzkumu vytvořili jednu ústřední neboli hlavní výzkumnou otázku a několik dílčích, které z hlavní vycházejí. V rámci zkoumané problematiky jsme kladli důraz na to, aby otázky směřovaly do hloubky problému a zároveň našemu výzkumu daly hranice a jistou koherenci. V neposlední řadě také na to, aby rozvíjely zkoumanou tematiku.

### **Ústřední výzkumná otázka:**

- Jaké jsou atributy kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe?

### **Dílčí výzkumné otázky:**

- Jaké jsou motivy mezinárodních dobrovolníků pro výběr afrického kontinentu?
- Jak byli mezinárodní dobrovolníci působící v Africe připraveni na kulturní šok?
- Jak prožili mezinárodní dobrovolníci působící v Africe fáze kulturního šoku?
- Jak prožívali mezinárodní dobrovolníci adaptaci do dané africké země?
- Jak prožívali mezinárodní dobrovolníci kulturní šok v Africe v souvislosti s jejich psychosomatickou stránkou?
- Jaké jsou zkušenosti koordinátorů dobrovolníků v Africe s průběhem kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků?
- V čem spatřují mezinárodní dobrovolníci pozitivní ovlivnění ve fázi přizpůsobení se prostředí v dané africké zemi?
- V čem spatřují mezinárodní dobrovolníci negativní ovlivnění ve fázi přizpůsobení se prostředí v dané africké zemi?
- Jak se projevuje kulturní identita mezinárodních dobrovolníků vůči jejich domovině?
- Jaká jsou doporučení dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe dalším zájemcům pro úspěšné zvládnutí kulturního šoku?

Po formulaci výzkumných otázek můžeme pokračovat ve vymezení výzkumných cílů, které jsou neoddělitelnou složkou výzkumu, neboť se zaměřují na to, čeho chce práce dosáhnout.

### **5.3 Výzkumné cíle**

Výzkumné cíle spolu s výzkumnými otázkami napomáhají udržet směr výzkumu a dávají mu jistý rámec. V našem výzkumu jsme definovali jeden hlavní výzkumný cíl a několik dílčích výzkumných cílů, které z ústředního vycházejí. Co je tedy našim cílem?

#### **Hlavní výzkumný cíl**

- Vyzkoumat atributy kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe.

#### **Dílčí výzkumné cíle**

- Zjistit motivy mezinárodních dobrovolníků pro výběr afrického kontinentu.
- Zjistit připravenost mezinárodních dobrovolníků na kulturní šok v Africe.

- Zjistit prožívání fází kulturního šoku mezinárodních dobrovolníků působících v Africe.
- Zjistit prožitky mezinárodních dobrovolníků v rámci adaptace do dané africké země.
- Zjistit prožívání kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků v Africe v souvislosti s jejich psychosomatickou stránkou.
- Vyzkoumat zkušenosti koordinátorů mezinárodních dobrovolníků v Africe s průběhem kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků.
- Vyzkoumat faktory, které spatřují mezinárodní dobrovolníci ve fázi přizpůsobení se prostředí v dané africké zemi jako pozitivní.
- Zjistit faktory, které spatřují mezinárodní dobrovolníci ve fázi přizpůsobení se prostředí v dané africké zemi jako negativní.
- Vyzkoumat projevy kulturní identity mezinárodních dobrovolníků vůči jejich domovině.
- Zjistit doporučení mezinárodních dobrovolníků pro úspěšné zvládnutí kulturního šoku pro další zájemce.

Po manifestaci zkoumaného problému, vymezení výzkumných otázek a cílů jsme schopni dále pokračovat v definování pojetí našeho výzkumu. Právě tím se budeme zabývat v následujících řádcích.

## 5.4 Pojetí výzkumu

Jelikož se v našem výzkumu snažíme o získání subjektivních elementů, zkušeností a prožitků a dále pak s ohledem na výzkumné otázky a cíle jsme se rozhodli pro **kvalitativní** cestu našeho výzkumného šetření. Dalším důvodem je také možnost explorační, která se nabízí. Díky ní je možné dozvědět se co nejvíce o zkoumané problematice, která je zatím málo známá (Hendl, 2016).

Kvalitativní výzkum je výzkum, který nepoužívá statistické procedury a jiné cesty kvantifikace k dosažení výsledků. Zaměřuje se převážně na život lidí, chování, vztahy, chod organizací apod. Základními postupy jsou rozhovor a pozorování. Dále se pak může jednat také o použití dokumentů, knih, videokazet aj. Údaje mohou vycházet z více zdrojů. Typický je analytický nebo interpretační postup, díky němuž lze dojít k teoriím a závěrům. V rámci

konceptualizace dat se užívá proces zvaný „kódování“. Výzkumníci by měli při kvalitativním výzkumu zachovat odstup a kriticky analyzovat situace a jevy, dále se vyhnout zkreslení a využívat teoretické a sociální vnímavosti, abstraktního myšlení a měli by umět dobře komunikovat (Strauss, Corbinová, 1999).

Ferjenčík (2000) výše uvedená tvrzení doplňuje o to, že kvalitativní přístup je holisticky orientovaný, a snaží se o vhled, orientaci a porozumění dané problematice. Data mají nenumernickou podobu. Jeho cílem je pochopit údaje ve všech jejich rozměrech a souvislostech, integrovaně.

Kvalitativní pojetí výzkumu jsme tedy vybrali z několika důvodů. Prvním z nich je námi zkoumaná problematika a formulace výzkumných otázek a cílů. Také proto, že umožňuje zkoumat výzkumné téma do hloubky. Zkoumáme procesy, kontext, situace i podmínky. Nezůstáváme tedy pouze na povrchu jevů. Dalším důvodem výběru byl také fakt, že kvalitativní výzkum se využívá při intenzivním kontaktu s terénem, což splňujeme, neboť disponujeme zkušeností s mezinárodním dobrovolnictvím v Keňské republice. Dále pak kvůli snaze o integrovaný pohled na tematiku kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků na africkém kontinentě.

S ohledem na kvalitativnímu pojetí výzkumu je nezbytné využít kvalitativní metody sběru dat. Právě těmi se budeme zabývat v následující kapitole.

## **5.5 Metoda sběru dat**

Současné vědy, především psychologie, mají dlouhý seznam metodik pro získání, registraci a poté zpracování dat. Můžeme zde zařadit pozorování, rozhovor, analýzu produktů, psychologické testy aj. Právě každá z nich má také svá specifika (Ferjenčík, 2000).

Výzkumná problematika určuje volbu metody neboli tvorbu dat, jak se uvádí v kvalitativním pojetí výzkumu. Hendl (2016) vymezuje pravidla výběru metody sběru dat a uvádí, že pokud zkoumáme, co lidé dělají na veřejných místech, je na místě pozorování. Pokud se zabýváme tím, co lidé dělají ve svém soukromí, využijeme interview nebo také dotazník. Pokud se zaměřujeme na to, co si lidé myslí, čemu věří nebo jaké jsou jejich prožitky, užíváme interview, dotazník, postojové škály. No a naposledy, určujeme-li lidské schopnosti, využíváme standardizovaných testů. U kvalitativních dat se jedná především o dotazování se, pozorování a sběr dokumentů.

Jelikož má náš výzkum kvalitativní rámec, je nezbytné využití kvalitativních metod tvorby dat. Dle Hendlových pravidel, která jsou výše vymezena, zkoumáme v oblasti naší problematiky to, jak se lidé chovají v soukromí, co si myslí a co cítí. Dále také jejich postoje, záměry a názory (Ferjenčík, 2000). Již z toho vyplývá, že naší vybranou metodou je **interview**. Právě to je nejvhodnější pro zkoumání zmíněných jevů.

Gavora ve svých publikacích o pedagogickém výzkumu uvádí, že je možné setkat se také s pojmem rozhovor. To však nedoporučuje, neboť se s tímto tématem lze setkat také v laické veřejnosti a celkově má tento pojem širší význam (2000). Proto se také v naší práci budeme tohoto pravidla držet a nadále budeme využívat pouze odborného výrazu interview.

Interview je typické tím, že se provádí tvář v tvář. Výzkumník (popř. výzkumníci) tak aktivně vstupují do situací a dějů, a ať chtějí nebo ne, ovlivňují tím charakter i množství získaných informací. Interview má své výhody. Můžeme díky němu zaznamenávat i to, co bylo, dále pak kontrolovat sběr dat a umožňuje interpersonální kontakt (Hendl, 2016). Důraz je pak kladen na jazykovou obratnost a uvědomění si, že ne vždy respondent vypoví to, co si přesně myslí (Ferjenčík, 2000). Mezi další omezení může patřit to, že je informace již filtrovaná informantem, je zprostředkovaná a tak může mnohdy dojít k jejímu zkreslení. Často jsou informace získávány v umělých podmínkách a také role a přítomnost výzkumníka je může zkreslit. Důležité je mít na paměti rovněž fakt, že limitem může být také to, že lidé neumí vyprávět (Hendl, 2016). Poznatky, které jsme v tomto odstavci zaznamenali, jsme se snažili mít na paměti také při realizaci našeho výzkumu.

Pro náš výzkum byla tedy metoda interview zvolena především z toho důvodu, že umožňuje hlouběji proniknout do motivů, postojů a prožitků respondentů. Interview jsme volili také proto, že je pro náš výzkum důležité získat osobní, důvěrné a bezprostřední odpovědi respondentů (Gavora, 2000).

Pojem interview vychází z angličtiny. Rozdělením tohoto slova odhalujeme, že *inter* je „mezi“ a *view* je „pohled“ nebo také „názor“. Již to naznačuje, že díky němu dochází k interpersonálnímu kontaktu. Rozlišujeme dva druhy interview. Prvním je strukturované interview, které má pevně dané hranice. Tím druhým je nestrukturované, které naopak umožňuje otevřenost odpovědí. Existuje však ještě jeden druh, který dle Gaye (1980, in Gavora, 2000) jakousi střední cestou, kompromisem, mezi těmito dvěma uvedenými typy. Nazýváme ho interview **polostrukturované**. Právě to v rámci našeho výzkumu bylo zvoleno, neboť

umožňuje nám výzkumníkům udržet hranice výzkumu, ale zároveň poskytuje možnost alternativních odpovědí a možnosti doptání se.

Jak jsme tedy výše uvedli, v rámci našeho výzkumu jsme zvolili polostrukturované interview. Bylo tak zvoleno z důvodu, že jsme si vědomi možné širší našeho tématu, proto jsme chtěli vnést strukturu a vytvořit tak jisté hranice výzkumného šetření, ale zároveň si ponechat prostor pro možné doptání se a zažádání o vysvětlení, pokud bychom něčemu úplně nerozuměli nebo neporozuměli. Což je pro nás důležité kvůli zkreslením výzkumu, která by mohla následně vzniknout. Námi vytvořené polostrukturované interview je k nahlédnutí v přílohách (P IV).

Pro zvýšení kvality jsme se obrátili také na koordinátory mezinárodních dobrovolníků a požádali je o sepsání jejich zkušeností. To proběhlo písemnou cestou přes dostupné sociální sítě, kde jsme zažádali o spolupráci na našem výzkumu a požádali o **písemnou výpověď koordinátorů**. Položili jsme jim jednu hlavní otevřenou otázku, o níž se mohli rozepsat. Tito koordinátoři jsou obyvatelé Afriky a starají se o mezinárodní dobrovolníky, kteří tam vyjíždějí v rámci dobrovolných projektů. Tento postup proběhl v anglickém jazyce. Jelikož nejsme rodilí angličtí mluvčí, po našem překladu jsme zažádali Překladatelskou agenturu Jana Kopčila o následnou kontrolu, aby nedošlo k možným zkreslením. Tím se však budeme zabývat v kapitole, kterou věnujeme možným omezením výzkumu.

Jako poslední jsme využili také reflexi výzkumníka. Při vykonávání mezinárodního dobrovolnictví v Keňské republice byl sepsán výzkumníkem osobní deník, který jsme mohli v našem výzkumu také využít. Z deníku jsme sepsali údaje, které se týkaly zkoumané problematiky. Jedná se tedy o **studium písemného dokumentu**.

V této kapitole jsme se věnovali vymezení metod sběru dat. Uvedli jsme studium písemného dokumentu od výzkumníka, písemných výpovědí afrických koordinátorů dobrovolníků a polostrukturované interview. Pro koho bylo toto interview určeno, popíšeme v následující podkapitole naší práce.

## **5.6 Výzkumný soubor a jeho vzorkování**

Vzorkování je proces výběru výzkumného vzorku neboli souboru. Ten v kvalitativním přístupu vybíráme na základě výzkumného problému. Princip výběru je na základě záměrné volby, ne náhodnosti.



Pomocí záměrného vzorkování jsme tedy vybrali respondenty, kteří tvořili náš výzkumný soubor. Jednalo se o české mezinárodní dobrovolníky, kteří si pro svou dobrovolnickou činnost zvolili africký kontinent.

Využili jsme nepravděpodobnostní metodu výběru výzkumného souboru a to **metodu sněhové koule**, která, jak uvádí Miovský (2006), patří k nejčastěji používaným. Tato metoda spočívá v získání kontaktu s první osobou, která doporučí další zkoumané osoby. Hendl (2016) uvádí, že právě tato metoda je velmi vhodná pro interview.

První dvě osoby našeho výzkumu byly vybrány díky předchozímu kontaktu výzkumníka s nimi. Díky těmto osobám jsme poté získali kontakt na další tři osoby. Jedna z těchto tří osob nám doporučila ještě jednu výzkumnou osobu, avšak ta nesplňovala parametry, které jsme pro výzkumné osoby nastavili. Těmi se budeme zabývat hned v dalším odstavci. Přestože tato osoba nesplňovala naše požadavky, dala nám kontakt na dva jedince, mezinárodní dobrovolníky, kteří vykonávali mezinárodní dobrovolnictví v Africe. Jeden z těchto mezinárodních dobrovolníků splňoval požadavky a také byl ochotný se výzkumu zúčastnit.

Do našeho výzkumného šetření jsme získali **šest mezinárodních dobrovolníků**, kteří vykonávali mezinárodní dobrovolnickou činnost v některé africké zemi. Nastavili jsme pro výběr také určitá kritéria. Mezi ty patřilo:

- 1 Mezinárodní dobrovolník svou dobrovolnickou činnost vykonával **v Africe**.
- 2 Pro respondenta bylo toto dobrovolnictví v Africe **první zkušeností** s touto činností na daném kontinentě
- 3 Mezinárodní dobrovolník pochází z **euroatlanské civilizace**.
- 4 Mezinárodní dobrovolník strávil v Africe **nejméně tři měsíce**.

Obrázek 1 Kritéria pro výběr výzkumného souboru

Na námi realizovaném výzkumném šetření bylo ochotno spolupracovat šest mezinárodních dobrovolníků. Pět z nich je občany České republiky, jeden z nich se narodil na Slovensku, avšak již několik let žije v České republice. I když jsme se snažili o genderovou vyváženost, zajistit ani ovlivnit jsme ji nedokázali. Jedná se o čtyři ženy a dva muže. Domníváme se však,

že tato genderová nevyváženost nemůže výrazně zkreslit nebo hluboce ovlivnit výsledky našeho výzkumného šetření.

Respondenti, kteří v Africe vykonávali mezinárodní dobrovolnickou činnost, pocházeli tedy z kulturně stejného prostředí. Jsou ve věku do 28 let a kromě jednoho z nich se jedná o vysokoškolské studenty, třebaže tři z nich uvedli, že vykonávají při škole také brigády, jeden pracuje na poloviční úvazek a poslední pracuje při škole. Šestý respondent se věnuje povolání lékaře na HPP. Pro své mezinárodní dobrovolnictví si respondenti africkou zemi zvolili sami. V našem výzkumném šetření se objevily následující země – Jižní Súdán, Keňa, Ghana, Uganda.

Třebaže s tímto faktem dále nepracujeme, pomyslně jsou naši respondenti rozděleni do tří skupin dle projektu, který v rámci mezinárodního dobrovolnictví v africké zemi vykonávali. Jedná se o projekt učitelský, dále projekt zdravotnický a poslední je pozice fundraisera. Všichni probandi do Afriky vyjeli pod záštitou určité vysílající organizace. V našem případě se jednalo o mezinárodní organizaci AISEC, občanské sdružení Centrum narovinu a poslední respondent vyjel přes svou bývalou VŠ sv. Alžběty. Základní informace o respondentech, kteří tvořili náš výzkumný soubor, jsme uvedli do námi vytvořené tabulky č. 1, která je k nahlédnutí na následující straně.

Tabulka 1 Základní údaje o výzkumném souboru

Dobrovolník	Věk	Zaměstnání	Africká země	Projekt	Délka pobytu
<b>Volunteerboy 1</b>	23 let	Student VŠ	Keňa	Učitel a vychovatel – učitelský projekt	3 měsíce
<b>Volunteergirl 2</b>	25 let	Studentka VŠ	Uganda	Učitelka – učitelský projekt	3,5 měsíce
<b>Volunteergirl 3</b>	24 let	Studentka VŠ	Keňa	Učitelka – učitelský projekt	3 měsíce
<b>Volunteergirl 4</b>	26 let	Studentka VŠ HPP – MZe	Keňa	Fundraiserka	3 měsíce
<b>Volunteerboy 5</b>	28 let	Lékař	Jižní Súdán	Lékař – zdravotnický projekt	6 měsíců
<b>Volunteergirl 6</b>	23 let	Studentka VŠ	Ghana	Učitelka – Učitelský projekt	4 měsíce

Z tabulky, která uvádí základní údaje o výzkumném souboru, lze vyčíst údaje o mezinárodních dobrovolnících, kteří se našeho výzkumného šetření byli ochotni zúčastnit. Uveden je věk, hlavní zaměstnání, země, kterou si pro svou dobrovolnickou činnost vybrali. Dále projekt, který v rámci své činnosti vykonávali, a délka pobytu v dané africké zemi.

Z tabulky lze také vyčíst, že osoby, které se našeho výzkumu zúčastnily, mají přidělena námi vytvořená „výzkumná jména“, aby byla dodržena anonymita a zachováno soukromí respondentů. Tato jména jsme vytvořili z anglického slova *Volunteer*, neboť to je právě to, co všechny naše probandy spojuje. K tomu jsme poté přidali označení *boy* nebo *girl*, které uvádí pohlaví respondenta. Složenina tedy zní *Volunteerboy* nebo *Volunteergirl*. Každému

také k tomuto výzkumnému jménu bylo přiděleno číslo umožňující lepší orientaci výzkumníků.

