

Vysoká škola aplikované psychologie, s.r.o.
Akademická 409
411 55 Terezín



Bakalářská práce

**Analýza psychických dopadů šikany na
osobnost člověka
s odlišností**

**Analysis of psychological impacts of
bullying on human's personality with
distinction**

Michal Černý

2020

Vedoucí práce: PhDr. Diana Jiříštová, Ph.D.

VYSOKÁ ŠKOLA APLIKOVANÉ PSYCHOLOGIE TEREZÍN



Akademická 409, 411 55 Terežín, info@vsaps.cz, www.vsaps.cz

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

akademický rok 2019/2020

Jméno a příjmení studenta:	Michal Černý
Studijní program:	Personální a interkulturní management
Název tématu práce v českém jazyce:	Analýza psychických dopadů šikany na osobnost člověka s odlišností
Klíčová slova v českém jazyce:	Diverzita, šikana, psychický vývoj, výchova, teror
Název tématu v anglickém jazyce:	Analysis of an impact on bullying for a personality with diversity
Klíčová slova v anglickém jazyce:	Difference, bullying, psychical development, upbringing, terror

1.	Zdůvodnění tématu (min. 7 řádků): <p>Toto téma jsem si vybral z toho důvodu, že sám se potýkám s jistou odlišností a zajímalo by mě, jak se s tím srovnávají někteří mí vrstevníci ze školy nebo z práce, tedy míst, kde vytvářím nějaké aktivity. U některých mých přátel jsem si navíc všiml, že jejich rozdílnost může zapříčinit některé negativní jevy, jako je špatný psychický průběh prožívání jejich diverzity, nasazení psychofarmak nebo dokonce i hospitalizaci v psychiatrické léčebně, kterou může (ale nemusí) částečně nebo zcela způsobit právě tato jejich nějaká odlišnost. Zajímalo by mě proto, do jaké míry je možno se špatným reakcím okolí bránit a jak postupovat v případě, že nějaký jejich podobný problém nastane. Východiskem práce by mělo být učinění závěru, jak se nejen bránit, ale i podobným situacím předcházet.</p>
2.	Formulace problému, který bude v práci řešen (min. 10 řádků): <p>Odlišnost v dnešní demokratické společnosti je mnoho a v souvislosti s tím se můžeme setkat i s jejich potíráním, a to nejen ve školním prostředí, které je obzvláště důležité pro zdravý psychický vývoj dítěte, ale následně také na pracovišti a jinde. Lehké a většinou nevinné úsměšky či popichování nad různými diverzitami mohou přerůst až v šikanu, týrání, teror nebo jiné formy agrese, jež se velmi špatně dokazují i řeší. Obzvláště mezi dospělými, kteří nemají většinou v uspěchaném stresu šanci svou situaci řešit s odborníky, je nejružnější diskriminace jen velmi těžko prokazatelná a velmi často je součástí nějakých vleklých a náročnějších sporů. Psychickým vývojem zde tedy nemyslíme jen nezbytný vývoj v dětství, ale i různé myšlenkové pochody související se zráním v pozdějším věku. Odlišnost jako taková přitom může zahrnovat několik zcela rozličných kategorií – od socioekonomických důvodů, etnického původu, vyznání nebo nějakého handicapu až třeba k sexuálnímu vyjádření.</p>
3.	Cíl práce max. 5 řádků: <p>Cílem práce zejména v její praktické části je pomocí vhodných metod analyzovat situaci u jedinců, kteří se potýkají s nějakou odlišností a mají kvůli ní problém fungovat ve škole nebo v práci, protože jsou s touto rozdílností špatně přijímáni svým okolím. Bylo by proto dobré pokusit se najít účinné metody, prostřednictvím nichž by se mohli tito jedinci inspirovat pro řešení svých problémů, jimž je zároveň do budoucna možné předcházet – např. ve spolupráci s kompetentními terapeutickými pracovníky.</p>