Pro dodržení anonymity také neuvádíme, který ze studentů vyjel přes kterou organizaci, protože mezinárodních dobrovolníků, kteří do Afriky vyjíždění je málo, a tak by údaje a identita dobrovolníků byly jednoduše dohledatelné.

Již jsme zmiňovali, že pro zvýšení kvality výzkumu jsme využili také dokument výzkumníka, který vykonával mezinárodní dobrovolnictví v Keňské republice v rámci mezinárodního dobrovolnictví. I tato osoba splňuje kritéria výzkumu, neboť vykonávala mezinárodní dobrovolnictví v Africe poprvé, působila tam tři měsíce a má české občanství.

Posledním jsou písemné výpovědi koordinátorů dobrovolníků z Afriky. Tyto osoby jsme vybrali také metodou sněhové koule. Koordinátorů, kteří souhlasili s účastí a byli ochotni spolupracovat, je celkově pět. Základní údaje jsme zaznamenali do následujícího schématu.

BENJI	VICKI	OGHENEKOME	BRYAN	JOE
<ul style="list-style-type: none"><li>•25 let</li><li>•Keňa</li><li>•3 roky koordinátorem</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•22 let</li><li>•Keňa</li><li>•3 roky koordinátorem</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•27 let</li><li>•Nigérie</li><li>•2 let koordinátorkou</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•22 let</li><li>•Uganda</li><li>•3 roky koordinátorem</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•27 let</li><li>•Keňa</li><li>•4 roky koordinátorem</li></ul>

Obrázek 2 Základní údaje o koordinátorech dobrovolníků v Africe

Koordinátoři dobrovolníků, kteří se našeho výzkumu zúčastnili, jsou obyvateli afrických zemí. Jejich úkolem je pomoci mezinárodním dobrovolníkům v novém prostředí. Všichni vykonávají tzv. funkci „buddy“, která lze do jazyka českého přeložit pouze jako „kamarád“. Tento „buddy“ má totiž také povinnosti vůči svěřenci (mezinárodnímu dobrovolníku), neboť je nejen jeho kamarádem, ale měl by mu být nápomocen, podporovat ho, naslouchat mu a být při něm pokud se něco děje, nebo dobrovolník například potřebuje v dané africké zemi něco vyřídit. Příkladem může být situace, kdy mezinárodní dobrovolník potřebuje zajít k lékaři, ale neví, kde ordinace je. Právě „buddy“ mu pomůže s vyhledáním lékaře a ještě v lepší variantě ho také k němu doprovodí. Také je jakýmsi nepsaným předpokladem, že pokud je mezinárodní dobrovolník s „buddym“ na „stejně vlně“, je možné, že vyjedou společně někam na výlet po zemi nebo že mu bude „buddy“ pomáhat s projektem.

V rámci našeho výzkumu jsme přes sociální sítě oslovili více koordinátorů dobrovolníků v Africe, ti však na zprávu nezareagovali nebo slíbili, že se zúčastní, ale poté už se neozvali ani po druhé žádosti. Pouze těchto pět souhlasilo s účastí na našem výzkumném šetření. Výběr jsme tedy nemohli ovlivnit ani v otázce genderu ani v otázce africké země.

Po popsání výběru našeho výzkumného souboru a jeho vymezení se zaměříme dále již podrobně na realizaci výzkumu.

## 5.7 Realizace výzkumu

V rámci našeho výzkumného šetření jsme se rozhodli provést také jistý druh **předvýzkumu** při realizaci prvního interview. Ten se zaměřil především na to, zda jsou otázky v našem polostrukturovaném interview položeny srozumitelně a jednoznačně. Spatřovali jsme tento postup jako důležitý, neboť jsme začínající výzkumníci, a jak uvádí Hendl (2016), schopnost vést kvalitativní interview je vědou a uměním zároveň, neboť vyžaduje dovednost, citlivost a porozumění. Proto jsme možnost předvýzkumu vnímali jako nutnost.

Předvýzkum jsme realizovali s naším prvním respondentem. Po provedení celého interview a tedy položení všech otázek, jsme si potvrdili, že otázky v našem polostrukturovaném interview jsou položeny srozumitelně a že by se nemělo stát, aby s nimi měli další respondenti významové obtíže. A právě cílem tohoto postupu bylo zjištění, že otázky v interview jsou položeny jednoznačně a pochopitelně. Právě to nám také dovolilo pokračovat bez jakékoli změny v námi vytvořeném polostrukturovaném interview u dalších respondentů. Jelikož tedy nedošlo k žádné změně otázek, nespatořovali jsme důvod s ním dále v našem výzkumu pracovat.

V rámci reflexe výzkumníků jsme si však uvědomili, že musíme interview více moderovat a hlídat strukturu a hranice daného interview. Pozitivně jsme vnímali, když jsme respondentovi dávali najevo, že mu nasloucháme a že mu rozumíme. Což jsme se rozhodli také v rámci následujících interview uplatnit.

Jak jsme již uvedli, interview bylo realizováno s mezinárodními dobrovolníky, kteří vykonávali svou dobrovolnickou činnost v Africe. Jelikož jsme se zajímali, jaká byla jejich celá zkušenost s kulturním šokem, realizace výzkumu proběhla až po jejich příjezdu, tedy v České republice. Tři interview proběhla „face to face“. Další tři přes skype kvůli vzdále-

nosti a časovým důvodům. Při skypu jsme se však s respondenty domluvili na tom, že si necháme zapnuty videokamery, což nám dopomohlo k tomu, že jsme mohli sledovat, zda se mezinárodní dobrovolník, s kterým interview realizujeme, na tematiku soustředí a vypovídá svou zkušenost. Jde-li o interview, která proběhla face to face, realizovali jsme je v prostředí klidném, ale jejich výběr jsme nechali na respondentovi. Domníváme se, že právě díky tomu se mohl respondent také lépe uvolnit, neboť vybral místo, které zná a které mu vyhovuje.

Před samotným interview jsme se našim respondentům vždy představili a seznámili je skutečnou povahou našeho výzkumu a zkoumanou problematikou. Vysvětlili jsme jim také důvod a cíl realizace našeho výzkumu. Poprosili jsme je, zda můžeme interview nahrávat a zda nám k tomu také dají ústní souhlas, který jsme zaznamenali na nahrávací zařízení. Dále jsme je také ubezpečili, že je výzkum anonymní a že s jejich výpověďmi budeme pracovat pod přezdívkou, kterou jim ve výzkumu přidělíme. Poté jsme přešli na samotné otázky polostrukturovaného interview.

Námi vytvořené interview bylo rozděleno klasicky do tří částí a vycházelo z prostudované literatury. Cílem první části, **úvodu**, bylo navázání kontaktu s respondentem a uvolnění atmosféry. Zařadili jsme zde tedy otázku, která zjišťovala kolik je respondentovi let a co dělá. Seznámili jsme ho také s tím, že kdyby mu jakákoli otázka byla nejasná nebo nesrozumitelná, ať se zeptá nebo požádá o vysvětlení a pokud by se mu cokoli zdálo příliš osobní, že má samozřejmě právo neodpovídat.

V prostřední části, **jádro interview**, jsme se zaměřili na otázky, které byly pro náš výzkum podstatné, neboť nás vedly k získání poznatků o attributech kulturního šoku, jeho prožívání samotnými dobrovolníky a o zkušenosti s adaptací do dané africké země apod. Do této části jsme aplikovali také otázku, která požadovala respondentovu vlastní definici kulturního šoku. Díky ní jsme mohli zjistit, jak vlastně mezinárodní dobrovolník tomuto termínu rozumí.

Poslední část se zaměřila na **ukončení interview**. Ptali jsme se, jak hodnotí přípravu na kulturní šok v africké zemi, zda by v rámci přípravy udělali něco jinak a jaká jsou jejich doporučení pro ostatní mezinárodní dobrovolníky, kteří by se do Afriky za touto činností vydali. Interview jsme pak zakončili nabídkou prostoru, kde měli dobrovolníci možnost sdělit ještě cokoli, co je napadlo nebo co během interview nestihli. Poté jsme se s respondenty rozloučili

a velmi jim poděkovali za jejich čas, který byli ochotni našemu výzkumu věnovat. Ukázku jednoho interview přikládáme do příloh (P V).

Dále jsme požádali také koordinátory dobrovolníků, kteří v Africe tuto funkci vykonávají a jsou jejich obyvateli. Učinili jsme tak přes sociální síť. Přestože jsme se obrátili na více koordinátorů, zúčastnit se rozhodlo pět z nich. Seznámili jsme je s naším výzkumným šetřením a položili jim otázku, jaká je jejich zkušenost s kulturním šokem u mezinárodních dobrovolníků z Evropy. Šlo o otevřenou otázku, o které se mohli rozepsat. Poté jsme ještě doplnili možné podotázky (otevřené), které se ptaly, zda tam mezinárodní dobrovolníci kulturní šok zažívají, jakým způsobem a co s tím oni dělají. Ukázalo se, že všech pět koordinátorů se rozhodlo výzkumu zúčastnit již kvůli tématu, které jim přišlo zajímavé a potřebné. Ukázku výpovědi přikládáme do příloh (P VI).

V rámci písemného dokumentu výzkumníka jsme postupovali následovně. Výzkumník si sepsal po dobu mezinárodního dobrovolnictví v Keni osobní deník. Z toho jsme vypsali informace, které se týkají problematiky kulturního šoku nebo s ní nějak souvisí. Ukázku přikládáme do příloh (P VII).

Po vymezení realizace výzkumu navážeme etikou samotného výzkumného šetření a dále pak možnými omezeními, která výzkumná práce může přinést.

### **5.7.1 Etika výzkumu**

Dle Hendla (2016) mají etické otázky výzkumného šetření významnou roli. Mezi základní instrukce spadá získání poučeného (informovaného) souhlasu, kdy dojde k poučení účastníka výzkumu o průběhu a okolnostech a jeho následnému souhlasu s účastí. Dále pak je zdůrazněna anonymita, svoboda odmítnutí a například také otázka zatajení informací respondentům.

Jako první etické opatření výzkumu, které jsme považovali za důležité, bylo seznámení respondentů s výzkumem a důvody jeho realizace. Náš výzkum si nevyžadoval zatajování informací, sdělovali jsme tedy účastníkům skutečné záměry. Dále jsme je seznámili s průběhem interview a upozornili na to, že výzkum i účast ve výzkumu je zcela anonymní a že i při analýze a interpretaci výsledků budou probandi ve zprávě uvedeni pod „výzkumnými jmény“, které jim přidělíme. Křestní jména jsme z důvodu zachování soukromí použít nemohli, neboť by mohla být identita osob lehce odhalitelná. Po jejich souhlasu jsme mohli

uvést jejich věk a zaměstnání. Poté jsme mezinárodní dobrovolníky také ujistili, že mají svobodu odmítnutí, pokud se jim něco bude zdát příliš osobní nebo nebudou chtít na cokoli odpovídat.

V rámci koordinátorů dobrovolníků v Africe nebyl problém ponechat jejich křestní jména, neboť zde není obava z narušení anonymity a soukromí těchto jedinců.

### **5.7.2 Možná omezení výzkumu**

Dle autorů metodologických publikací má každý výzkum jistá omezení. Ani ten náš není výjimkou, a tak zde zařazujeme také kapitolu, která možná omezení našeho výzkumu popisují.

Jako první z možných omezení výzkumu bychom mohli zmínit hned jeho kvalitativní přístup. Právě ten s sebou nese mnoho možných omezení, mezi které může patřit na příklad to, že informace, které jako výzkumníci získáváme, je již filtrovaná informantem, zprostředkovávaná. Je nabyta v umělém prostředí a také role nás výzkumníků celý proces mohla zkreslit nejen naše přítomností, ale také menší zkušeností s prováděním výzkumného šetření.

Dalším z možných omezení je, jak uvádí Strauss a Corbinová (1999), tzv. teoretická citlivost. Jedná se o určitou osobní charakteristiku výzkumníka a schopnost rozpoznávat určité detaily ve výzkumném šetření. Omezení, které se nás týká, vyplývá z faktu, že máme s tematikou kulturního šoku v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe osobní zkušenost. Na jednu stranu to může přinášet větší porozumění tématice a výpovědím jedinců, na straně druhé je důležité, abychom měli na paměti skutečnost, že nemůžeme očekávat, že zkušenosti ostatních budou stejné nebo podobné jako ty naše. Proto vnímáme za vhodný krok to, že jsme sepsali naši zkušenost z deníku, který jsme po dobu nabývání své zkušenosti psali. Slouží totiž zároveň také jako reflexe. Na druhou stranu je důležité vzít v úvahu to, že s tímto dokumentem v rámci výzkumu také pracujeme. To však může být možná varianta zkreslení, neboť se jedná o introspekci a subjektivní prožitky.

Možným omezením našeho výzkumu může být také nevyváženost v rámci genderu, avšak se domníváme se však, že tato skutečnost nemůže hluboce výsledky zkreslit nebo ovlivnit. Dále pak také nevyváženost v rámci afrických zemí, kde mezinárodní dobrovolníci jakožto respondenti našeho výzkumu působili, neboť se nám třikrát objevila Keňská republika.



I přesto, že se fenomén mezinárodního dobrovolnictví zvyšuje, má tato činnost směrem k africkému kontinentu malé zastoupení. Proto byla tato skutečnost, dle našeho názoru, obtížně ovlivnitelná.

Posledním možným zkreslením, které by se mohlo našeho výzkumu týkat, je překlad výpovědí koordinátorů dobrovolníků z Afriky. Tyto výpovědi byly sepsány v anglickém jazyce. Jelikož nejsme rodilí angličtí mluvčí, nechali jsme náš překlad z anglického do českého jazyka překontrolovat Překladatelskou agenturou Jana Kopčila. To dokládáme v příloze (PVIII).

Tuto kapitolu bychom chtěli uzavřít následovně: Domníváme se, že jsme dokázali výše uvedeným možným zkreslením samotnou přípravou před zahájením výzkumného šetření předejít nebo je alespoň minimalizovat také díky postupu, který jsme zvolili a popsali v této podkapitole.

V této kapitole práce jsme se zaměřili na metodologii, kterou jsme v rámci našeho výzkumného šetření zvolili. Vymezili jsme výzkumný problém, dále výzkumné otázky a cíle, pojetí, metodu sběru dat, výzkumný soubor a jeho vzorkování a realizaci výzkumu, kde jsme se zaměřili také na etickou stránku a možná omezení výzkumného šetření. V následující kapitole se budeme věnovat analýze získaných dat.

## 6 ANALÝZA ZÍSKANÝCH DAT

V této kapitole se budeme věnovat analýze získaných dat. Jako první vymezíme analýzu polostrukturovaných interview, které jsme realizovali s mezinárodními dobrovolníky vykonávajícími dobrovolnickou činnost na africkém kontinentě.

Realizovaná interview jsme díky souhlasu všech účastníků výzkumu mohli zaznamenat na nahrávací zařízení. Jelikož se však nahrávací zařízení po druhém interview poškodilo a rozbilo a z finančních důvodů jsme si nemohli dovolit zakoupit nové, využili jsme nahrávání do mobilního telefonu. Data jsou tak zálohována do notebooku a mobilního zařízení. Tímto způsobem jsme data zafixovali, abychom s nimi mohli dále pracovat.

Prvním krokem v rámci procesu analýzy byla **transkripce** zvukového záznamu. Byla realizována tak, že jsme pouštěli interview na notebooku nebo na mobilním telefonu, zastavovali, popřípadě posunovali, a zase spouštěli tak, abychom získané informace přesně přepsali. Postupovali jsme komentovanou transkripcí, tak jak ji uvádí Hendl (2016). Přepisovali jsme tedy i odmlčení, smích apod. Při dalším zpracování jsme však těchto popisků nevyužili, neboť nebyly pro naši práci významné. Kladli jsme důraz na sdělovaný obsah a význam tohoto obsahu. Všechny transkripce jsme vytiskli do papírové podoby. Naše data tak po přepsání a tisku byla připravena pro proces analýzy.

Dále jsme se věnovali také sepsání reflexe výzkumníka z jeho osobního deníku, který si vedl v rámci svého mezinárodního dobrovolnictví v Keni. Deník jsme celý pročetli a vypsali informace, které se týkaly problematiky kulturního šoku a adaptace v dané africké zemi. Po tomto sepsání jsme daný dokument vytiskli, abychom jej měli připravený k následujícímu procesu analýzy.

V neposlední řadě jsme pracovali také s výpověďmi koordinátorů mezinárodních dobrovolníků v Africe. Tyto výpovědi jsme získali díky kontaktu přes sociální sítě, jehož metodu získání a popis jsme popsali v předchozí kapitole. Jak jsme již avizovali, tyto výpovědi byly v anglickém jazyce. Další fází data managementu byl tedy jejich překlad do českého jazyka. Tato etapa byla poněkud náročná, avšak pro náš výzkum a další postup nezbytná. Je samozřejmé, že nešlo dodržet doslovný překlad z anglického do českého jazyka, Snažili jsme se především o zachování obsahu a významu, které zpráva nesla. Jak jsme již několikrát

uvedli, nejsme rodilí angličtí mluvčí, a tak bylo nezbytné, abychom námi přeložené výpovědi koordinátorů mezinárodních dobrovolníků nechali zkontrolovat profesionály. Požádali jsme tedy o korekturu Překladatelskou agenturu Jana Kopčila. Po překladu a vytisknutí do papírové verze byly tyto výpovědi přichystány k následné analýze.

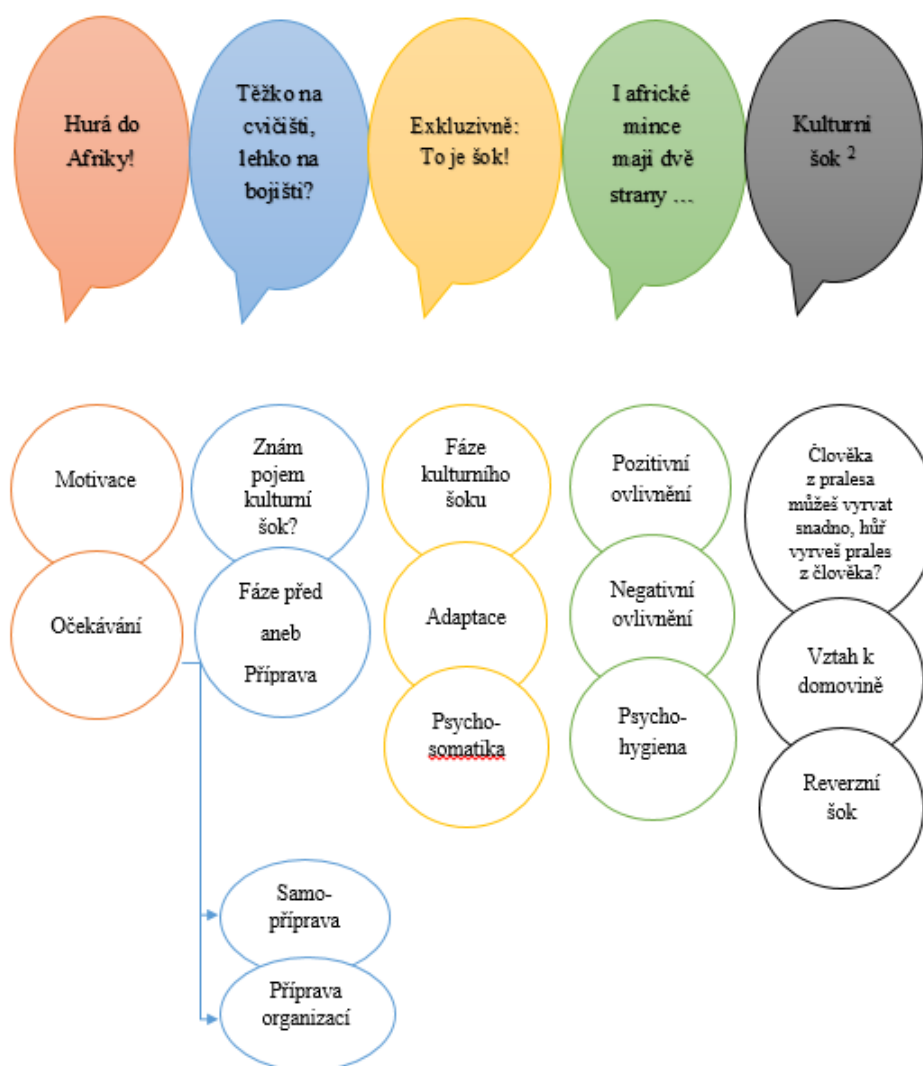
Analýza přepsaných interview, reflexe výzkumníka a výpovědi koordinátorů mezinárodních dobrovolníků v Africe proběhla pomocí **otevřeného kódování**. Díky metodě papír a tužka jsme v textech zvýraznili důležité informace. V další fázi, která následovala po týdnu, došlo k opětovné analýze na stejné papírové verzi textů. Postupovali jsme tak proto, aby byla analýza důsledně provedena. Každé jednotce, kterou jsme tímto procesem odhalili, jsme přidělili kód. Jelikož kódů vzniklo opravdu mnoho, přiřadili jsme je do námi vytvořených subkategorií, což jsme vnímali jako důležité kvůli přehlednosti naší práce. Pro detailní ukázkou uvedeme příklad našeho postupu. Z výše uvedeného procesu nám vyšly například kódy: příprava na výjezd, samopříprava, organizace, příprava na kulturní šok, znám zkušenosti minulých dobrovolníků. Poté jsme pro zmíněné kódy vytvořili subkategorii s názvem „Příprava na výjezd“. Stejným postupem jsme pracovali u všech vzniklých kódů a subkategorií.

Následně jsme pomocí techniky „vyložení karet“ rozdělili získané kódy a subkategorie do kategorií. Těmto kategoriím jsme se snažili vymyslet název originální, poutavý, avšak ne takový, který by jejich obsah mohl zkreslovat. Pro přehlednost postupu uvádíme následující obrázek.



Obrázek 3 Postup analýzy dat

Výsledné subkategorie a kategorie uvádíme v následujícím schématu, které jsme vytvořili pro přehlednost práce. Následně se budeme věnovat přiblížení kategorií v následujících podkapitolách.



Obrázek 4 Kategorie a subkategorie

## 6.1 Hurá do Afriky!

Při zpracování získaných dat bylo identifikováno pět kategorií. První z nich je pojmenována „Hurá do Afriky!“ a to zejména proto, že ve výpovědích respondentů lze nalézt nadšení a radost při výjezdu na dobrovolnický projekt na africký kontinent. V následujících řádcích se budeme věnovat této kategorii, která se skládá ze dvou subkategorií (očekávání, motivace).

Africký kontinent si respondenti vybrali ze tří důvodů. Jedním z nich byl dlouhodobý zájem a fascinace Afrikou. Tím druhým se ukázala touha pomoci rozvojovému světu a tím také

získat nové zkušenosti. Třetím důvodem bylo poznání nového kulturního prostředí a přinesení změny do svého vlastního života, který považovali do té chvíle za nehodnotný a rutinní. To lze sledovat například ve výpovědi Volunteergirl 6, která uvádí: „No, víš, po několika letech studia marketingu se mi trochu znechutil svět kolem mě – měla jsem pocit, že už jde jen a jen o peníze a ty pravé hodnoty a život mi tak nějak unikají.“

Přímo výběr africké země již měl jiné parametry. Jednalo se především o to, jaký projekt v rámci daných organizací byl v určité zemi nabízen. Právě podle libosti dobrovolnického projektu byla také vybrána daná africká země, která tento projekt nabízela. Ve výzkumu se nám ukázala oblíbenost Keňské republiky, což zdůvodnila Volunteergirl 4 slovy: „*Keňu jsem považovala za nejrozvinutější ze všech rozvojových afrických zemí. Tak jsem si říkala, že to bude rádobý nejjednodušší krok – první krok do Afriky, v těch rozvojových zemích.*“ Takže byl respondenty zvažován nejen dobrovolnický projekt, ale také rozvinutost dané africké země.

Z výpovědí i reflexe výzkumníka lze sledovat, že právě u motivačních procesů je velmi důležité jejich vědomí. Někdy také samotné organizace při přijímání dobrovolníka tyto pohnutí sledují. Významnost těchto jevů se objevila také ve spojitosti s důležitostí vlastního rozhodnutí a přesvědčení o výjezdu do Afriky, neboť to právě ovlivňuje také následující prožívání jedince v dané zemi.

Ruku v ruce s motivací jde také očekávání. Respondenti uváděli, že očekávání je lepší nemít a vyjíždět raději bez něj, neboť by to pak mohlo vést pouze ke zklamání a tak k problematickému přijetí nové kultury. Z výpovědí koordinátorů však vyplývá, že má-li jedinec jasná očekávání, může to napomoci k lepšímu překonání procesu kulturního šoku. Což lze nalézt také ve výpovědi výzkumníka. Avšak některá očekávání, které si v domovině před výjezdem dobrovolníci „předchystají“, nemusí vůbec korespondovat s realitou, kterou v zemi zažijí, neboť se jedná o dvě odlišné věci. Jeden z koordinátorů přímo uvádí, že kulturní šok vychází z vnímání *Afriky jako celku. Někteří mezinárodní dobrovolníci si například mysleli, že Afrika je stát, někteří další, že je tu všude internet, další zase, že budou žít s opicemi nebo v domcích uplácáných z bláta, ale je to úplně jinak.* Z následující tedy vyplývá, že je vhodné odjíždět bez očekávání nebo mít jasná očekávání, avšak taková, která budou korespondovat s realitou v dané zemi, což může být poněkud obtížné.

## 6.2 Těžko na cvičišti, lehký na bojišti?

Druhá kategorie, kterou jsme ve výpovědích identifikovali a na kterou jsme se zaměřili, je nazvána „Těžko na cvičišti, lehký na bojišti“ a to kvůli subkategoriím, které ji tvoří: znalost pojmu kulturní šok, příprava na něj v rámci organizace i dobrovolníka samotného. Název jsme zvolili z toho důvodu, že značí připravenost ve „cvičišti“ na „bojiště“, pro nás tedy připravenost před výjezdem, přípravná fáze, pro samotný výkon mezinárodního dobrovolnictví v novém kulturním prostředí.

Znalost kulturního šoku a jeho procesu na teoretické bázi se projevila následovně. Mezinárodní dobrovolníci vnímají kulturní šok jako šok, který přichází při výjezdu do země, která je neznámá a odlišná, má jiné zvyky, tradice, životní styl apod. Spojují tento proces s obavami, strachem, špatným snášením změny, které může vést k depresím, nechutenství nebo bolestem. Jeden dobrovolník uvedl, že pojem kulturní šok nikdy nikde neslyšel. Celkově bylo povědomí kulturního šoku spojeno s negativními a stresujícími faktory, které jsou jakousi přirozenou reakcí organismu při výjezdu do cizího a především odlišného kulturního prostředí, které se liší od toho domovského.

V rámci přípravy na kulturní šok jsme identifikovali následující výsledky. Organizace, které dobrovolníky vysílají na dobrovolnické projekty do Afriky, se na přípravu dobrovolníků na proces akulturačního stresu nesoustřeďují. Dobrovolníci neuvádějí ani základní seznámení s danou problematikou. Z jakých důvodů již není možné definovat. I přesto, že se některé organizace rozhodnout uspořádat seminář, který by měl dobrovolníky připravit na výjezd, seminář je pouze jednodenní a nezahrnuje konstantní přípravu. Z výpovědi výzkumníka lze sledovat, že i přes účast na jednodenním semináři se poznatky o kulturním šoku nedozvěděl. To uvádíme také na výpovědi Volunteerboy 1: *„No, nemyslím si, že by v rámci té přípravy padl pojem kulturní šok, ale samozřejmě jako byl jsem i určitým způsobem připraven na to, že to tam prostě funguje jinak, třeba si na některé věci dát pozor a tak, ale nemyslím si, že bychom se vyloženě bavili o tom, že by mě mohl čekat nějaký kulturní šok, to asi ne.“*

V takových případech musí převzít odpovědnost za přípravu dobrovolník sám. Z výsledků tak vyplývá, že se dobrovolníci snaží o samopřipravu, která se nejčastěji skládá z kontaktování někoho, kdo již jako mezinárodní dobrovolník v Africe působil. Dochází tak k seznámení se nejen s projektem, ale také s kulturními odlišnostmi, dále pak k upozornění na možná

rizika a k předání rad. Dobrovolník si tak vytvoří jakousi představu, která mu může pomoci proces kulturního šoku zvládnout. To vychází také z reflexe výzkumníka. Dále dochází k využití internetu a knih při přípravě na nové kulturní prostředí.

Z výsledků vzešly také návrhy dobrovolníků na vylepšení kvality přípravné fáze, kde můžeme sledovat potřebu zkvalitnění. Zde byl uveden konstrukt, že by organizace mohla vyslat dobrovolníky někam mimo civilizaci (klidně i mimo ČR), kde by se vyzkoušelo, zda je daný jedinec připraven fyzicky a psychicky na to, co ho může potkat. Další návrh spadl do oblasti supervizí, které u mezinárodních dobrovolníků neprobíhaly ani před výjezdem ani po dobu vykonávání dobrovolnické činnosti v africké zemi. V neposlední řadě také potřeba více „proklepnout“ lidi, kteří se na mezinárodní dobrovolnictví hlásí a podle jejich charakteristik vybrat pro daného jedince nejvhodnější destinaci.

Výpovědi koordinátorů dobrovolníků v Africe se v této oblasti trochu odlišují. Uvádějí, že k přípravě dobrovolníka na kulturní šok dochází většinou v jeho domovině a poté po příjezdu jsou jim tito dobrovolníci nápomocni především v rámci pozice „buddy“. Právě „buddy“, který se o dobrovolníky stará, jim může pomoci lépe zvládat proces kulturního šoku. Musí se ale vzájemně přátelit a být s dobrovolníkem v neustálém kontaktu. Zde však také uvádějí, že bohužel mnohdy na tento postup není čas, a tak k němu nedochází. Celkově by se dalo konstatovat, že na přípravu nebo pomoc dobrovolníkům v rámci procesu kulturního šoku není dostatek času, a tak může dojít k podcenění této problematiky. Můžeme také sledovat, že u našich respondentů příprava v rámci jejich organizací skoro žádná neproběhla, avšak koordinátoři uvádějí, že příprava v domovině dobrovolníka probíhá.

### **6.3 Exkluzivně: To je šok!**

V následujících odstavcích se zabýváme fázemi kulturního šoku, adaptací do nového kulturního prostředí a také psychosomatikou.

Z výzkumu jsme identifikovali rozpor ve výpovědích mezinárodních dobrovolníků, kteří uvádějí, že kulturní šok více méně neprožili, avšak poté vymezují své prožitky a faktory, které je po dobu procesu kulturního šoku ovlivňovaly.

Důraz byl kladen na první momenty v zemi, Dobrovolníci uvádějí, že prožili období euforie neboli etapu „honeymoon“. Ta je charakteristická touhou poznávat vše v nové zemi, zvědavostí, zájmem o příběhy domorodců a tím, že někteří dokonce rozšiřovali své dobrovolnické

projekty (např. k učitelskému projektu si sami vytvořili ještě projekt fundraisingový). Kulturní šok v této fázi plynul především z nového prostředí, z černé barvy kůže a jazyka. Volunteerboy 5 uvádí, že je možné mít určitý druh kulturního šoku z toho, že ta realita v africké zemi je jiná, než jakou ji představují média nebo dokumenty. A uvádí, že jeho první reakce byla: „Ty kokos, tak to je moc, tak to je husté“. To koresponduje také s reflexí výzkumníka a výpověďmi koordinátorů.

Afričtí koordinátoři si dokonce v rámci procesu kulturního šoku vytvořili jakési škály, jak míru a fázi kulturního šoku rozpoznat:

*„Proces kulturního šoku je jednoduše rozpoznatelný již od prvního dne, kdy vyzvedneš dobrovolníky na letišti a dovezeš je do nového ubytování. Jak se kochají po cestě z okýnka a žasnou nad krásou města a kulturou je vlastně dostačující k tomu říct, že začínají prožívat kulturní šok.“* (Bryan)

*„Když za mnou dobrovolník přijde a řekne mi o jeho zkušenosti s „matatu“ (transport v zemi), jsem schopen v tuto chvíli změřit, jak daleko a v jakém stádiu kulturního šoku se nachází.“* (Benji)

Fáze krize plynula především z odlišných kulturních vzorců a samotného projektu, který byl dobrovolníky realizován. Uvádějí náročnost projektu, která vycházela z chudého prostředí, na které dobrovolníci ze své země nebyli zvyklí. To můžeme doložit na výpovědi Volunteerboy 5, kterému v rámci jeho dobrovolnického projektu zemřelo dítě. Dále pak také z důvodů časových, neboť se projektům věnovali téměř denně, připravovali je a neustále nad nimi přemýšleli. A plynula také z nízké bezpečnosti, kdy byli dobrovolníci nuceni k neustálé obezřetnosti. V Súdánu také kvůli tomu, že tam doposud neproběhla žádná demilitarizace v takovém smyslu, že by odzbrojili obyčejné civilisty, a tak tam spousta lidí doma vlastní samopaly. Ve výpovědích se objevily zbraně také v jiných zemích, i když tam nejsou povoleny u civilistů, v souvislosti s přepadáváním bělochů. Fázi krize tak charakterizoval strach, neustálá obezřetnost a u některých individuálně také pláč a deprese. To jistě lze sledovat také v reflexi výzkumníka.

Koordinátor Victor uvádí další znaky, které lze u dobrovolníků ve fázi krize sledovat. Zařadil tam frustraci, náladovost, zlost, přecitlivělost, plačtivost, pocity odlišnosti od ostatních a smutek po domovině. Ve výpovědích jsme identifikovali pocity odlišnosti (především v rámci barvy kůže, neboť respondenti uvádějí, že bílá barva je v Africe unikátní a je prostě



vidět), náladovost, která pro mnohé, jak uvedli, vycházela z léků proti malárii a frustraci. Zbytek jsou faktory individuální, které se však také projeví.

Posledním v rámci stádia krize je šok z patriarchátu jakožto původního pojetí, které je založeno na autoritě muže jako hlavy rodiny. Žena je v tomto systému podřízena muži. Právě v rámci této problematiky dobrovolníci hovoří o nebezpečnosti africké země, a to především pro výjezdy žen. Rozdílem je také chování k ženám jako takovým, máme na mysli k těm africkým, což souvisí s rozdílnými kulturními vzorci. Například otevření dveří ženě je bráno jako nezdvořilost. S tím koresponduje také reflexe výzkumníka.

Proces adaptace definují mezinárodní dobrovolníci jako rychlý a nepříliš náročný, pokud se však adaptovat rozhodli, neboť se jedná o individuální rozhodnutí. K překlenutí doby dopomohly sociální sítě, neboť díky nim byli jedinci i přes takovou vzdálenost v kontaktu s domovinou a nestýskalo se jim po domově, jak uvedli. Jednalo se o facebook, skype a email. Někteří si také psali osobní deníky, ve kterých se ze svých prožitků vypisovali. Jak uvádí koordinátoři mezinárodních dobrovolníků, někdy se také stává, že pokud se v zemi jedinec adaptuje, pobyt v rámci svého dobrovolnictví si prodlužuje a zůstává déle.

Problémy s adaptací byly spojeny s fází krize a s faktory, které se tam objevily. Stěžejní pro adaptaci se stala důvěra, která mnohdy chyběla a tak ztěžovala tento proces. A také pocit odlišnosti a využívání mezinárodních dobrovolníků pro peníze. Uvádějí totiž, že nejenže museli být stále ve střehu kvůli bezpečnosti, ale také kvůli zneužívání místními obyvateli Afriky při placení nebo v rámci realizovaných projektů, kdy od nich domorodci přímo žádali peníze. V afrických zemích je dle dobrovolníků a výzkumníka zažitý stereotyp, že bílý člověk rovná se bohatý člověk. Pozitivním a negativním faktorům se budeme věnovat blíže v další kapitole.

Kulturní šok se odrazil u mezinárodních dobrovolníků také psychosomaticky. Avšak přímé faktory byly spíše individuální. Objevilo se zde rapidní snížení váhy, nechutenství, pocit na omdlení, přecitlivělost, tiky, střevní potíže, nabytí energie. Většinu příznaků však dobrovolníci přičítali medikamentům nebo jejich kombinaci, které v daných oblastech museli užívat (antimalarika, léky proti HIV). Téma psychosomatiky je uvedeno ve výpovědích koordinátorů. Lze shledat například v následujícím: „*Kulturní šok má také efekt na jejich zdraví. Během prvních dvou týdnů má většina dobrovolníků nějaké bolesti nebo/a bolesti na hrudi, což je většinou ze strachu z malárie.*“

V rámci výzkumu jsme identifikovali také poslední fázi – reverzní šok. Téma je však tak obsáhlé, že se jím budeme zabývat v poslední kategorii.