4.	<p>Charakteristika použitých metod:</p> <p>Zvolenou metodikou v této práci je dotazníkové šetření pro zhruba 50 respondentů a kvalitativní metoda tzv. otevřeného kódování při vedení tří rozhovorů, které se následně analyzují a komparují. Výstupem by měla být data, která poslouží jako vyhodnocení východisek použitelných pro následné učinění vhodných doporučení pro námi sledovanou cílovou skupinu, jíž jsou v tomto případě osoby bezprostředně ohrožené nebo diskriminované za svou jakoukoli odlišnost. Jednou z možných hypotéz této práce by mělo být zvolení správného postupu při prevenci eliminaci šikany nebo jejího řešení ve spolupráci s odborníky.</p>
5.	<p>Struktura práce, pracovní rozčlenění kapitol (podkapitol): teoretická a praktická část</p> <p>Úvod Teoretická část</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Diverzita – přednost nebo nevýhoda? <ol style="list-style-type: none"> 1.1 Vymezení odlišnosti a identity 1.2 Různé druhy odlišností 2. Odlišnost a šikana <ol style="list-style-type: none"> 2.1 Šikana a její formy 2.2 Výzkumy zabývající se šikanou 2.3 Typy agrese 2.4 Kyberšikana 2.5 Šikana na pracovišti 2.6 Mobbing 2.7 Sexuální harašení 2.8 Shrnutí 3. Formuje odlišnost a šikana naši psychiku? <ol style="list-style-type: none"> 3.1 Práce s šikanou 3.2 Proces sebezpřijetí 3.3 Deprivace kvůli odlišnosti 3.4 Způsobení psychické újmy, vznik duševních poruch a jejich řešení <p>Praktická část</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Dotazníkové šetření a rozhovory <ol style="list-style-type: none"> 4.1 Představení respondentů a zvoleného tématu 4.2 Samotné vyhodnocení dotazníků a rozhovorů 4.3 Náměty a vhodná doporučení <p>Závěr</p>
6.	<p>Odborná literatura – seznam vybrané literatury k jednotlivým kapitolám teoretické a praktické části (min. 20 titulů, 3 recenzované časopisy, 3 zahraniční zdroje, případně internetové odkazy):</p> <p>BAYER, Ivo. <i>Zobrazování nerovností a hodnotová poselství v časopisech pro děti a mládež na příkladu časopisu Bravo</i>. Praha: Sociologický ústav AV ČR, 2009. ISBN 9788073301729.</p> <p>BERGER, Peter L. a Thomas LUCKMANN. <i>Sociální konstrukce reality: pojednání o sociologii vědění</i>. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 1999. ISBN 80-85959-46-1.</p> <p>BOURCET, Stéphane a Isabelle GRAVILLON. <i>Šikana ve škole, na ulici, doma: jak bránit své dítě: praktický průvodce pro rodiče, pedagogy a vychovatele</i>. Praha: Albatros, 2006. Albatros Plus. ISBN 8000015528.</p> <p>BRTNOVÁ ČEPIČKOVÁ, Ivana, ed. <i>Vzdělávání v sociokulturním kontextu: diverzita a vzdělávací</i></p>

bariéry: sborník příspěvků z mezinárodní vědecké konference. Ústí nad Labem: UJEP, 2008. ISBN 978-80-7414-035-8.

ČÁP, David. In: ROGERS, Vanessa. *Kyberšikana: pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty.* Praha: Portál, 2011. ISBN 9788073679842.

DÉMUTHOVÁ, Slávka, BLAŽEK, Vladimír. In: BAUMRUCK, Josef, BLAŽEK, Vladimír a Ivo T. BUDIL, ed. *Dědičnost, osobnost, společnost: [sborník článků].* Plzeň: Katedra antropologie, Fakulta filozofická Západočeské univerzity, 2007. ISBN 9788087025161.

DUŠEK, Karel a Alena VEČEŘOVÁ-PROCHÁZKOVÁ. *Diagnostika a terapie duševních poruch.* 2., přepracované vydání. Praha: Grada Publishing, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4826-9.

EUportál - Evropská unie - politicky nekorektní průvodce - Lékařská studie: *Homosexualita: normální varianta lidského chování?* [online] 26. 04. 2011 Dostupné z: <<https://www.euportal.cz/PrintArticle/7427-lekarska-studie-homosexualita-normalni-varianta-lidskeho-chovani-.aspx>>

FIELD, Evelyn M. *Jak se bránit šikaně: praktický rádce pro děti, rodiče i učitele.* V Praze: Ikar, 2009. ISBN 9788024911762.

HIML, Pavel, Jan SEIDL a Franz SCHINDLER, ed. *"Miluji tvory svého pohlaví": homosexualita v dějinách a společnosti českých zemí.* Praha: Argo, 2013. Každodenní život. ISBN 978-80-257-0876-7.

JANOŠOVÁ, Pavlína. *Homosexualita v názorech současné společnosti.* V Praze: Karolinum, 2000. ISBN 80-7184-954-5.

JANOŠOVÁ, Pavlína, Lenka KOLLEROVÁ, Kateřina ZÁBRODSKÁ, Jiří KRESSA a Mária DĚDOVÁ. *Psychologie školní šikany.* Praha: Grada, 2016. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2992-3.

KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany.* Praha: Portál, 2011. ISBN 9788073678715.

KŘÍŽOVÁ, Žaneta, Radka Johana PATEROVÁ a Lucie VÍCHOVÁ. *Já jsem takový a ty jsi makový.* Praha: Raabe, 2017. Inspirace a náměty pro mateřské školy. ISBN 9788074963308.

LABUDOVÁ, Zuzana. *Odlíšnost inspiruje.* Praha: Osvětová beseda, 2018. ISBN 9788027040063.

LACA, Slavomír a Pavel MÜHLPACHR. *Jinakost z pohledu sociálních věd.* Brno: Institut mezioborových studií, 2013. ISBN 9788087182390.

LEVAY, Simon. *Gay, straight, and the reason why: the science of sexual orientation*. Oxford: Oxford University Press, 2011. ISBN 978-0-19-973767-3.

MARTÍNEK, Zdeněk. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. 2., aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 9788024753096.

MUNSEY, Christopher. *Insufficient evidence to support sexual orientation change efforts*. [online] 10/2009 Dostupné z: <<https://www.apa.org/monitor/2009/10/orientation.aspx>> Americká psychologická asociace (American Psychological Association, © 2019).

NEŠNĚROVÁ, Pavlína. *Jak zvládnout strach ze školy*. Časopis Týden. 37/2019. Praha, Empresa Media, a. s., 2019. ISSN 1210-9940.

OREL, Miroslav. *Psychopatologie: nauka o nemocech duše*. 2., aktualizované a doplněné vydání. Praha: Grada, 2016. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5516-8.

PETR, Jaroslav. *Jak se dědí homosexualita mužů?* [online] 18. 10. 2015 Dostupné z: <<http://www.osel.cz/8487-jak-se-dedi-homosexualita-muzu.html>> Osel.cz – Objective Source E-Learning. ISSN 1214-6307.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-029-4.

PUGNEROVÁ, Michaela a Jana KVINTOVÁ. *Přehled poruch psychického vývoje*. Praha: Grada, 2016. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5452-9.

ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

SOVÁK, Miloš. *Defektologický slovník*. 2., uprav. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1984. Bez ISBN.

ŠULOVÁ, Lenka, SKŘENKOVÁ, Jana. In: ŠULOVÁ, Lenka, Tomáš FAIT a Petr WEISS. *Výchova k sexuální reprodukčnímu zdraví*. Praha: Maxdorf, c2011. ISBN 9788073452384.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0225-7.

WEISS, Petr. In: ŠULOVÁ, Lenka, Tomáš FAIT a Petr WEISS. *Výchova k sexuální reprodukčnímu zdraví*. Praha: Maxdorf, c2011. ISBN 9788073452384.


WILSON, Edward O. *O lidské přirozenosti: máme svobodnou vůli, nebo je naše chování řízeno genetickým gódem?* Praha: Lidové noviny, 1993. Edice 21. ISBN 8071060763.

WITKIN, Herman A. et al. *Criminality in XYY and XXY Men*. Časopis Science, č. 193, 1976.

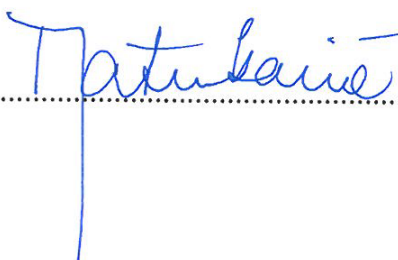
ZVĚŘINA, Jaroslav. In: BAUMRUCK, Josef, BLAŽEK, Vladimír a Ivo T. BUDIL, ed. *Dědičnost, osobnost, společnost: sborník článků*. Plzeň: Katedra antropologie, Fakulta filozofická Západočeské univerzity, 2007. ISBN 9788087025161.

Souhlas vedoucího práce

Jméno vedoucího: PhDr. DIANA DIRIŠTOVÁ, Ph.D.

Podpis:  dne:

Souhlas prorektorky pro pedagogickou a vzdělávací činnost

Podpis:  dne: 9/7-2020



Prohlašuji, že odevzdanou práci na téma „*Analýza psychických dopadů šikany na osobnost člověka s odlišností*“ jsem vypracoval samostatně, s použitím uvedené literatury a práci jsem neodevzdal na žádné jiné škole k získání atestace.

Michal Černý:

V Terezíně dne:

Poděkování

Rád bych touto cestou poděkoval své vedoucí bakalářské práce PhDr. Dianě Jiříštové, Ph.D., za odborné vedení práce, praktické rady, doporučení, připomínky a pomoc, kterou mi poskytovala v průběhu vypracování mé bakalářské práce.