#### **6.4 I africké mince mají dvě strany ...**

V následujících řádcích vymezíme předposlední kategorii, do které spadají subkategorie: Pozitivní ovlivnění, negativní ovlivnění a psychohygienu.

Jak jsme již v minulé kapitole naznačili, mezi negativní faktory při procesu kulturního šoku dobrovolníci řadili:

- nízká bezpečnost, nedůvěra, stereotypy představ o „bohatých běloších“, zneužívání bělochů pro peníze, rozdílné kulturní vzorce, vypočítavost domorodců (umělá přátelství vytvořená kvůli tomu, aby následně od bělocha něco dostali), pozice dominantního muže a jemu podřízené ženy, kulturní předsudky a stereotypy, vnímání Afriky a očekávání, která následně nekorespondovala se zažívanou realitou

V rámci této problematiky se objevily také faktory, které naopak při procesu kulturního šoku a následné adaptace mezinárodním dobrovolníkům napomohly. Mezi ně patří:

- sociální sítě pro sdílení zážitků a kontakt s domovinou, jedinec ze stejného kulturního prostředí, kontakt s dalšími mezinárodními dobrovolníky v zemi, spolucestující, vřelé přijetí domorodci v zemi, respektování kulturních vzorců

Z výpovědí koordinátorů vyplývá, že je pro lepší zvládnutí kulturního šoku dobrovolníka, když přijedou do prostředí, kde jsou i další mezinárodní dobrovolníci. Dále pak, když mají svého „buddyho“ nebo supervizora, který se s nimi přátelí a pomáhá jim. Někdy také vycestování nebo vyjetí na nějaký výlet.

*„Jako „buddy“, který mezinárodním dobrovolníkům pomáhá se zvládnutím kulturního šoku, můžu říct, že je to snad ta největší zodpovědnost.“ (Bryan)*

V neposlední řadě se zaměříme také na tematiku psychohygieny, kterou spatřují mezinárodní dobrovolníci za podstatnou. Z výpovědí plyne, že právě čas pro sebe sama, relaxace a cestování v dané zemi působí velmi pozitivně, zvyšuje psychickou odolnost a vede u daných jedinců k úspěšnému zvládnutí akulturačního stresu.

Mezinárodní dobrovolníci doporučují, aby jedinec, který vyjíždí v rámci mezinárodního dobrovolnictví do africké země, zůstal otevřený a to především všemu novému. Dále pak nesrovnával věci s těmi doma, vystoupil z komfortní zóny, měl jasná očekávání a věděl, proč tam vyjíždí. Dále apelují také na spojení se s člověkem, který již zkušenost s výjezdem do dané africké země v rámci mezinárodního dobrovolnictví má, neboť právě ten zájemci může sdělit svou zkušenost a seznámit ho také se základními reáliemi. V neposlední řadě se objevila také důležitost znát dopředu politickou situaci v dané africké zemi, neboť právě ta může následně velmi ovlivnit prožívání příjezdu do země.

V následující podkapitole se budeme zabývat reverzním neboli repatriačním šokem, což je šok, který nastává u jedinců při příjezdu do jejich domoviny. Také vztahem dobrovolníka k jeho vlastní zemi a jejím kulturním vzorcům.

## **6.5 Kulturní šok<sup>2</sup>**

Z výzkumu u mezinárodních dobrovolníků vyplynula také skutečnost, že obtížným obdobím není pouze čas strávený v dané zemi a tedy proces kulturního šoku pouze tam, ale také příjezd do domoviny. Ten byl charakterizován:

- Prožitím kulturního šoku z rodného kulturního prostředí.
- Otázkami týkající se spravedlnosti v rámci vyspělého a rozvojového světa.
- Myšlenkou, že v ČR je chudý duch moderního vyspělého světa! Je tu něco špatně.
- Odsuzováním marnotratnosti. Vše bereme jako samozřejmost – vodu, bezpečí aj.
- Myšlenkou, že by každý měl vyjet do Afriky, aby nenadával na to, co tu má a jak žije. Lidé zde si ničeho neváží.
- Potřebou času pro adaptaci do své rodné kultury.
- Steskem po africké zemi a kamarádech tam.
- Touhou vrátit se.
- Plačtivostí.
- Novým náhledem na život.
- Problémem s porozuměním českým občanům, dokonce i kamarádům a rodině.
- Pocity vykořeněnosti. Nepatřím ani do své rodné země, ani do Afriky!
- Názorovou odlišností.
- Kritikou.

Z reflexe výzkumníka: „*Příjezd pro mě však byl velmi těžký. Jakmile jsem se dostala z pražského letiště domů, pozdravila jsem se s rodinou, dala každému dáreček, atmosféra se zklidnila ... zůstala jsem sama a ... brečela jsem a cítila velký stesk a pocit, že chci a dokonce musím zpět do Keni. Přestala jsem si dokonce rozumět se svými přáteli, odlišovat se v názorech, vše mi přišlo zbytečné ...*“

Mezinárodní dobrovolníci na prožitek repatriačního šoku kladli daleko větší důraz. Do jisté míry byl typický také pocit beznaděje, neboť dobrovolníci nevěděli, co se s nimi přesně děje, a jelikož neměli žádné supervize nebo ponávratovou péči, nevěděli co dělat.

Ve výpovědích se objevil také vztah mezinárodních dobrovolníků k domovině. A to spíše v negativním a kritickém slova smyslu. Na jednu stranu měli potřebu se v dané zemi stýkat s někým ze stejného kulturního prostředí, neboť to pro ně byla jakási obrana, jistota a podpora zároveň. Na druhou stranu uváděli velmi negativní vidinu občanů domoviny, mentality a celkově kulturního prostředí. Vypověděli také, že nemá cenu hledat podporu u svých přátel z rodného kulturního prostředí, neboť ti by jim nebyli schopni porozumět. Proto také kladli důraz na osobu, která je z podobného kulturního prostředí v africké zemi a je schopna si s nimi popovídat a sdílet zážitky.

Jistotou také pro ně byly naučené kulturní vzorce chování, které získali ve své zemi. Ty také používali. Objevily se však situace, které vedly díky tomuto postupu ke konfliktům a střetnutí kulturních vzorců domovských s těmi, které jsou uznávané v dané africké zemi. Trvalo tak chvíli, než si to jednotlivci uvědomili, zvykli si na ně, začali je respektovat a do jisté míry „zvnitřnili“.

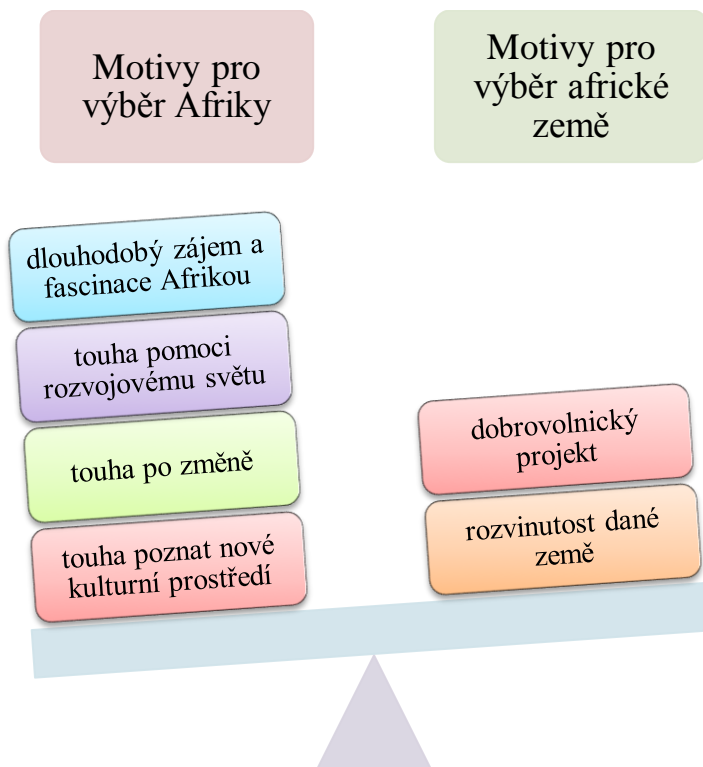
V těchto kapitolách jsme se věnovali kategoriím, které jsme v rámci našeho výzkumu identifikovali. Následně se zaměříme na samotné výsledky a zodpovězení výzkumných otázek.

## 7 VÝSLEDKY

V předešlých kapitolách praktické části jsme se věnovali metodologii výzkumu a analýze získaných dat., kde jsme si představili identifikované kategorie. V této kapitole se zaměříme na samotné výstupy a zodpovězení výzkumných otázek, které následně vedou k dosažení výzkumných cílů. Ústředním cílem bakalářské práce bylo vyzkoumat atributy kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe. Dílčí cíle ten hlavní rozváděly (viz 5.3.). Pro lepší porozumění a přehlednost práce budeme využívat pro prezentaci výstupů námi vytvořená schémata.

Již v teoretické části jsme uvedli, že proces kulturního šoku může souviset s motivy nebo také očekáváními samotného dobrovolníka. Proto jsme se také na tuto problematiku zaměřili i my a snažili jsme se zjistit, jaké byly motivy mezinárodních dobrovolníků pro výběr Afriky, jakožto kontinentu pro výkon dobrovolnické činnosti.

Výsledkem je, že u našich účastníků výzkumu byl vybrán africký kontinent ze tří důvodů a daná africká země ze dvou. Prezentujeme je v následujícím schématu.



Obrázek 5 Motivy mezinárodních dobrovolníků

Ze schématu lze sledovat motivy dobrovolníků pro výběr Afriky i konkrétní africké země. Z výzkumu vyplývá, že mezinárodní dobrovolníci si prvotně vybrali africký kontinent pro svou dobrovolnickou činnost a poté se až rozhodovali přímo nad konkrétní africkou zemí, kde hlavní roli hrál především sám dobrovolnický projekt a poté také rozvinutost dané země.

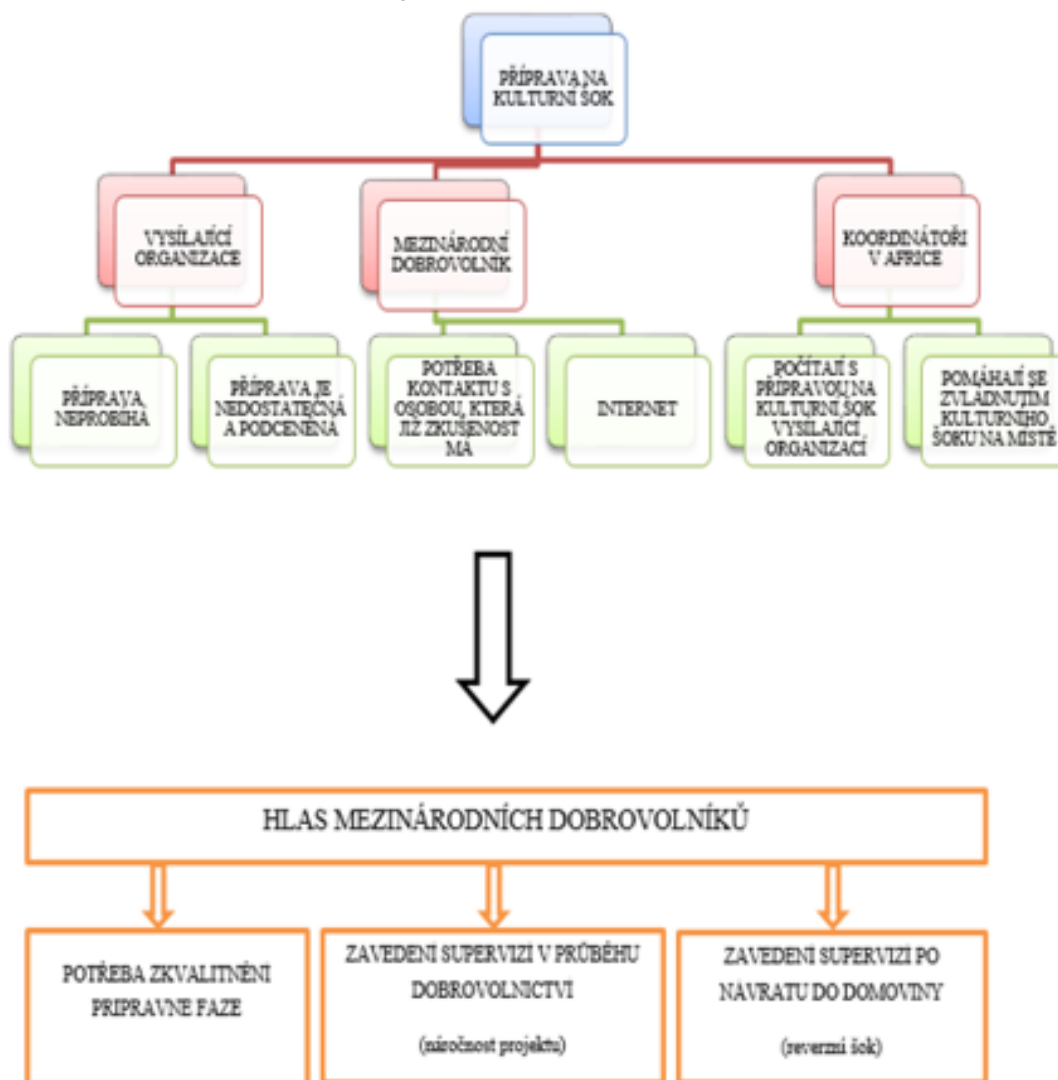
Výstupem je také důležitost motivačních procesů a především jejich vědomí. Významnost těchto jevů se objevila také ve spojitosti s důležitostí vlastního rozhodnutí a přesvědčení o výjezdu do Afriky, neboť to právě ovlivňuje následující prožívání jedince v dané zemi. Ruku v ruce s motivy jde také očekávání. Zde vyplynulo to, že mezinárodní dobrovolníci preferují vyjet bez očekávání, aby posléze nebyli zklamáni. Zde upozorňují také koordinátoři mezinárodních dobrovolníků na zkreslená a přílišná očekávání, která mohou vést ke zklamání a tak také problematickému prožití procesu kulturního šoku a přijetí nové kultury

- ✓ Zodpovězená výzkumná otázka: Jaké jsou motivy mezinárodních dobrovolníků pro výběr afrického kontinentu?

Mezi další výstupy patří také připravenost mezinárodních dobrovolníků na proces kulturního šoku. Z výsledků jsme identifikovali skutečnost, že i přesto, že mezinárodní dobrovolník na teoretické bázi rozumí a zná proces kulturního šoku, samotná příprava na něj buď neproběhla, nebo byla podceněná/nedostatečná, a to především ze strany vysílající organizace. Mezinárodním dobrovolníkům v této oblasti pomáhá kontakt s osobou, která již má zkušenost s dobrovolnictvím v africké zemi, neboť se tak lépe mohou formovat jejich očekávání a vůbec samotná připravenost. V této oblasti se však objevily potřeby lepší připravenosti dobrovolníků organizací na proces kulturního šoku, zkvalitnění přípravné fáze, ale také potřeba supervize v průběhu a také po návratu do domoviny dobrovolníka. Koordinátoři dobrovolníků v Africe již počítají s připraveností dobrovolníků, a tak se na jejich přípravu nezaměřují. Snaží se jim pomáhat až v samotném procesu kulturního šoku, který probíhá v Africe, a to přátelstvím, nasloucháním nebo také nabídkou k cestování a výletu, pokud vidí, že je dobrovolník již ve fázi, kdy toto „rozptýlení“ potřebuje. S tím souvisí také náročnost daného projektu, který na jednu stranu napomáhá dobrovolníkům lépe zvládat kulturní šok, neboť nad ním nemají moc času přemýšlet, avšak na druhé straně díky němu se samotný

kulturní šok může projevit (chudá prostředí, slumy, smutné příběhy lidí, neschopnost dobrovolníka pomoci). Zjednodušené schéma k naleznutí na následující straně.

- ✓ Zodpovězená výzkumná otázka: Jak byli mezinárodní dobrovolníci působící v Africe připraveni na kulturní šok?



Obrázek 6 Příprava na kulturní šok

Další identifikovaný výstup výzkumu se týkal procesu kulturního šoku, jeho fází a v neposlední řadě také adaptace do dané africké země. Účastníci našeho výzkumu prožili při vykonávání mezinárodní dobrovolnické činnosti tzv. fázi líbánek („honeymoon“). Projevila

se jako touha poznávat vše v nové zemi, zvědavost, zájem o příběhy domorodců a tím, že někteří dokonce rozšiřovali své dobrovolnické projekty (např. k učitelskému projektu si sami vytvořili ještě projekt fundraisingový). Kulturní šok v této fázi plynul především z nového prostředí, z černé barvy kůže a jazyka.

Fáze krize u dobrovolníků plynula především z odlišných kulturních vzorců a samotného projektu, který byl dobrovolníky realizován. Uvádějí náročnost projektu, která vycházela z chudého prostředí, na které dobrovolníci ze své země nebyli zvyklí. Dále pak také z důvodů časových, neboť se projektům věnovali téměř denně, připravovali je a neustále nad nimi přemýšleli. V neposlední řadě také z nízké bezpečnosti, kdy byli dobrovolníci nuceni k neustále obezřetnosti. Posledním v rámci stádia krize je šok z patriarchy v původním pojetí slova, které je založené na autoritě muže jako hlavy rodiny. Žena je v tomto systému podřízena muži. Právě v rámci této problematiky dobrovolníci hovoří o nebezpečnosti africké země, a to především pro výjezdy žen. Rozdílem je také chování k ženám jako takovým, máme na mysli i k těm africkým, což souvisí s rozdílnými kulturními vzorci. Například otevření dveří ženě je bráno jako nezdvořilost.

Z výzkumu vyplynula u mezinárodních dobrovolníků také skutečnost, že obtížným obdobím není pouze čas strávený v dané zemi a tedy proces kulturního šoku pouze tam, ale také příjezd do domoviny.

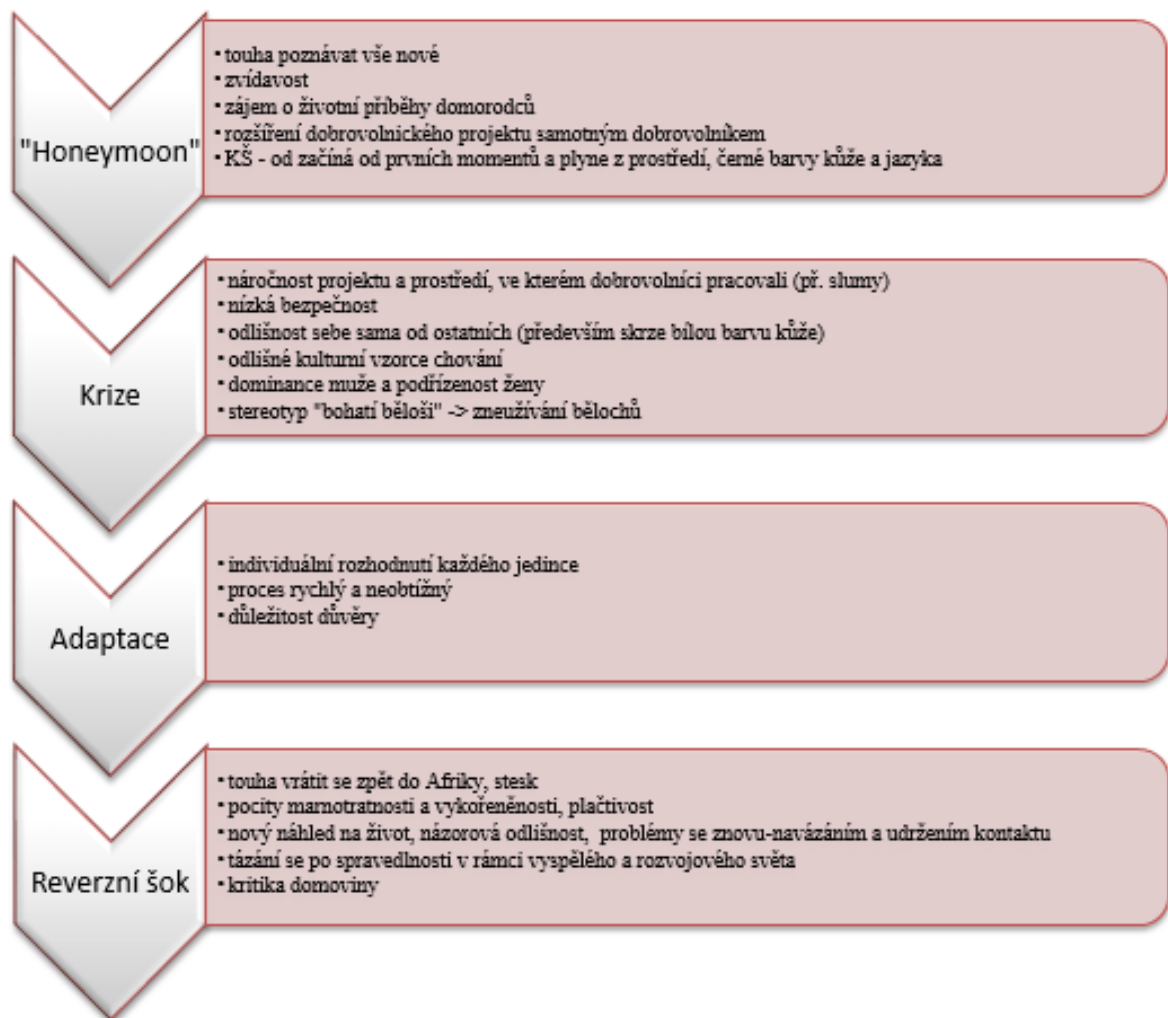
Proces adaptace do africké země se projevil jako rychlý a ne příliš náročný, pokud se však adaptovat rozhodli, neboť se jedná o individuální rozhodnutí. K překlenutí doby dopomohly sociální sítě, neboť díky nim byli jedinci i přes takovou vzdálenost s kontaktem s domovinou a nestýskalo se jim po domově, jak uvedli. Jednalo se o facebook, skype a email. Někteří si také psali osobní deníky, ve kterých se ze svých prožitků vypisovali. Jak uvádí koordinátoři mezinárodních dobrovolníků, někdy se také stává, že pokud se do země jedinec adaptuje, pobyt v rámci svého dobrovolnictví si prodlužuje a zůstává déle. To se však u našich účastníků výzkumu nestalo.

Stěžejní pro adaptaci se stala důvěra, která mnohdy chyběla a tak ztěžovala tento proces. A také pocit odlišnosti a využívání mezinárodních dobrovolníků pro peníze. Uvádějí totiž, že museli být stále ve střehu kvůli bezpečnosti a rovněž kvůli zneužívání místními obyvateli Afriky při placení nebo v rámci realizovaných projektů, kdy od nich domorodci přímo žádali



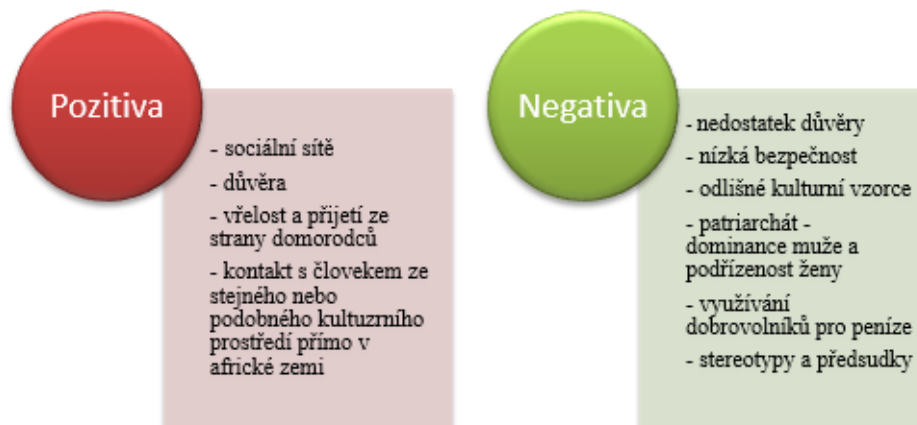
peníze. V afrických zemích je dle dobrovolníků a výzkumníka zažitý stereotyp, že bílý člověk – rovná se bohatý člověk.

Kulturní šok se odrazil u mezinárodních dobrovolníků také psychosomaticky. Avšak přímé faktory byly spíše individuální. Objevilo se zde rapidní snížení váhy, nechutenství, pocity na omdlení, přecitlivělost, tiky, střevní potíže, nabytí energie. Většinu příznaků však dobrovolníci přičetli medikamentům nebo jejich kombinaci, které v daných oblastech museli užívat (antimalarika, léky proti HIV). Zmíněné oblasti představíme v následujících schématech.



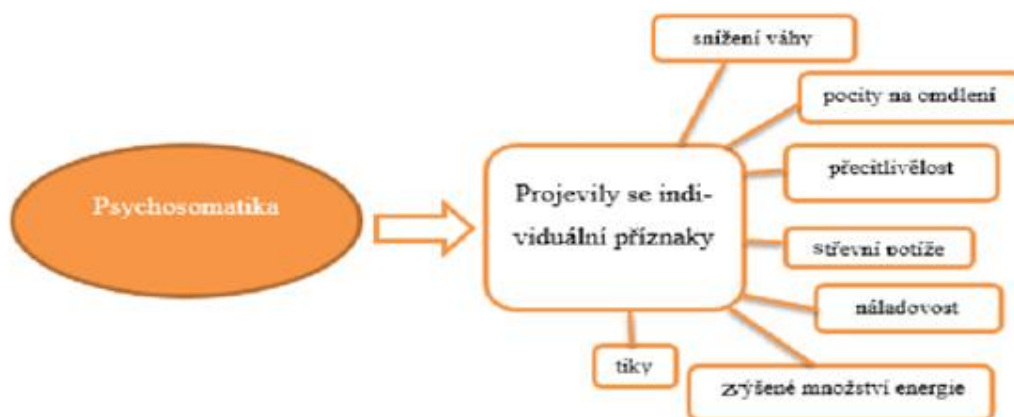
Obrázek 7 Prožité fáze kulturního šoku a jejich specifika

- ✓ Zodpovězené výzkumné otázky: Jak prožili mezinárodní dobrovolníci působící v Africe fáze kulturního šoku? Jak prožívali mezinárodní dobrovolníci adaptaci do dané africké země?



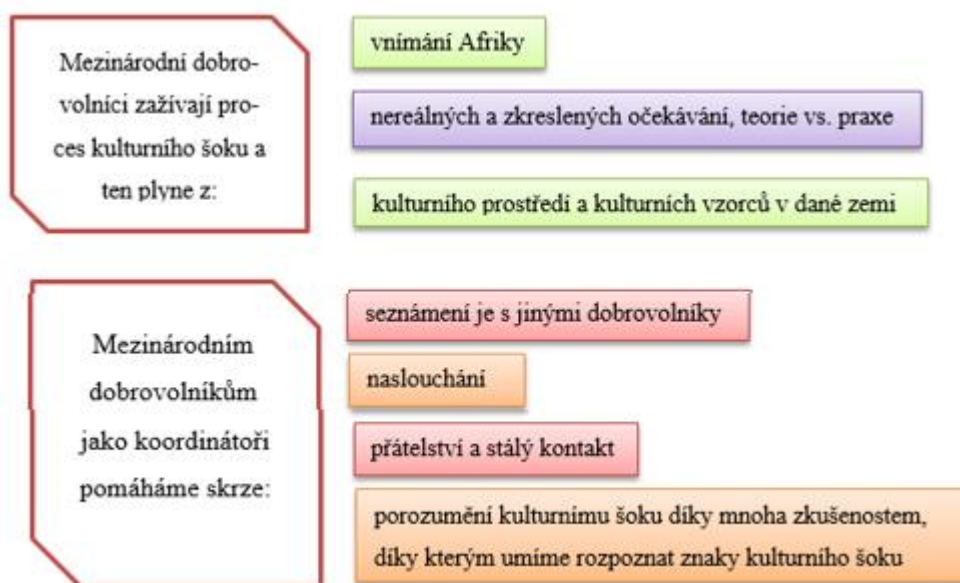
Obrázek 8 Pozitiva a negativa ovlivňující proces adaptace

- ✓ Zodpovězené výzkumné otázky: V čem spatřují mezinárodní dobrovolníci pozitivní ovlivnění ve fázi přizpůsobení se prostředí v dané africké zemi? V čem spatřují mezinárodní dobrovolníci negativní ovlivnění ve fázi přizpůsobení se prostředí v dané africké zemi?



Obrázek 9 Psychosomatika – projevy individuálních příznaků

- ✓ Zodpovězená výzkumná otázka: Jak prožívali mezinárodní dobrovolníci kulturní šok v Africe v souvislosti s jejich psychosomatickou stránkou?

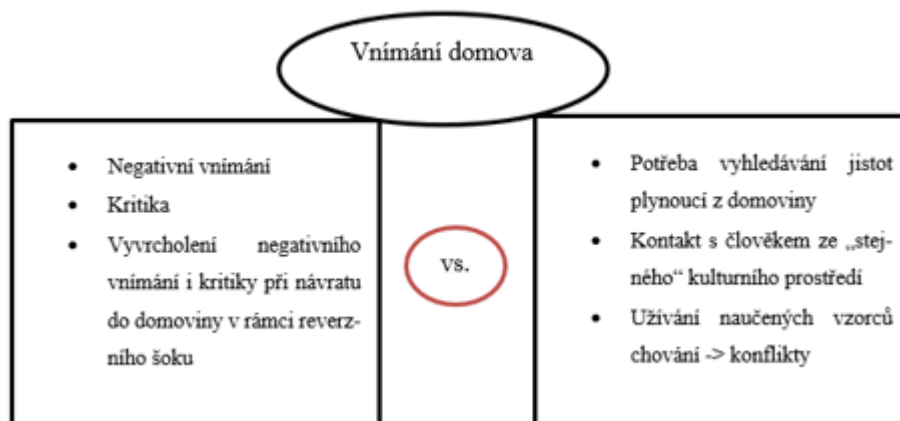


Obrázek 10 Zkušenosti koordinátorů mezinárodních dobrovolníků v Africe

- ✓ Zodpovězená výzkumná otázka: Jaké jsou zkušenosti koordinátorů dobrovolníků v Africe s průběhem kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků?

Výsledkem výzkumu mimo jiné bylo také zjištění toho, jak se projevuje kulturní identita mezinárodních dobrovolníků vůči jejich rodné zemi. Ta vyšla ve spíše negativním a kritickém slova smyslu. Na jednu stranu měli potřebu se v dané zemi stýkat s někým ze stejného kulturního prostředí, neboť to pro ně byla jakási obrana, jistota a podpora zároveň. Na druhou stranu uváděli velmi negativní vidinu občanů domoviny, mentality a celkově kulturního prostředí

Jistotou také pro ně byly naučené kulturní vzorce chování, které se naučily ve své zemi. Ty také používali. Avšak se objevily situace, které vedly díky tomuto postupu ke konfliktům a střetnutí kulturních vzorců domovských s těmi, které jsou uznávané v dané africké zemi. Trvalo tak chvíli než si jednotlivci uvědomili, zvykly si na ně, začali je respektovat a do jisté míry je „zvnitřnili“, pokud bylo jejich rozhodnutím adaptace.



Obrázek 11 Vnímání domova

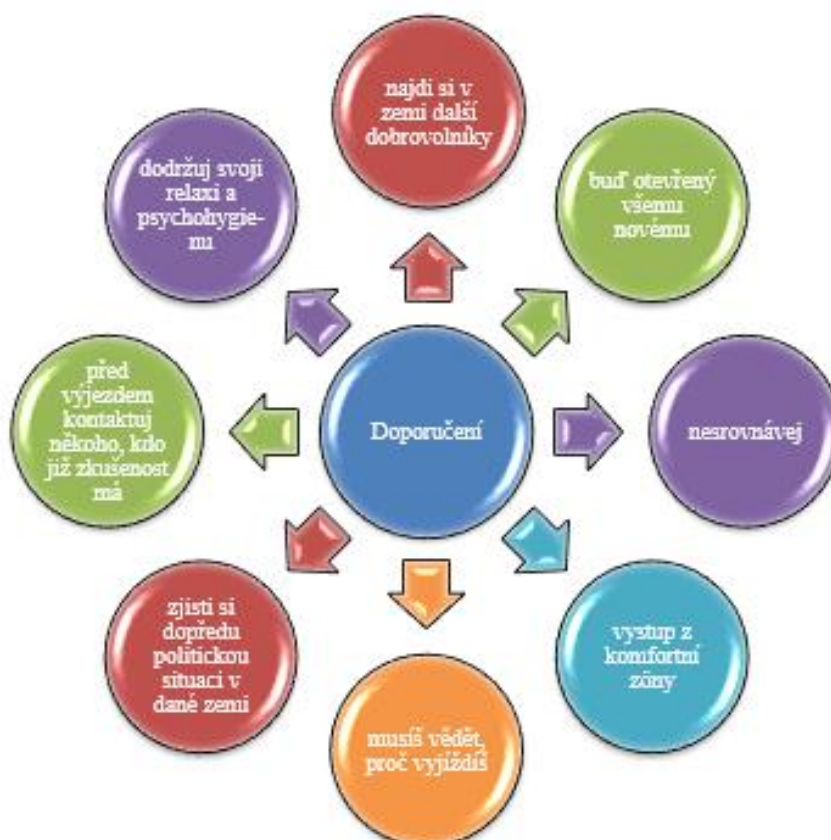
- ✓ Zodpovězená výzkumná otázka: Jak se projevuje kulturní identita mezinárodních dobrovolníků?

Jako poslední uvedeme výstup, který vypovídá o tom, co doporučují mezinárodní dobrovolníci ostatním zájemcům o dobrovolnickou činnost v Africe.

Mezi doporučení, která mezinárodní dobrovolníci vypověděli, spadá několik rad, které například zní:

- Najdi si v zemi další kamarády dobrovolníky, s kterými pak můžeš sdílet své zkušenosti a zážitky.
- Dodržuj svoji relaxaci a psychohygienu.
- Zůstaň otevřený všemu a především tomu novému.
- Nesrovnávej.
- Měl bys jasně vědět, proč vyjíždíš.

Kompletní seznam doporučení jsme zaznamenali do schématu, který je k nahlédnutí na další straně.



Obrázek 12 Doporučení dalším mezinárodním dobrovolníkům

- ✓ Zodpovězená výzkumná otázka: Jaká jsou doporučení dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe dalším zájemcům pro úspěšné zvládnutí kulturního šoku?

## DISKUZE

V minulých kapitolách praktické části jsme se zaměřili na vymezení metodologie výzkumu, analýzu získaných dat spolu s představením kategorií a také na samotné výsledky námi realizovaného výzkumného šetření. V této kapitole se budeme věnovat diskuzi nad výsledky výzkumu a to především ve srovnání s výstupy jiných autorů.

Ústřední výzkumná otázka bakalářské práce *Jaké jsou atributy kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe?* byla zodpovězena poněkud detailní deskripcí struktury, kterou jsme identifikovali ve výpovědích mezinárodních dobrovolníků, dále v písemných tvrzeních koordinátorů mezinárodních dobrovolníků v Africe a v neposlední řadě rovněž v reflexi výzkumníka. Základní charakteristiky kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků v Africe i jejich prožívání byly rozděleny do pěti kategorií, které nesly následující názvy: „Hurá do Afriky!“, „Těžko na cvičišti, lehké na bojišti“, „Exkluzivně: To je šok“, „I africké mince mají dvě strany ...“ a „Kulturní šok“ (viz 6).

V rámci této kapitoly bychom chtěli také zmínit, že tak jako téměř všechny výzkumné šetření, tak i to naše s sebou může přinášet určité limity, zkreslení i omezení. O těch jsme se zmínili v podkapitole 5.7.2, kde jsme však také uvedli prostředky, kterými jsme se snažili těmto možným zkreslením zamezit.

Data, která jsme výzkumem získali, přinesla komplexní pohled na zkoumanou problematiku atributů kulturního šoku u mezinárodních dobrovolníků na africkém kontinentě a doufáme, že napomohou proniknout do této tematiky nejen náhodným čtenářům, ale také mezinárodním dobrovolníkům, zástupcům vysílajících organizací, supervizorům a koordinátorům mezinárodních dobrovolníků a zájemcům o vykonávání dobrovolnické činnosti na africkém kontinentě.

Jedním z významných výsledků práce je důležitost motivace mezinárodního dobrovolníka. Tím je míněno to, že dobrovolník ví, proč vyjíždí vykonávat mezinárodní dobrovolnickou činnost do Afriky. Právě to mu může napomoci ke snazšímu a úspěšnějšímu prožití procesu kulturního šoku. Dalo by se tedy předpokládat, že ***čím vyšší motivace u mezinárodních dobrovolníků působících v Africe, tím úspěšnější zvládnutí procesu kulturního šoku (H1)***.