ABSTRAKT

Bakalářská práce pojednává analytickou metodou o psychických dopadech šikany na osobnost člověka s odlišností. Nejprve teoreticky vymezuje jednotlivá kritéria, jako je samotná determinace odlišnosti a jejího škálového vymezení, vyjmenovává jednotlivé druhy odlišností, vymezuje odlišnost a šikanu jako takovou, její formy, zveřejňuje výsledky jednotlivých učiněných průzkumů v tomto směru, pojmenovává různé typy agrese, definuje nový fenomén kyberšikany, šikany na pracovišti, mobbing a sexuální harašení, stejně jako se pozastavuje nad otázkou formování odlišnosti a vlivu šikany na naši psychiku. Z odborného hlediska – opět na základě rešerše a komparace z tematické literatury – pak představuje různé pohledy na práci s šikanou, determinuje tzv. proces nutného sebezpřijetí, sonduje rozličné deprivace kvůli odlišnostem a zpracovává rovněž téma způsobení psychických problémů nebo jiné újmy, vznik duševních poruch a jejich řešení (jen v krátkosti). Praktická část práce se pak týká konkrétního shodně tematicky zaměřeného průzkumu, který si dal za cíl klást mezi vhodnými respondenty klíčové otázky týkající se odlišností a jejich vlivu na psychické zdraví člověka. Druhá část tohoto průzkumu se týká i konkrétních rozhovorů s odpovídajícím vzorkem dotazovaných a stejně jako dotazníkové šetření má za úkol pojmenovat základní slabiny v systému péče o duševní zdraví a její prevenci.

KLÍČOVÁ SLOVA

Odlišnost, šikana, psychický vývoj, výchova, teror, deprivace, duševní zdraví, psychická újma a duševní poruchy, prevence

ABSTRACT

The bachelor thesis examines the psychological impacts of bullying on human's personality and behaviour, more specifically on the personality of people with a particular kind of distinction. First of all, the thesis theoretically delimitates specific criteria and terms such as determination of distinction, bullying and its forms. Consequently, the thesis presents results of already existing research related to the topic, defines and discusses various types of aggression, new phenomenons such as cyberbullying, bossing, mobbing and sexual harassment. Furthermore, the thesis approaches the question of forming of distinction and impacts of bullying on mental health. Subsequently, the thesis introduces different perspectives on how to deal with bullying, determines the term 'necessary process of self-accepting', analyses the causes and negative impacts of psychical problems and mental illnesses and proposes how to approach them. The practical part of the thesis consists of specifically focused research which aims to understand distinctions and their impact on the mental health of respondents. Thus, this part of the thesis a set of interviews and survey which aim to understand and classify basic weaknesses of the system of mental health care (including prevention).

KEYWORDS

Distinction, bullying, psychological development, education, terror, deprivation, mental health, mental harm and mental disorders, prevention

OBSAH

Úvod.....	12
TEORETICKÁ ČÁST.....	14
1. Diverzita – přednost nebo nevýhoda.....	14
1.1 Vymezení odlišnosti a identity.....	15
1.2 Různé druhy odlišností.....	17
2. Odlišnost a šikana.....	19
2.1 Šikana a její formy.....	19
2.2 Výzkumy zabývající se šikanou.....	19
2.3 Typy agrese.....	20
2.4 Kyberšikana.....	20
2.5 Šikana na pracovišti.....	21
2.6 Mobbing.....	22
2.7 Sexuální harašení.....	22
2.8 Shrnutí.....	24
3. Formování odlišnosti a vliv šikany na naši psychiku.....	25
3.1 Práce s šikanou.....	25
3.2 Proces sebepřijetí.....	26
3.3 Deprivace kvůli odlišnosti.....	26
3.4 Způsobení psychické újmy, vznik duševních poruch a jejich řešení.....	27
PRAKTICKÁ ČÁST.....	29
4. Dotazníkové šetření a rozhovory.....	29
4.1 Představení respondentů a zvoleného tématu.....	29
4.2 Vyhodnocení dotazníku.....	30
4.3 Polostrukturované rozhovory.....	43
4.4 Náměty a vhodná doporučení.....	53
Závěr.....	54
Bibliografické a webové zdroje.....	56

Úvod

K výběru tématu mne inspirovala skutečnost, že i já sám se v životě potýkám s jistou odlišností a zároveň mne zajímá, jak se s podobným problémem srovnávají vrstevníci z mého okolí. Pojdme si zde v první řadě vymezit užívání pojmu „odlišnost“ v této práci, kdy je jím myšlena primárně odlišnost sexuální, či fyzická. V průběhu práce jsou však zmiňovány i odlišnosti jiných typů (rasové, sociální, ekonomické, mentální apod.), na základě kterých může být jedinec v různých sociálních skupinách vnímán odmítavě, protože nesplňuje jakousi majoritní představu o normalitě. Napříč touto prací se na tyto odlišnosti budeme zaměřovat zejména jako na příčinu proměny odlišného jedince v oběť různých forem šikany.