Dalším z výstupů, který z práce vyplynul, je, že mezinárodní dobrovolníci postrádají přípravu na proces kulturního šoku, který v africké zemi mohou zažít. Jedná se tak především

z hlediska vysílajících organizací. Dobrovolníci jsou tak nuceni přebrat plnou odpovědnost v procesu kulturního šoku a snaží se připravit alespoň sami (kontakt s někým, kdo již zkušenost s mezinárodním dobrovolnictvím v africké zemi má nebo internet). ***Naším doporučením je tedy zkvalitnění přípravné fáze kulturního šoku vysílající organizací. Tato etapa by se dala nazvat pro další pracovní účely jako fáze nultá.*** Zde tedy souhlasíme s vymezením fází kulturního šoku právě Morgensternovou, Šulovou a kol, kteří, jako jediní z nám dostupné literatury z tuzemska i zahraničí, do tohoto vydefinování zahrnují rovněž fázi přípravnou.

V rámci naší práce vzešel také návrh na zkvalitnění přípravné (nulté) fáze, který se objevil ve výpovědi jednoho z mezinárodních dobrovolníků. Tím je možnost připravovat pro vyjíždějící mezinárodní dobrovolníky výjezd někam mimo „civilizaci“ (klidně i mimo Českou republiku), kde by si jedinci mohli vyzkoušet svou psychickou i fyzickou připravenost. To by zprostředkovávala právě vysílající organizace.

Dále byla identifikována potřeba supervizí pro mezinárodní dobrovolníky v průběhu výkonu dobrovolnické praxe, neboť dosavadní stav není dostačující. Pro dobrovolníky by bylo vhodné zavedení supervizí také po návratu do jejich domoviny, neboť se v našem výzkumu vyskytla skutečnost reverzního neboli repatričního kulturního šoku u všech zkoumaných osob. Reverzní šok má svá charakteristiky a v našem výzkumu se projeví přesně tak, jak je uvádí autoři Christofi a Thompson (2007) a McCreesh (2003). ***Doporučujeme zavedení supervizí pro mezinárodní dobrovolníky jak v průběhu výkonu jejich dobrovolnické činnosti, tak také po návratu do jejich země.***

Spojitosť byla identifikována také s výzkumem Lucie Chladové, která zkoumala repatriční šok u studentů MESOHUP po návratu ze zahraničních praxí. I když nelze zjistit, které země studenti v její práci přesně navštívili, autorka uvádí, že se jednalo o země s výrazně odlišným kulturním prostředím. A právě u těchto studentů byla nalezena skutečnost výskytu repatričního šoku. Přestože našim cílem bylo zkoumat kulturní šok u mezinárodních dobrovolníků, můžeme potvrdit stejné výsledky dosažené našim výzkumným šetřením s výstupy Lucie Chladové u studentů MESOHUP (redefinování hodnot, problém se znovunavázáním kontaktu v České republice a zvýšená kritika ke svému okolí). Dalo by se tedy předpokládat, že ***čím je země výjezdu kulturně odlišnější od domoviny, tím je vyšší riziko prožití repatričního šoku po návratu do domoviny (H2).*** Vhodné by bylo tedy tuto hypotézu pomocí

kvantitativního šetření potvrdit nebo vyvrátit. Souhrnem této oblasti by se tak dalo konstatovat, že byla v našem výzkumu potvrzena křivka zvaná „dvojitá U“. ***Navrhovali bychom tak také prozkoumání problematiky reverzního šoku u mezinárodních dobrovolníků působících v Africe při návratu do jejich domoviny***, neboť právě repatriační šok byl pro jedince problematický a přinesl jim psychické obtíže.

Výsledky korespondují také s tvrzením Kutnohorské (2013) a Pedersona (1995), kteří uvádí, že *kulturnímu šoku se nikdo nevyhne*. To bylo zjištěno také u našich účastníků výzkumu, neboť všichni naši respondenti se s kulturním šokem střetli.

Jistý rozpor v našich výstupech vznikl porovnáním s výzkumem, který byl realizován s imigranty a který zjistil, že vědomí příslušné etnické identity napomáhá k snazšímu vyrovnání se s odlišným kulturním prostředím a snižuje stres. Na jedné straně se u účastníků našeho výzkumu objevilo vědomí etnické identity, na straně druhé však také negace a kritika vůči domovské zemi, v našem případě České republice. To souvisí také s tvrzením, které uvádí Morgensternová, Šulová a kol (2007), že cestuje-li člověk delší dobu, začne se mu stýskat po domovině a paradoxně začne stoupat smysl a hodnota pojmu domov. Tuto skutečnost jsme v našem výzkumu neidentifikovali. Avšak se objevil fakt, že potřebují být mezinárodní dobrovolníci v kontaktu s někým ze stejného kulturního prostředí jako oni v dané africké zemi, aby došlo k porozumění a sdílení prožitého. Návrhem v této oblasti se může tedy stát ***doporučení vysílajícím i přijímacím organizacím, aby dopomohly mezinárodním dobrovolníkům nalézt a vyhledat v africké zemi další jedince z jejich země nebo kontinentu. Za hlubší prozkoumání by pak mohla stát také oblast kulturní identity a vnímání domova.***

Důležitým výstupem pro naši práci je, že u mezinárodních dobrovolníků byly identifikovány čtyři fáze kulturního šoku. První z nich byla fáze „medových týdnů“ (honeymoon). Toto stádium bylo typické euforií, poznáváním, zvědavostí a nadšením. Tedy přesně tak, jak je popisována v literaturách (Pedersen, Oberg, Morgensternová, Šulová a kol ...). Další etapa, která následoval u našich respondentů, byla obdobím krize. To probíhalo rovněž tak, jak je popisováno v literatuře (viz teoretická část naší práce 2.1). Následující fází byla adaptace. Ta však proběhla pouze za předpokladu, že se pro ni jedinec sám a dobrovolně rozhodl. Z hlediska stádií Oberga zde tedy bylo přeskočeno období zotavení. Je však možné, že se u mezinárodních dobrovolníků projevovalo, avšak se neodrazilo v námi realizovaném výzkumu.



Výzkum potvrdil také odraz psychického zdraví na tělesnou stránku osobnosti při procesu kulturního šoku, tedy problematiku *psychosomatiky*. Tato oblast se však projevila jako ryze subjektivní a tak jedinci vykazovali individuální symptomy. Ty s jistotou korespondují s možnými příznaky uvedenými Kutnohorskou (2013).

V neposlední řadě jsme také identifikovali v rámci našich výstupů pozitivní a negativní faktory, které napomáhají k úspěšnému prožití kulturního šoku. Právě ty mohou napomoci například vysílajícím organizacím seznámit případné zájemce o výjezd do africké země s možnými komplikacemi a pomoci jim se na ně připravit.

Ve výzkumu, který jsme realizovali na téma „Atributy kulturního šoku u dobrovolníků v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe“, došlo k zodpovězení všech výzkumných otázek (viz 7). Dosáhli jsme tak rovněž všech výzkumných cílů práce.

Z našeho hlediska považujeme za nejproblematictější skutečnost, že mezinárodní dobrovolníci prožívající kulturní šok na africkém kontinentě i zpět ve své domovině, jsou na tuto situaci sami a tak musí za své psychické obtíže, psychosomatické problémy, prožitky a další psychické procesy přebírat plnou odpovědnost. Apelujeme tedy na supervizory a koordinátory dobrovolníků, potažmo na vysílající i přijímající organizace, aby se pokusili o zkvalitnění psychologické péče pro mezinárodní dobrovolníky.

## SOUHRN A ZÁVĚR

Tato bakalářská práce je zaměřena na atributy kulturního šoku u dobrovolníků, kteří působili v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe. Základním cílem tak bylo kvalitativní cestou prozkoumat danou problematiku a vyzkoumat atributy kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví na africkém kontinentě.

Stejně jako v úvodu práce spatřujeme i zde za důležité zmínit, že mezinárodní dobrovolnictví a fenomén kulturního šoku v této sféře jsou stále oblastí málo prozkoumanou. Není zde tedy jednoznačnost a jasnost základní terminologie, teoretického ukotvení ani konceptů. Práce se tedy snaží o rozvoj této oblasti.

Teoretická část tohoto díla je složena ze čtyř hlavních kapitol. V těch vymezujeme základní koncept této práce v závislosti na psychologické antropologii. Dále se věnujeme definování kulturního šoku, jeho fázím, možným predispozicím k němu a možnostem jeho zvládnutí. Zabýváme se také stereotypy, předsudky a kulturní identitou. Ve třetí kapitole jsme charakterizovali mezinárodní dobrovolnictví, motivaci dobrovolníků a prosociální chování. Konečně v poslední části jsme se věnovali výzkumům, které souvisí s danou problematikou.

V praktické části práce jsme se zabývali výzkumem, který jsme v rámci této práce realizovali. Vzhledem ke kvalitativnímu pojetí, které bylo v tomto výzkumu zvoleno, skládá toto výzkumné šetření z osobních výpovědí šesti zástupců mezinárodních dobrovolníků vykonávajících dobrovolnickou činnost v Africe. Pro zvýšení kvality výzkumu bylo využito také pěti písemných výpovědí koordinátorů mezinárodních dobrovolníků, kteří v daných afrických zemích mezinárodní dobrovolníky přijímají a starají se o ně. Tito koordinátoři jsou obyvateli afrického kontinentu. V neposlední řadě bylo využito také písemné reflexe výzkumníka, která vzešla z osobního deníku, který byl psán v průběhu mezinárodního dobrovolnictví v Keňské republice. Tento proces značí dosažení triangulace dat výzkumu.

Výsledky našeho výzkumu z větší míry odpovídají všeobecným poznatkům, které jsme zpracovali do teoretické části této práce. Domníváme se, že právě teoretické seznámení mezinárodních dobrovolníků s procesem kulturního šoku, je prvním krokem k jeho úspěšnému zvládnutí. Proto také v rámci této práce na deskripci a prohloubení fenoménů spojených se zkoumanou problematikou apelujeme.

Významným výstupem práce je popis specifík prožívání kulturního šoku mezinárodními dobrovolníky. V rámci výsledků vzešla také jistá doporučení. Mezi ně spadá návrh na zkvalitnění přípravné fáze kulturního šoku vysílající organizací. Dále pak doporučení na zavedení supervizí pro mezinárodní dobrovolníky jak v průběhu výkonu jejich dobrovolnické činnosti, tak také po návratu do jejich země. Vyplývá také doporučení na prozkoumání problematiky reverzního šoku u mezinárodních dobrovolníků působících v Africe při návratu do jejich domoviny. V neposlední řadě také doporučení vysílajícím i přijímacím organizacím, aby dopomohly mezinárodním dobrovolníkům nalézt a vyhledat v africké zemi další jedince z jejich země nebo kontinentu. Za hlubší prozkoumání by pak mohla stát také oblast kulturní identity a vnímání domova.

Z výsledků našeho výzkumu vzešly také dvě hypotézy, které doporučujeme potvrdit nebo vyvrátit kvantitativní cestou výzkumného šetření. První: čím vyšší motivace u mezinárodních dobrovolníků působících v Africe, tím úspěšnější zvládnutí procesu kulturního šoku (H1). Druhá: čím je země výjezdu kulturně odlišnější od domoviny, tím je vyšší riziko prožití repatriačního šoku po návratu do domoviny (H2).

Realizovaný výzkum potvrdil rovněž problematiku psychosomatiky vyskytující se u mezinárodních dobrovolníků. Tato oblast se však projevila jako ryze subjektivní a tak jedinci vykazovali individuální symptomy. V neposlední řadě byly identifikovány pozitivní a negativní faktory, které napomáhají k úspěšnému prožití kulturního šoku nebo jej naopak komplikují. Toto poznání může napomoci například vysílajícím organizacím seznámit vyjíždějící dobrovolníky do Afriky s možnými komplikacemi a pomoci je tak na ně připravit.

Závěrem můžeme konstatovat, že mezinárodní dobrovolníci jsou „nuceni“ převzít odpovědnost v plném rozsahu za svou přípravu i prožívání procesu kulturního šoku. To znamená, že na své psychické obtíže, prožitky i psychosomatické problémy jsou sami. Důležitost spatřujeme především ve fázi přípravy, neboť ta se ukazuje jako velmi podceněná. Právě tuto skutečnost považujeme za alarmující. Díky avizovaným výsledkům výzkumu si tedy dovoluujeme apelovat na supervizory a koordinátory mezinárodních dobrovolníků, potažmo na vysílající i přijímající organizace, aby se pokusili o zkvalitnění psychologické péče pro mezinárodní dobrovolníky.

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. Allport, G. (2004). *O povaze předsudků*. Praha: Prostor.
2. Berry J. W., Poortinga, Y. H., Breugelmans, S. M. et al. (2011). *Cross-cultural Psychology: Research and Applications*. Cambridge: Cambridge University Press.
3. Bierhoff, H. (2002). *Prosocial Behaviour*. New York: Psychology Press.
4. Block, D. (2014). *Second Language Identities*. New York: Bloomsbury Academic.
5. Brnula, P., Kusin, V. (2013). *Fenomén pomoci v sociálním myšlení*. Bratislava: IRIS.
6. Cichá, M. a kol. (2014). *Integrální antropologie*. Praha: TRITON.
7. Čeněk, J., Smolík, J., Vykoukalová, Z. (2016). *Interkulturní psychologie*. Praha: Grada Publishing, a. s.
8. Česko. (2002). Zákon č. 198/2002 Sb., 24. května 2002. In: *Sbírka zákonů České republiky* [Online]. Částka 82, s. 4835-4839 [cit. 2016-3-31]. Dostupné po zadání čísla předpisu z: <http://aplikace.mvcr.cz/sbirka-zakonu/>
9. Dekker, P., Halman, L. (2003). *The Values of Volunteering: Cross-Cultural Perspectives*. New York: Kluwer Academic.
10. Dutton, E. (2012). *Cultural Shock and Multiculturalism: Reclaiming a Useful Model from the Religious Realm*. UK: Cambridge Scholars Publishing.
11. Ehl, M. (2001). *Globalizace pro a proti*. Praha: Academia.
12. Ferjenčík, J. (2000). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha: Portál.
13. Gavora, P. (2000). *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido.
14. Geist, B. (1992). *Sociologický slovník*. Praha: VICTORIA PUBLISHING, a. s.
15. Giddens, A. (2013). *Sociologie*. Praha: Argo.
16. Gomba, P. (2003). *Slyšíte nás?* Praha: NEWFINANCES.
17. Hawkins, P., Shohet, R. (2004). *Supervize v pomáhajících profesích*. Praha: Portál.
18. Hayes, N. (2008). *Základy sociální psychologie*. Praha: Portál.
19. Helus, Z. (2011). *Úvod do psychologie*. Praha: Grada Publishing, s. r. o.
20. Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum*. Praha: Portál.
21. Herbert, Ch. (1991). *Culture and anomie*. United States of America: University of Chicago Press.

22. Herdman, H. T., Kamitsuru, S. (2015). *Ošetrovatelské diagnózy: Definice a klasifikace*. Praha: Grada Publishing, s. r. o.
23. Chladová, L. (2014). *Repatriační šok u studentů oboru MESOHUP po návratu ze zahraničních praxí* (bakalářská práce). Olomouc: UPOL.
24. Christofi, V., Thompson L. (2007). *You cannot go home again: A phenomenological investigation of returning to the sojourn country after studying abroad*. *Journal of Counseling & Development*, č. 85, s. 53-63.
25. Jackson, R. L. (2010). *Encyclopedia of Identity*. United States of America: SAGE Publications, Inc.
26. Kopřiva, K. (2006). *Lidský vztah jako součást profese*. Praha: Portál.
27. Košťálová, P. (2012). *Stereotypní obrazy a etnické mýty*. Praha: SLON.
28. Krejčí, A. (2014). *Multikulturalismus – ztracené paradigma?* Olomouc: UPOL.
29. Kroger, J. (2007). *Identity Development: Adolescence Through Adulthood*. London: SAGA.
30. Kučera, D. (2015). *Kulturní šok*. [online]. [cit. 2015-04-15]. Dostupné z: <http://ecesty.cz/radce/cestovani/kulturni-sok>
31. Kutnohorská, J. (2013). *Multikulturní ošetrovatelství pro praxi*. Praha: Grada Publishing, a. s.
32. Křivohlavý, J. (2011). *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada Publishing.
33. Lehmanová, Z. a kol. (2010). *Paradigma kultur*. Plzeň: Aleš Čeněk.
34. Lonely Planet. (2007). *Volunteer: A Traveller's Guide To Make a Difference Around the World*. Austrálie: Lonely Planet Pty ltd.
35. McCreesh, M. (2003). *Re-entry syndrome* [on-line]. Dostupné 25. 3. 2016 z: <http://www.international.gc.ca/cil-cai/assets/pdfs/cfsi-icse/cil-cai/pdf/staff-2009-eng.pdf>
36. Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.
37. Mlčák, Z., Záškodná, H. (2013). *Prosociální charakteristiky osobnosti dobrovolníků*. Ostrava: Ostravská univerzita

38. Morgensternová, M., Šulová, L. a kol. (2007). *Interkulturní psychologie – rozvoj interkulturní senzitivity*. Praha: Karolinum.
39. Novák, T. (2002). *O předsudcích*. Brno: Doplněk.
40. Nováková, I. (2008). *Kapitoly z multikulturního ošetrovatelství*. Liberec: Technická univerzita v Liberci.
41. Paulík, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada Publishing, a. s.
42. Pedersen, P. (1995). *The Five Stages of Culture Shock*. United States of America: Greenwood Press.
43. Plháková, A. (2003). *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia.
44. Průcha, J. (2010). *Interkulturní psychologie*. Praha: Portál.
45. Rudin-Brown, Ch. M., Jamson, S. L. (2013). *Behavioural adaptation and road safety*. New York: CRC Press.
46. Říháček, T. a kol. (2013). *Kvalitativní analýzy textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita.
47. Sartori, G. (2005). *Pluralismus, multikulturalismu a přistěhovalci*. Praha: Dokořán.
48. Simons, G. F., Vazquez, A., Harris, P. R. (2011). *Transcultural Leadership – Empowering the Diverse Workforce*. New York: Routledge.
49. Soukup, V. (2011). *Antropologie: Teorie člověka a kultury*. Praha: Portál.
50. Strauss, A., Corbinová, J. (1999). *Základy kvalitativního výzkumu*. Brno: ALBERT.
51. Surmařová, E. (2015). *Zkušenosti „wzungu“ jako dobrovolníků v Keni* (bakalářská práce). Zlín: UTB.
52. Tošner, J., Sozanská, O. (2002). *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. Praha: Porál.
53. Tožička, T. (2007). *Česko proti chudobě: informace, fakta a čísla z rozvojového světa*. Praha: Educon.
54. Tožička, T. a kol. (2011). *Občanská odpovědnost ve světě globální chudoby*. Praha: Educon.
55. Trinh, N., Rho, Y., Lu, F., Sanders, K. (2009). *Handbook of Mental Health and Acculturation in Asian American Families*. New York: Hamana Press.

56. Ujfaluši, R. (2012). *Význam mezinárodního dobrovolnictví pro rozvoj jednotlivce a otevřené společnosti*. In: Cesty k uznávání: sborník příspěvků z Konference k uznávání neformálního vzdělávání: (2. a 3. listopadu 2011, Praha). 1. vyd. Praha: Národní institut dětí a mládeže Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, 2012, s. 13-15.
57. Vodáková, A., Vodáková A., Soukup, V. (2000). *Sociální a kulturní antropologie*. Praha: Sociologické nakladatelství.
58. Výrost, J., Slaměník, I. (2008). *Sociální psychologie*. Praha: Grada Publishing.
59. Walters, J. (2005). *Substitute Teacher Handbook*. USA: TCR.
60. Ward, C., Furnham, A., Bochner, S. (2005). *The Psychology of Culture Shock*. New York: routledge.
61. Weinerová, R. (2014). *Romové a stereotypy*. Praha: Univerzita Karlova.
62. Wilson, J., Musick, M. (2008). *Volunteers: A social profile*. Bloomington: Indiana University Press.
63. Yue, Y., Le, Q. (2012). *From „cultural shock“ to „ABC framework“: Development of intercultural contact theory*. International Journal of Innovative Interdisciplinary Research, č. 2, s 133-141.

## **SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

HPP Hlavní pracovní poměr

KŠ Kulturní šok



## SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 Kritéria pro výběr výzkumného souboru.....	49
Obrázek 2 Základní údaje o koordinátorech dobrovolníků v Africe .....	52
Obrázek 3 Postup analýzy dat.....	59
Obrázek 4 Kategorie a subkategorie .....	60
Obrázek 5 Motivy mezinárodních dobrovolníků .....	69
Obrázek 6 Příprava na kulturní šok.....	71
Obrázek 7 Prožité fáze kulturního šoku a jejich specifika .....	73
Obrázek 8 Pozitiva a negativa ovlivňující proces adaptace.....	74
Obrázek 9 Psychosomatika – projevy individuálních příznaků.....	74
Obrázek 10 Zkušenosti koordinátorů mezinárodních dobrovolníků v Africe .....	75
Obrázek 11 Vnímání domova .....	76
Obrázek 12 Doporučení dalším mezinárodním dobrovolníkům.....	77

## **SEZNAM TABULEK**

Tabulka 1 Základní údaje o výzkumném souboru .....	51
--	----

## **SEZNAM PŘÍLOH**

- P I Formulář zadání bakalářské práce
- P II Abstrakt bakalářské práce v českém jazyce
- P III Abstrakt bakalářské práce v anglickém jazyce
- P IV Polostrukturované interview
- P V Ukázka interview s mezinárodním dobrovolníkem – Volunteerboy 5
- P VI Výpověď koordinátora mezinárodních dobrovolníků v Africe
- P VII Reflexe výzkumníka z osobní zkušenosti s mezinárodním dobrovolnictvím v Keni
- P VIII Korektura překladu z anglického do českého jazyka Překladatelskou agenturu Jana Kopčily

# PŘÍLOHA P I: FORMULÁŘ ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Univerzita Palackého v Olomouci  
Philosophical Faculty  
Akademický rok: 2014/2015

Studijní program: Psychology  
Forma: Combined  
Obor/komb.: Psychologie (PSYB)

## Podklad pro zadání BAKALÁŘSKÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
SURMAROVÁ Eliška	Sazovice 15, Sazovice	F130788

### TÉMA ČESKY:

Atributy kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe

### NÁZEV ANGLICKY:

The attributes of culture shock for volunteers working within international volunteering in Africa

### VEDOUcí PRÁCE:

Mgr. Martin Kupka, Ph.D. - PCH

### ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

- Seznámení se s manuálem pro psaní diplomových prací na Katedře psychologie FF UP v Olomouci a citačními normami Americké psychologické asociace.
- Zpracování referátů a studium odborné literatury z oblastí psychologie, kulturní antropologie a sociologie.
- Zpracování přehledu dosavadního výzkumu využití databáze EBSCO zpracování přehledu dosavadního výzkumu do teoretické části BP klíčové je zaměření na kulturní šok a anomii v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe.
- Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a přesné stanovení výzkumného problému.
- Realizace kvalitativního výzkumu formou interview s nejméně šesti probandy. Pro výběr výzkumného souboru jsme zvolili tuto specifika: dobrovolníci vykonávající dobrovolnickou činnost v Africe, pro dobrovolníky je to první zkušenost s mezinárodním dobrovolnictvím, v Africe v rámci mezinárodního dobrovolnictví strávili nejméně tři měsíce a jedná se o dobrovolníky pocházející z euroatlantické civilizace.
- Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

### SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

- Berloff, H., (2002). Prosocial Behaviour. New York: Psychology Press.  
Dekker, P., Halman, L., (2003). The Values of Volunteering: Cross-Cultural Perspectives. New York: Kluwer Academic.  
Herbert, Ch., (1991). Culture and anomie. United States of America: University of Chicago Press.  
Kaiserová, K., (2005). Samota jako partner. Praha: Mladá fronta.  
Paulík, K., (2010). Psychologie lidské odolnosti. Vyd. 1. Praha: Grada.  
Piháková, A., (2003). Učebnice obecné psychologie. Praha: Academia.

Podpis studenta: \_\_\_\_\_

Datum: 21. 4. 2015

Podpis vedoucího práce: \_\_\_\_\_

Datum: 29. 6. 2015

## **PŘÍLOHA P II: ABSTRAKT BAKALÁŘSKÉ PRÁCE V ČESKÉM JAZYCE**

### **Abstrakt**

**Název práce:** Atributy kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe

**Autor:** Surmařová Eliška

**Vedoucí:** Mgr. Martin Kupka, Ph.D.

**Počet stran a znaků:** 91, 169 491

**Počet příloh:** 8

**Počet titulů použité literatury:** 63

Bakalářská práce se zaměřuje na atributy kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe. Práce je rozdělena do dvou částí. První, teoretická část vymezuje základní terminologické pojmy týkající se sledované problematiky. Vymezuje psychologickou antropologii, definuje kulturní šok a vymezuje jeho proces a fáze. Dále se pak soustřeďuje na kulturní identitu a problematiku stereotypů a předsudků. Popisuje také zvládání kulturního šoku. V neposlední řadě se zabývá vymezením mezinárodního dobrovolnictví, prosociálního chování, motivace mezinárodních dobrovolníků a mezinárodnímu dobrovolnictví v Africe. Druhá, praktická část se zaměřuje na samotný výzkum, který má kvalitativní pojetí. Metodou pro získání dat bylo zvoleno polostrukturované interview zpracované postupem otevřeného kódování. Pro zvýšení kvality výzkumu bylo využito také písemných výpovědí koordinátorů mezinárodních dobrovolníků v Africe a písemná reflexe výzkumníka, což značí dosažení triangulace dat výzkumu.

**Klíčová slova:** kulturní šok, mezinárodní dobrovolnictví, adaptace, kulturní identita, Afrika

## **PŘÍLOHA P III: ABSTRAKT BAKALÁŘSKÉ PRÁCE V ANGLICKÉM JAZYCE**

### **Abstract**

**Title:** The attributes of culture shock for volunteers working within international volunteering in Africa

**Author:** Surmařová Eliška

**Supervisor:** Mgr. Martin Kupka, Ph.D.

**Number of pages and characters:** 91, 169 491

**Number of appendices:** 8

**Number of references:** 63

The bachelor thesis deals with the attributes of culture shock for volunteers working within international volunteering in Africa. The bachelor thesis is divided into two parts. The theoretical part introduces the basic terminology related to this area. It defines psychological anthropology, culture shock, its process and stages. Then it focuses on cultural identity and issues of stereotypes and prejudices. It also describes coping strategies with culture shock. Finally, it deals with the definition of international volunteering, prosocial behaviour, motivation of international volunteers and international volunteering in Africa. The practical part focuses on the research itself, which has a qualitative approach. Method for obtaining data was selected semi-structured interview, prepared in the procedure of open coding. To increase the quality of the research there were also used written statements of the coordinators of the international volunteers in Africa and a written reflection of the researcher, which indicates achieving triangulation of the researched data.

**Keywords:** culture shock, international volunteering, adaptation, cultural identity, Africa

## **PŘÍLOHA P IV: POLOSTRUKTUROVANÉ INTERVIEW**

Ahoj,

jako první budu potřebovat tvůj souhlas, že můžu nahrávat interview s tebou a že souhlasíš s tím, že tím budeš součástí mého výzkumu pro mou bakalářskou práci.

Kdyby se ti jakákoli otázka zdála osobní, samozřejmě máš právo na ni neodpovídat. Celý výzkum je zcela anonymní.

### **1. Úvodní fáze**

- Ahoj, kolik Ti je let?
- Co děláš?
  - Pracuješ/studuješ?
  - V jakém oboru? / Jaký obor?
- Proč jsi se rozhodl/a vyjet v rámci mezinárodního dobrovolnictví do Afriky?
  - Jaké byly tvé motivy pro výběr právě dané africké země?
  - A co jsi od této země očekával/a?
- Jednalo se o tvou první zkušenost s mezinárodním dobrovolnictvím?
- Jaký druh dobrovolnictví jsi v Africe vykonával/a?
  - A na jak dlouho?

### **2. Jádru interview**

- Znáš pojem kulturní šok?
  - Pokus se jej definovat, prosím. (pomoci vlastních slov)
- Jaké emoce se ti pojí – tě napadají u pojmového sousloví „kulturní šok v Africe“?
- Byl/a jsi s pojmem a charakteristikou seznámen v rámci výjezdu do Afriky vysílající organizací/sám/vůbec?
  - Pokud ano, jak?
- Zažil/a jsi, dle tvého názoru, v africké zemi kulturní šok?
- Zažil/a jsi při příjezdu do africké země období euforie, nadšení a fascinace z „nové kultury“?
  - Pokud ano, jak to probíhalo?
- Bylo těžké se do africké země adaptovat?
  - Pokud ano, jak dlouho ti to trvalo?
  - Co ti v úspěšné adaptaci nejvíce bránilo?
- Jaké jsi prožíval/a vnitřní pocity a dojmy ve fázi adaptace na tamní kulturu?

- Proběhla u tebe tzv. fáze krize?
  - Pokud ano, jak dlouho trvala?
  - Jaké pocity ji doprovázely? (Tzn. - Vyskytly se u tebe pocity frustrace nebo deprese nebo smutku nebo úzkosti nebo nedostatek sebedůvěry? Aj.)
- Pociťoval/a jsi během pobytu v africké zemi odraz psychického zdraví na tělesnou stránku své osobnosti?
- Co tě pozitivně ovlivnilo ve fázi přizpůsobení se danému prostředí?
- Co tě negativně ovlivnilo ve fázi přizpůsobení se danému prostředí?
- Měl/a jsi prostor pro svou duševní hygienu a relaxaci? Pokud ano, jak probíhala?
- Jaká je vhodná obrana proti kulturnímu šoku?
  - Co tobě osobně pomohlo?

### **3. Závěrečná fáze**

- Litoval/a jsi výjezdu do africké země v rámci mezinárodního dobrovolnictví?
  - Pokud ano, proč?
- V čem splňoval pobyt v africké zemi tvá očekávání?
  - V čem tě naopak zklamal?
- Udělal/a bys v rámci střetnutí se s kulturním šokem teď s odstupem času něco jinak? (Tzn.- Aby se ti podařilo ještě úspěšněji kulturní šok zvládnout?)
- Je něco co ti dobrovolnictví v africké zemi dalo nebo vzalo?
- Jak hodnotíš svou přípravu nebo přípravu (pokud proběhla) vysílající organizace na kulturní šok?
- Co bys doporučil dalším mezinárodním dobrovolníkům, kteří se do africké země rozhodnout v rámci mezinárodního dobrovolnictví vyjet, aby úspěšně zvládli kulturní šok?

*Je ještě něco, co bys mi chtěl/a říct?*

- Zde ponechání prostoru respondentovi na jakékoli myšlenky a informace.

*Děkuji moc za tvůj čas pro toto interview. Děkuji. Tím také vypnu nahrávací zařízení, ano?*



## PŘÍLOHA P V: UKÁZKA INTERVIEW S MEZINÁRODNÍM DOBROVOLNÍKEM – VOLUNTEERBOY 5

...

- Byl jsi s pojmem a charakteristikou seznámen v rámci výjezdu do Afriky vysílající organizací/sám/vůbec? (Pokud ano, jak?)

*No jak jsem vzpomínal ty první momenty, že první momenty, když se člověk ohlédne, vstupuje z letadla, tu organizovanost respektive neorganizovanost a to všechno co se tam děje a tu sníženou bezpečnost – snížený pocit bezpečí, a tím vlastně, že člověk je bílý, tak vlastně „svítí“ a je to vlastně jak když se negropoidní člověk vyskytne v naší společnosti, no jako záleží na městě – třeba v Praze to není, když se střetne s černochem a například v nějaké menší vesnici to „zasvítí“ - zrovna tak tak zasvítí bílý člověk a poutá na sebe pozornost, takže to je opravdu takový zvláštní a blbý pocit. No a příprava na to, jak říkám, člověk se nějak nesoustředil na to, do jaké společnosti jde nebo tak, ale spíš co bude dělat, co bude mým zaměřením práce a či to zvládnou, taky jak se na to nejlépe nachystat ve smysle nějaké materiální vybavenosti, ale to že jak naložím s tou společností, to je už čistě osobní záležitost a na to se nějak speciálně nepřipravuju a v podstatě je to takové riziko, které ... ale většina lidí to zvládá v pořádku, možná že nějací starší lidé, no stane se, že někdy jedou nějací starší lékaři, dejme tomu třeba v tom nejproduktivnějším věku nemají tu možnost vycestovat na dlouhou dobu, když jsou někde dlouhodobě zaměstnaní a mají rodinu, a často se tak stává, že když vycestuje takovýto starší jedinec, tak to pro něho může být problém – je méně přizpůsobivý, má menší data, má menší schopnosti se adaptovat na novou společnost, takže pro něho to může být o vela zatěžující situace. Ale myslím si, že pro nás mladé, pro mladého člověka, který trochu prostě je takový „šibnutý“ a nebojácný, tak to není až takový problém.*

*Takže já jsem kontaktoval lidi, kteří už byli v JS, ale jednalo se pouze o zaměření té práce prostě, tedy čistě o profesní záležitost. Takže ne o takovou, že jak tam člověk ... no, trochu se člověk zajímá, jak tam přežije – co voda, co jedl, jaké ubytování, jaké možnosti sociálního vyžití a respektive nějakého volného času a taky nějaké komunikace s okolím, se světem, nějaký internet a tak to prostě člověka zajímá. Nevím ... byl jsem ponaučený jenom v tom, to bylo velké plus, že jsem byl upozorněný tím kamarádem, který byl starší a byl tam, že tito lidi všichni, jak jsem vzpomínal, že ten bílý tam upoutá tu pozornost, tak oni si myslím tím, že je tam velké procento nízké vzdělanosti až negramotnosti, tak lidi*

*nemají povědomí o světě jako takovém, a každého bílého člověka považují za Američana a že je strašně bohatý a že když už tam je, tak jim asi něco přinesl a že to bude něco materiálního. Takže jen pár lidí je takových, že jsou výjimkou z toho celého spektra, co jsem tam střetl, ale většina jsou ta přátelství a známosti na základě zjištěného vztahu. Neexistují tam prostě takové vztahy mezi tím domorodým člověkem a tím bílým jako třeba u nás, že jsou dva kamarádi a shledávali se kvůli tomu, že by jeden z nich z toho měl nějak profitovat nebo tak, ale proto že jim je spolu dobře, mají nějaké společné zájmy anebo cokoli. Prostě tam takový vztah je velice těžké si s tím domácím člověkem vypěstovat. Většinou ty vztahy těch domácích jsou velmi zjištěné a chovají se mile a ochotně kvůli tomu, že jsou zvyknutí, že z toho bílého alespoň něco vypadne – či už jenom nějaká obyčejná, když je člověk na odchodě, tak nějaké sandále nebo tričko, oblečení, cokoli co tam člověk nechá – no a tak si přizpůsobí celé tady toto chování tomu bílému tak, aby na něho v této situaci potom myslel. Takže toto byl takový ten kulturní šok, že ... no to ti můžu říct ještě při jiných otázkách, že v tomto fakt bylo takové to zklamání v těch známostech ... takže asi toto ... byl jsem ponaučený dopředu, abych nebyl překvapený, když ti lidé budou milí a ochotní jen kvůli tomu, že jsem bílý a očekávají z toho vztahu „co z toho kápne“, nějaký profit.*

- Zažil jsi, dle tvého názoru, v africké zemi kulturní šok?

*No, v prvních momentech možná, když tam člověk přistane, rozhlédne se okolo, seznámí se s tím okolím a prostředím, ale to je prostě otázka pár dní, neboť kdyby byl šokovaný, hůř se přizpůsoboval a tak – to mu odpoutá pozornost a ubere mu to energii na to, kvůli čemu tam právě je. Takže není tam moc času na nějaké šokování se. Jako jasně, ta přirozená reakce tam je, když tam člověk je, není to „jooo, toto je jasně, však to znám, to je klasika z těch dokumentů“ – ne, je to opravdu o něčem jiném, ale netrvá to dlouho. Aspoň ne v mém případě.*

Jak dlouho si myslíš, že ti to trvalo?

*No než si to člověk ohmatá, záleží na prostředí, do kterého se dostane ... tak já nevím ... no, mě pár dní možná – než se člověk seznámí s tím prostředím, zjistí, jak funguje a potom už se snaží věnovat té svojí práci kvůli které tam je.*

- Zažil jsi při příjezdu do africké země období euforie, nadšení a fascinace z „nové kultury“? (Pokud ano, jak to probíhalo?)