Přijetí jakékoliv odchylky za součást vlastního života může pro některé jedince samo o sobě znamenat komplikovaný a dlouhodobý proces, vyžadující značnou dávku autoreflexe. Na tento, už tak složitý proces sebezpřijetí, se pak velmi často váže mnoho dalších negativních faktorů působících zvenčí. Nepřiměřené reakce okolí, bagatelizace problému, nedobrovolná izolace daného jedince a v neposlední řadě šikana. Spojení těchto jevů může být pro oběť značně stigmatizující. A jak se následně dozvíme i v praktické části, u takto zasaženého jedince můžeme do budoucna s velkou pravděpodobností predikovat mnoho fatálních následků zásadně ovlivňujících kvalitu jeho života. Např. dlouhodobě nestabilní psychický stav, špatné sociální začlenění, užívání psychofarmak, či hospitalizace v psychiatrické léčebně, v některých případech dokonce sebevražda.

Individualita a kulturní i socio-ekonomická diverzita jsou jednou z esencí moderní společnosti, jak ji známe dnes. Avšak stejně tak, jako dnešní společnost tvoří vhodné prostředí pro jedinečnost (fyzickou, sexuální, rasovou apod.), je současně i příhodným podhoubím k jejímu utlačování (homofobie, xenofobie, rasismus...), jehož jednou z mnoha forem je právě i zmiňovaná šikana. Jak dobře víme, sklony k nejrůznějším formám šikany můžeme zaznamenat napříč věkovými i sociálními skupinami. Lehké a zpočátku nevinné posměšky či popichování vyzdvihující různé diverzity mohou přerůst až v šikanu, teror a jiné formy agrese. Primárně se tento fenomén objevuje ve školním prostředí, které je klíčové pro zdravý psychický vývoj jedince, výjimkou ovšem není ani v pozdějším věku, například na pracovištích. Psychický vývoje zde tedy nezbytně nemusí znamenat pouze vývoj dítěte, ale i různé myšlenkové pochody související se zráním v pozdějším věku.

Cílem práce, zejména v její praktické části, je pomocí vhodných metod analyzovat situaci u jedinců, kteří se potýkají s jakoukoliv odlišností, na základě níž jsou špatně přijímáni svým okolím a nemohou se tak naplno začlenit do kolektivu a plnit své běžné povinnosti. Bylo by proto dobré pokusit se najít účinné metody, prostřednictvím nichž by se mohli tito jedinci inspirovat při řešení svých problémů, kterým by zároveň do budoucna bylo možné předcházet – např. ve spolupráci s kompetentními terapeutickými pracovníky.

Zvolenou metodikou v této práci je kvantitativní dotazníkové šetření pro 100 respondentů a kvalitativní metoda tzv. otevřeného kódování při vedení tří polostrukturovaných rozhovorů a jejich následné analýze a komparaci. Výstupem by měla být data, která poslouží pro vyhodnocení východisek použitelných v následném sestavení vhodných doporučení pro námi sledovanou cílovou skupinu. Tou jsou v tomto případě osoby bezprostředně ohrožené nebo diskriminované za svou jakoukoliv odlišnost. Jednou z možných hypotéz této práce by mělo být zvolení správného postupu při prevenční eliminaci šikany nebo jejího řešení ve spolupráci s odborníky.

Věřím, že následující text nemalou měrou přispěje k lepšímu uchopení i pochopení tohoto nejednoznačného tématu a jeho čtenář dostane odpověď alespoň na základní otázky.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Diverzita – přednost nebo nevýhoda

S různými diferenciacemi u lidských jedinců se v dnešní době setkáváme již od mateřské školy. Je však jakákoli odlišnost předností nebo spíše nevýhodou? Rozhodně záleží nejen na postoji druhých k tomu, jak nás vnímají, ale také na vyváženém postoji k sobě samému.