*No to určitě. V tom Súdánu, možno při prožívání takových těch příběhů v tom volném čase a sdílením společných chvil s tzv. chlapci z ulici – streetboyů. No protože, ta krajina, jak se rozdělila, tak strašně vela lidí tam z hlavního města Súdánu, no byly tam natáhlé kolejnice z hlavního města do jiného města a oni se takhle přemísťovali, tam lidé čekali prostě – protože to obyvatelstvo bylo smíchané – jakoby Československo a z Česka by násilně přemísťovali Slováky zpět na Slovensko – takže tam byly takové situace, že tam třeba dva roky čekali na vlakové stanici a lidé tam přežívali v nějakých táborech, aby se vůbec dostali do své domoviny, protože hlavní takový rozdíl byl v tom, že sever je arabská Afrika, muslimská, a ten jih to je víc taková černošská Afrika a taky taková křesťanská. Samozřejmě že ten konflikt byl politický – kvůli ropě a tak, takže to byl politický záměr. No a vlastně vždycky když chce někdo vyvolat nějaký konflikt tak to zaobalí za nějaké etnika nebo za nějaké náboženství, aby vyburcoval lidi – o ropu nejde, oni ti lidi neví, že se hádají o ropu a takové věci ti politici, ale takhle se to vždycky vyvolává. A děje se to i dnes, že chtějí vyvolat konflikt, tak ho vyvolají na základě náboženské rozdílnosti. Nicméně tady nikdo nestřetnul muslima, kdyby ho viděl, tak zjistí, že není problém.*

*No takže já jsem přežíval s těma klukama z ulici, což byl takový smutný příběh, já nevím ... napadá mě v tom ta euforia – že člověk vidí ty rozdíly, že je to všechno podmíněné tím psychomotorickým vývinem – že pokud nemá dítě dostatečně podněty z okolí nebo že se mu nevěnuje pozornost, tak se hůře vyvíjí nebo hůře prospívá nebo tak ... a nejdůležitější takový faktor je, že ty děti jsou takové odolnější, jsou schopnější do života, ne nějaké ty naše „rozmazené“ děti v naší společnosti. Ale co je takové euforické, to nejemotivnější, že tam ten mladý člověk trpí na dně, tak to je taková ta láska, to přijetí, že někdo se o něho stará a tak. Takže jsem tam byl vela v kontaktu s klukama z ulice, což byli kluci, kteří byli vyhoštění – vyhození na ulici rodinami, neboť vlastně chlapec v rodině tam nemá žádné postavení, respektive chlapec v rodině nemá perspektivu na to, aby ho otec mohl oženit, no a ten otec potřebuje nějaké krávy a když krávy nemá, tak potřebuje nějaké dcery ... takže je výhodnější mít dceru, protože je to výhodnější, neboť tu dceru potom může vyměnit za něco, může je provdat, a má za to krávy, majetek a může za to postavit něco doma nebo může si užívat svůj osobní život. Takže chlapci jsou neperspektivní v tomto, takže vela se tam takhle pohybují – a jsou to takové nejsmutnější příběhy – oni*

vlastně nejsou sirotci (což je taková nevyhnutelná situace, to je prostě fakt, když to tak je, prostě nemají rodiče), ale toto je ještě horší v tom, že oni rodiče mají, ale ti jejich rodiče je nechťejí. Takže to je ještě o to horší v té nelásce a odmítnutí toho dítěte ... a ti chlapci tam žijí jako pouliční psi, nikdo je nechce, běhali po ulici a živili se sbíráním nějakých plastových lahví, které směňovali za pár drobných (protože oni zase potom v těch lahvích pančovali nějaký benzín a tak) takže to byly takové nejsmutnější obrázky – ale bylo na tom vidět, že ti chlapci, i když byli tak nějak z divočiny, tak takoví vůbec nebyli, to bylo na tom nejkrásnější – dalo se s nimi nějak pracovat, samozřejmě tam byli i nějaké projevy agrese (ten sebere druhému něco a už je bitka nebo tak, takže to je přirozené a pak se zašívaly hlavy) ... ale byl jsem hodně překvapený, že děti, které vyrůstají „na divoko“, že mají normální způsoby, jsou učenlivé a uměli i anglicky, i když do školy nechodili (kdo by jich tam vzal, tam musí rodiče platit školné), takže bylo to pěkně ... no a měli tam takový základní cit lásky k bližnímu – já jsem „koukal jak úplně vyoraný“, když bylo Sv. Mikuláše, tak jsem šel od těch Selesiánů do takového obchodu přes ulici, no a že si koupím kitkat – to se láme na tři kusy v podstatě, no a šli tito chalani okolo a bylo jich čtyři nějak a tak jsem to nalámal a jednomu nevyšlo, tak samozřejmě že ještě musím jít koupit ještě jednu, aby i tomu poslednímu vyšlo. No, a když viděli, že neseme i to druhé kitkat, tak prostě ti kluci zorganizovali tu situaci tak, aby jako první dostal ten kluk, který ještě nedostal. Takže to nebyl takový ten typický obraz takových těch afrických dětí, že prostě „já,já,já“ – takové zvíře co se mu hodí kus nějakého masa a teraz ho chce co nejvíc pro sebe – takový ten zvířecí pud se tam prostě neprojevil. Bylo tam to nezištné podělení se. Že většinou je člověk zvyklý na to, že když se něco někde dává, tak je člověk zvyklý na to, že se tam jde hlava nehlava – cokoli materiální. No a nedělá se to tak, že by se tam něco mezi ně házelo, to se právě nedělá, spíš takhle dát a aby se to moc nerozšiřovalo, protože pak vznikají ty fámy o běloších.

...

## **PŘÍLOHA P VI: VÝPOVĚĚ KOORDINÁTORA MEZINÁRODNÍCH DOBROVOLNÍKŮ V AFRICE**

### **BENJI – anglická verze**

Its very hard to note if all the volunteers have culture shock, because many of them come with an open mind and had already set their expectations to coming to a less developed part of the world. As I've read, there are the four stages of culture shock and I see that most of our volunteers go through these phases very quickly. Some though last at the honeymoon stage for about 2 weeks, then move on to the negotiation stage for about 2-3 weeks then they adjust and finally adapt. Usually by week 5 is when they have adapted and now don't wish to go back home, they then extend their stay.

How I can see it, is through how they cope with their daily lives and how quickly they stop complaining and start looking for ways to counter the feeling of homesickness and loneliness. The biggest sign of culture shock is how they view the kenyan mode of transportation.

The matatu is a mixture of cultures and depict how the average kenyan is. The driver sometimes is mad and so is the conductor. At the same time there are kenyan from the lowest to mid-high class who also use the matatu. So the volunteer usually has opinions about their first couple or so rides. At this point, when the volunteer tells me about their experience on a matatu, I am able to gauge how far in the culture shock their in. For example, a volunteer will tell you that they prefer their public transport back home (homesick) others will tell you how they hate the driver or conductor or passengers or people that always look at them (they feel different and have unpleasant feelings of frustration, they are in the negotiation part of the culture shock)

Later on they will tell you of how they find Kenyans more friendly and open(as compared to where they come from), or of how they were helped by a Kenyan (at this point they are having a positive attitude and they are in the adjustment period. Finally for some they may decide to adapt Kenyan names that are given to them, want to go and watch local football matches want to extend their stay appreciate the kenyan food and want to learn how to cook it (by this stage they are in the adaption stage).

And yes its possible to help them cope with it. However you need to spend time with them and learn how to recognize the signs and symptoms of culture shock. As AIESEC we have been given a program outline for what we call LEAD. Its a reflection journey for everyone

that goes on exchange. The incoming side (us) should conduct it with the volunteer to understand what they are feeling and how to help them adapt to the fact that they are in a new culture. Sadly most of them don't have the time to do it and often let the volunteer manage their feelings of culture shock. A buddy is important but only if they are in constant communication with the volunteer.

What I have come to see help, is 1 presence of other volunteers that have already reached the adjustment or adaptation stage. 2 sometimes the volunteer needs to travel out of Nairobi so that they are able to organize their thoughts 3 the supervisor needs to be in constant know before the volunteer ends up very homesick and just wants to go back home.

### **BENJI – česká verze po překladu**

Je velmi těžké říct, jestli úplně všichni dobrovolníci prožijí kulturní šok, protože mnoho z nich přijde s otevřenou myslí a mají jasná očekávání již před příchodem do méně rozvinuté části světa. Jak jsem četl, máme čtyři stádia kulturního šoku a mohu říct, že většina našich dobrovolníků jimi projde velmi rychle. Někteří z nich jsou ve stádiu „líbánek“ okolo dvou týdnů, poté se přesunou do fáze krize, které trvá okolo 2-3 týdnů. Poté to překonají a adaptují se. Obvykle se jedná o pátý týden pobytu, kdy se adaptují a nechtějí se vrátit zpět domů, proto si svůj pobyt třeba i prodlouží.

Z mé zkušenosti záleží to na tom, jak se umí vyrovnávat s každodenním životem a jak rychle si přestanou stěžovat a začnou hledat cesty, jak čelit stesku po domovině a pocitům osamělosti. Největším znakem kulturního šoku je to, jak vnímají transport v naší zemi. „Matatu“ (název transportu) je jakousi směsicí kultur a ukazuje jaký je průměrný Keňan. Řidič „matatu“ řídí někdy opravdu šíleně a stejně šílený je i průvodčí. No a jezdí tam spolu Keňané z těch nejnižších poměrů i středně vysokých vrstev. Takže si dobrovolník vytváří názor hned po několika jízdách či podobně. No, a když za mnou přijde a řekne mi o své zkušenosti z „matatu“, v tuto chvíli jsme schopni změřit, jak daleko, v jakém stádiu kulturního šoku se nachází.

Například: Někteří dobrovolníci ti řeknou, že preferují jiný způsob dopravy domů (jiný než „matatu“), to jsou ti, kteří si stýskají po domovině. Další ti řeknou, že nenávidí řidiče a průvodčího nebo jak se na ně ostatní pořád dívají – to jsou ti, kteří se cítí odlišní a mají pocity frustrace = ti kteří se nacházejí ve stádiu krize.

Později ti řeknou, že zjistili, že Keňané jsou přátelštější a otevřenější v porovnání s lidmi, odkud pochází. Nebo jak jim nějaký Keňan pomohl. No a od těchto momentů mají pozitivní přístup a jsou ve fázi vyrovnávání se.

Nakonec se někteří rozhodnout adaptovat. Fázi adaptace poznáš tak, že někteří přijmou keňské jméno, které jim je dáno, chtějí se chodit dívat na místní fotbalové zápasy, chtějí prodloužit svůj pobyt, umí ocenit keňské jídlo a chtějí se ho naučit vařit. V tento okamžik jsou už ve fázi adaptace.

No a samozřejmě je možné jim pomoci se s kulturním šokem vyrovnat. Nicméně potřebuješ čas, který s dobrovolníky strávíš a naučíš se rozpoznat znaky a symptomy kulturního šoku. Jako organizace AIESEC dáváme dobrovolníkům program nazvaný LEAD, což je cesta reflexe pro každého, kdo odjíždí na pobyt. Příjímací strana by pak měla dobrovolníkovi pomoci porozumět jeho pocitům a pomoci mu přizpůsobit se v nové kultuře. Bohužel na to většina nemá čas, a tak často nechají dobrovolníka, ať se se svými pocity v rámci kulturního šoku vypořádá sám. Buddy (pozice kamaráda v dané zemi, který by měl dobrovolníkovi být kamarádem a pomáhat mu) je důležitý, ale pouze tehdy, je-li ve stálém kontaktu s dobrovolníkem.

### **Co spatřuji za důležité a co by mohlo pomoci:**

1. Nový – přicházející dobrovolník přijde do prostředí ostatních dobrovolníků, kteří již prošli fází vyrovnání se a adaptace.
2. Někdy potřebuje dobrovolník vycestovat ven z Nairobi, aby byl schopen zorganizovat si své myšlenky.
3. Supervizor by měl být s dobrovolníkem v neustálém kontaktu, aby věděl, co prožívá – že se mu například stýská po domově, ještě před tím, než se vzdá a odjede dříve.

## **PŘÍLOHA P VII: REFLEXE VÝZKUMNÍKA Z OSOBNÍ ZKUŠENOSTI S MEZINÁRODNÍM DOBROVOLNICTVÍM V KENI**

...

Do této africké země jsem se rozhodla vyjet pod záštitou organizace, abych nejela poprvé úplně sama. Vyjela jsem přes organizaci AIESEC. Abych mohla vůbec na nějakou stáž, musela jsem projít interview, kde se mě ptali na mé motivy výjezdu a také ozkoušeli moji znalost anglického jazyka. Poté už jsem si vyhledala projekt, prošla výběrovým interview s členem z organizace AIESEC z Keni, zaplatila členský poplatek a mohla vyjet. Bohužel se před mým výjezdem začalo čím dál mluvit o teroristických útocích a ebole. Pro svou bezpečnost jsem komunikovala s ministerstvem a snažila se získat co nejvíce aktuální informace, abych nic nepodcenila. Těsně před odjezdem mi volal člen organizace AIESEC tady v ČR a řekl mi, že za mě nemají žádnou zodpovědnost, a že když se mi něco stane, bude to jen na mě a moje chyba. To pro mě nebylo zrovna dvakrát povzbuzení. Od organizace, přes kterou vyjízdim, bych čekala víc. I přes to jsem se však rozhodla vyjet.

Ještě těsně před odjezdem pro nás vyjíždějící AIESEC připravil seminář, kde jsme se měli dozvědět více informací. Seminář byl hodně zaměřený na Evropu a o Africe, do které jsem vyjížděla, moc věcí řečeno nebylo. Vlastně nejspíš nic řečeno nebylo. Akorát jsme si zahráli takovou hru, která nám ukázala, že se můžeme dostat do jakéhokoli prostředí, na které budeme muset nějak reagovat. Hra trvala asi deset minut, nikdo nesměl mluvit a všichni jsme měli jen nasávat atmosféru.

Sama jsem si před odjezdem snažila zjišťovat co nejvíce informaci o Africe celkově i přímo o Keni. Sledovala jsem internet, články, videa, načítala si možnou literaturu apod. No a co mi pomohlo, bylo, že jsem několikrát požádala AIESEC o to, aby mi zjistili, kdo už byl přede mnou v Keni a dal mi na dotyčného – dotyčnou číslo. Nakonec jsem dostala telefonní číslo na slečnu, která dobrovolnickou stáž absolvovala jen chvíli přede mnou a také na tři měsíce. Vlastně to vycházelo skoro tak, že ona dojela a já jsem odjížděla. S touto slečnou jsme si telefonovaly a ona mi povyprávěla svou zkušenost. Řekla, že je dobré připravit se a nízkou bezpečnost a na to, že jako bílá holka se tam se mnou budou chtít fotit, šáhnout si na mě apod. Trochu mi vylíčila také, v jakých podmínkách zhruba bydlela a jaká je situace ve slumu, ve kterém jsem měla pracovat. Toto spojení s ní mi dalo hodně infor-



mací. Díky tomuto kontaktu jsme se staly také dobrými kamarádkami a tak jsme si i v průběhu mého pobytu několikrát napsaly díky sociálním sítím a poté jsme si blíže o svých zkušenostech povyprávěly, jak jsem dorazila do České republiky.

Dodnes si pamatuju, když jsme přistály letadlem a já se podívala z okýnka a tam byli všude lidé s černou barvou kůže. Byl to takový jakýsi šok.

Obdobím euforie jsem určitě v rámci kulturního šoku prošla, protože jsem chtěla vše vidět, se všemi si popovídat, všeho se dotknout ... prostě všechno nové mě lákalo. A musím říct, že postupem času se to samozřejmě zmírňovala, neboť jsem si začala na prostředí čím dál tím více zvykat, ale určitý druh nadšený jsem měla po celou dobu tří měsíců. Zpočátku jsem si však musela zvyknout na jazyk (byl to můj první výjezd a tak jsem potřebovala také trénink) a hlavně na keňský přízvuk, který je úplně jiný než náš nebo jiných států. To mi však trvalo necelé dva týdny. Pak už jsem neměla žádné větší problémy.

Fázi krize jsem neprožila. Po domovině se mi naopak nestýskalo vůbec. Možná i proto, že jsem byla do jisté míry v kontaktu s rodinou a kamarády přes sociální sítě, protože tam, kde jsem bydlela, jsme měli, když se zadařilo, wifi. Hůře to nesla moje kamarádka Řekyně, která po nocích plakávala a říkala, že už tam nemůže být ani chvíli a chce domů. V takové chvíli přišla za mnou (nebo pokud jsem ji slyšela tak já za ní) a povídaly jsme si. V tu chvíli jsme cítila, že rozhovor je opravdu silný instrument podpory druhého člověka. Tato holka z Řecka tam ale naštěstí byla pouze na měsíc, neodjela dříve, vydržela to. Za to dva Američané opustili Keňskou republiky asi o dva týdny dříve, než bylo jejich původním plánem. Důvodem, který uvedli, bylo, že je to v Keni již nebaví a tak si bookují letenku a letí dřív.

Já osobně jsem pracovala ve slumu, v jedné keňské základní škole. Slum mě moc „nepřekvapil“ – všude jen odpadky, špína a zápach. Lidé tam žijí bez jakýchkoliv potřebných základů, které pro nás Evropany jsou již k životu neodmyslitelné (voda, jídlo, hygienický základ, základní znalosti apod.). Byla jsem na takové prostředí sama v sobě připravena, neboť jsem věděla, že jsem vyjela do rozvojové země. Z čeho jsem však měla strach, bylo chodit do slumu jako žena sama. Několikrát jsem se tam setkala s tím, že se se tam se mnou muž bavil hodně podřadně nebo mě plácl po zadku apod. Muž je ten dominantní, žena je muži oddána a musí ho poslouchat. Muž má to rozhodovací slovo. Takže jsem určitě odmítla chodit sama.

...

**PŘÍLOHA P VIII: KOREKTURA PŘEKLADU Z ANGLICKÉHO  
DO ČESKÉHO JAZYKA PŘEKLADATELSKOU AGENTUROU  
JANA KOPČILA**

Tímto potvrzují, že 25. 2. 2016 proběhla korektura překladu z anglického do českého jazyka pro Elišku Surmařovou, jakožto součást podkladů pro bakalářskou práci na téma Atributy kulturního šoku u dobrovolníků působících v rámci mezinárodního dobrovolnictví v Africe.

Johnny English – Výuka angličtiny Zlín:

Jan Kopčil

Tel. číslo: 603 262 486

Email: [info@jankopcil.com](mailto:info@jankopcil.com)

Na Honech 3/4927

760 05 Zlín

IČO 87798409

DIČ CZ8306214114

Překladačská agentura Jan Kopčil  
překlady - výuka  
Na Honech 3/4927 760 05 Zlín  
tel. 603 262 486  
email: [info@jankopcil.com](mailto:info@jankopcil.com)  
IČO 87798409 DIČ CZ8306214114