„Všechny děti bez rozdílu patří k sobě. Až vyrostou, budou žít jeden vedle druhého a právě školka je nejlepší místo, kde si takové soužití mohou natrénovat.“ (Křížová, Paterová, Víchová, 2017, s. 10)

Vyplývá z toho, že negativní postoje k jakémukoli typu diverzity je potřeba eliminovat již od raného věku. Platí přitom, že k tomu, abychom děti naučili toleranci k odlišnostem, jim musíme nabídnout:

- Otevřené prostředí respektující všechny menšiny nebo zvláštnosti;
- Dostatek informací o možných odlišnostech, znevýhodněních, jiných národnostech, kulturách a zvycích;
- Respektující přístup pedagoga, který se vyhýbá komunikačním formám, jako jsou výsměch, ironie nebo kritické poznámky;
- Vlastní zkušenost – toto uvedu na konkrétním příkladu: dětem můžeme popisovat těžký život dětí se zrakovým postižením nebo jim zavázat oči šátkem a nabídnout jim svačinu – který zážitek si budou pamatovat déle a povede k hlubší empatii? (secundum idem)

Toto je samozřejmě zapotřebí respektovat i ve vyšším věku dětí na základních, středních či vysokých školách a zachovat pokud možno tolerantní, otevřené a antidiskriminační prostředí posléze i na pracovišti, ať už se jedná o jakýkoliv typ zaměstnání. Autorky mimo následná doporučení vhodných cvičení pro mateřské školy dále uvádějí základní pravidla pro styk s odlišnými osobami a přístup k sobě jako jedinečnému fenoménu, mezi něž patří zejména vnímat sebe sama jako jedinečnou bytost, umět o sobě mluvit a znát své zájmy, preference, umět vyjádřit svůj vlastní názor, znát základní informace o všech svých spolužácích nebo spolupracovnících a akceptovat přirozenost jednotlivých odlišností vyskytujících se napříč

celou společností. Vnímat jinakost jako pozitivní aspekt, chápat a respektovat základní povahové rysy jiného jedince, všimnout si toho, co si druhý přeje a potřebuje, a chovat se citlivě k ostatním jedincům s jakýmkoli postižením nebo znevýhodněním (ať již fyzickým, psychickým, sociálním nebo jazykovým). (podle Křížová, Paterová, Víchová, 2017, s. 8)

Např. z hlediska mimořádného talentu, schopností či dovedností bychom se mohli domnívat, že taková odlišnost je jednoznačnou výhodou, ale již si neuvědomujeme, jak ztíženou komunikaci takovýto jedinec vzhledem k chybějící interakci s ostatními podobně nadanými bytostmi má. Jakoukoliv zvláštnost tak sice můžeme na jedné straně vnímat jako přednost (dále např. kulturní rozmanitost, etnické bohatství, rozdílné kulturní zvyky aj.), zároveň ale i jako značnou nevýhodu. Toto je zapotřebí umět vyvážit tak, aby pro jedince s jakoukoli diferenciací nebyla jeho jinakost ani přítěží, ale ani předností, pro kterou by jej naopak mohlo okolí zbytečně vyzdvihovat. (Smolík In: Laca, Mühlpachr, 2013, s. 146)

1.1 Vymezení odlišnosti a identity

Nejprve tedy k základním typům odlišnosti: nejčastěji mohou být vnímány u jedinců z důvodů, jako je třída (resp. společenské či ekonomické postavení), otázka genderu (sociálního vyjádření či sociální role), rasa nebo etnika, náboženské vyznání, typ a míra nejrůznějšího zdravotního postižení, ale i sexualita a sexuální preference. Mimo společenské postavení a např. úlohu „významnosti“ dle finančních in/dispozic rodičů ale může být jedinec šikanován i z důvodu odlišného vzezření (např. na základě jiné rasové příslušnosti, obezity, či nošení brýlí). Výjimkou pak není ani šikana z důvodů nad- nebo podprůměrných vědomostí a dalších dovedností či schopností. Některé z těchto vlastností jsou přitom neměnné a neovlivnitelné, na některých z nich se dá částečně i větší měrou pracovat. Toto základní dělení uvádí např. autor Bayer (2009), ale setkáme se s ním i v jiné literatuře.

Na toto konto je dále dobré podotknout, že odlišností v dnešním světě je zapotřebí si především vážit. S takovým postojem by tedy teoreticky měli být obecně ztotožnění všichni pedagogové. Právě pedagog je totiž často tím, kdo může jakýmkoli projevům šikany předejít jako první. O pestrosti, pokud jde o varietu diverzit, by tedy měl pedagog své žáky náležitě informovat a zároveň je naučit, jak s nimi pracovat. (Brtnová Čepičková, 2008, s. 138)

K tomu uvádím související definici identity, resp. odlišnosti identity. Např. čistě fenomenologické pojetí či vymezení identity vychází z toho, že „*na jedné straně je existence člověka zprostředkovaná skrze životní svět a skrze tento svět, jenž je světem časoprostorového a významového celku, nachází člověk sám sebe, a pouze skrze tento svět se vůbec může uskutečňovat. Na druhé straně ovšem člověk při tomto uskutečňování sebe sama uskutečňuje jakousi aktualizací možností životní svět a utváří tak svět svého života.*“ (Kubátová, 2008, s. 37)

Postavení člověka jako živočišného druhu na Zemi je proto jedinečné a člověk jakožto živočišný druh je unikátní nejen proto, že je rozumný, ale od zbytku živočichů se liší i svou biologickou strukturou a vyvinutým mozkem. Na rozdíl od zvířat je vybaven též nesespecifickými instinkty a otevřeností vůči světu, což jej nutí k tomu, aby vytvářel umělý svět, jež mu slouží k přežití. „*Člověk tedy je,*“ jak doplňuje opět Kubátová (idem), „*bytostně nehotový a neurčený.*“ Z toho vyplývá, že člověk jako jakási „nadzvířecí“ entita je bytostí výjimečnou a navíc se ve svých postojích – nejen k sobě, ale i k světu – neustále vyvíjí.

Toto tvrzení je možno dále doložit dle Bergera a Luckmanna (1999), kteří uvádějí, že „*se člověk stává člověkem ve vztahu s prostředím – přírodním i lidským. Člověk je tedy přirozeně tvárný a otevřený vůči tomuto prostředí.*“ Utváření osobnosti je proto podle nich třeba chápat jednak jako biologický vývoj organismu, jednak jako zrání v určitém rámci sociálně-historických procesů. (Berger, Luckmann, 1999, s. 51 – 53)

K výše uvedenému doplním, že pokud jde o toto čistě „člověčí“ prostředí, je čistě artificiální a sociálně-historické procesy se utváří v jeho kolektivním vědomí.

Na konci této podkapitoly by bylo dobré shrnout, že na základě utvoření vlastní identity následně dochází – třeba i v souvislosti s jistou diferenciací – k nutné, více či méně přijaté identifikaci, která může – ale nemusí – narážet na nepřijetí okolím, což, jak bylo uvedeno dříve, může vést mimo jiné k šikaně. Odlišnosti, jak jsem již také uvedl, jsou sice žádoucí, avšak nesmí být v rozporu se zákonem, či omezováním svobody druhých apod.. To, že odlišnost dokonce inspiruje (nebo že by spíše měla inspirovat), dokládá třeba publikace od Labudové (2018).

1.2 Různé druhy odlišností

Jak rozmanitý je svět, tak rozmanití jsou i lidé, na jeho planetě žijící. Diverzita nejen člověčího, ale i jiných zvířecích druhů zde byla odjakživa. Každý jsme součástí nějakého státu či národa, s čímž se úzce pojí i to, jakým jazykem hovoříme, jaké tradice a zvyky dodržujeme, jakými pravidly vycházejícími z legislativy se řídíme.

Jinakost jako takovou můžeme dělit z hlediska čistého handicapu, znevýhodnění, ale naopak i přednosti (jejíž vnímání je ale objektivně i subjektivně limitováno). Mezi handicapy patří jakýkoli typ fyzického či psychického postižení, ale kupříkladu i socioekonomické postavení nebo nedostatečná znalost jazyka, nezbytného pro běžné fungování jedince v jeho momentálním prostředí. Takovýto handicap je „*v přeneseném významu znevýhodnění, jež výrazně ztěžuje výkon nebo plnění nějakého významného úkolu pro jedince, ztěžuje princip soutěžení s vrstevníky, dosažení běžných životních cílů, určitého zaměstnání apod. Tento handicap je však zároveň potřeba zásadně odlišovat od neschopnosti nebo lenosti.*“ (Sovák ed al., 1984, s. 130)

Jiná definice uvádí, že se jedná o „*záporný důsledek defektu na činnost postiženého jedince a jeho znevýhodnění. Zasahuje jednak kvalitu a kvantitu činnosti samotné, jednak sociální postavení a vztahy jedince. Tento defekt znamená chybění či nedostatek, např. ještě vývojovou anomálii, následek úrazu, nemoci aj.*“ (Průcha, Walterová, Mareš, 1995, s. 75)

V každém případě je nám v současnosti známa řada vývojových poruch a onemocnění, která mohou takovýto handicap způsobovat (např. mentální retardace, autismus, slepota, hluchota a mnoho dalších). Mimo vnímání těchto poměrně závažných nemocí ale musíme jako k jinakosti či handicapu přistupovat např. i k poruchám učení, které zapříčiňují špatné studijní výsledky a tudíž zaostávání za vrstevníky, např. ADHD, dyslexie, dysgrafie a rovněž mnoho dalších. Ač tyto poruchy nejsou natolik závažné, rovněž způsobují nerovnováhu ve srovnání se „zdravými“ jedinci. (Jůzl In: Laca, Mühlpachr, 2013, s. 44)

Nemůžeme zapomenout ani na diskriminaci z důvodů fyziogomických, mezi něž může patřit nadváha (resp. obezita), nebo naopak i výrazně nižší váha (kterou mohou zapříčinit např. mentální anorexie nebo bulimie) nebo i zdánlivé banality, jakými je například nošení brýlí či

vybočující účes. Napříč touto prací jsou pak zmíněny mnohé další typy odlišností, avšak tento text nevzniká za účelem jejich úplného výčtu.

2. Odlišnost a šikana

V podstatě jakýkoli typ odlišnosti může zároveň vést k různým typům šikany ze strany netolerovaného okolí. Dnešní demokratická společnost totiž předpokládá ve své podstatě někdy i nekontrolované projevy svobody, které mohou právě u slabších jedinců vést až k diskriminaci. A stejně jako že existuje spousta druhů odchylek, i šikana - někdy tu více, tu méně zřetelná, agresivní, prokazatelná či postižitelná může mít nejrůznější formy. U dětí se s ní setkáváme nejčastěji ve školním prostředí, ale i jinde. Pojdme si proto nyní nejprve definovat obecně šikanu jako takovou a její nejčastější projevy, ale i příčiny.

2.1 Šikana a její formy

Každopádně by bylo vhodné se ještě v souvislosti se zkoumanou problematikou v této kapitole pozastavit nad stále narůstající mírou jakékoli formy šikany, a to nejen u nás, ale v podstatě na celém světě. Mezi jinými např. autor Kolář (2011) uvádí, že se jedná o jednu ze smrtelných chorob demokracie a že pokročilá šikana může mít dokonce podobu fašistické totality, jak vyplývá i z některých průzkumů uskutečněných na českých školách. A co víc, doplňuje, že i výskyt celého spektra šikan je alarmující! Pro obrázek několik alarmujících čísel:

2.2 Výzkumy zabývající se šikanou

Nejlépe je situace doposud zmapována na základních školách, ale týká se samozřejmě i středních nebo dokonce vysokých škol, kde bychom předpokládali vyšší inteligenční kvocient studujících, a tudíž i absenci tohoto fenoménu. Zamoření škol šikanou uváděné v procentech se tedy v těchto rozličných výzkumech pohybuje mezi 11 a 41 %, přičemž toto číslo neustále narůstá. Počet obětí je přitom v současnosti odhadován na 20 % (v jiných průzkumech může být ovšem toto číslo ještě vyšší). Mezinárodní průzkum z roku 1999 přitom uvádí dohromady 36,8 % obětí a celonárodní výzkum z r. 2001 mluví dokonce o 41 % zasažených. Nejvyšší čísla v počtu šikanovaných, pokud jde o mezinárodní komparaci, jsou přitom zastoupena ve Velké Británii (kde jsou mj., stále více známy např. i anonymní a neadresné útoky kyselinou na náhodné pouliční chodce) a v USA. (Kolář, 2011, s. 22 – 25)

V souvislosti nejen s šikanou zejména ve školním prostředí je dále spojen také poměrně nový fenomén separační úzkosti, kterou trpí podle výzkumu až 10 % dětí, a který rozebírá v jednom z posledních čísel časopisu Týden např. autorka Nešněrová (2019).

2.3 Typy agrese

V základním měřítku nejprve rozlišujeme agresivitu přímou a nepřímou, verbální a fyzickou, a v nich rovněž jejich míru aktivity či pasivity. Dále rozlišujeme tzv. agrese emocionální, frustrační a instrumentální, a následně podle tzv. Moyerovy klasifikace agresí (1968) buďto agresi predátorskou, agresi mezi samci nebo samicemi, agresi dráždivou, agresi vyvolanou strachem, rodičovskou agresi, sexuální agresi a v neposlední řadě agresi coby obranu teritoria. (Martínek, 2015)

Nás v souvislosti s touto prací zajímá zejména jakákoli agrese vzniklá jako reakce na příčiny nějaké odlišnosti, což se ale dá de facto chápat ve spojení s jakýmikoli výše uvedenými typy agresí, resp. po bližším zkoumání a po dosažení vhodných případových studií, na něž však v tomto textu není více místa, bychom je mohli aplikovat na všechny její druhy.

2.4 Kyberšikana

Pro úplnost textu této kapitoly ještě napíšu pár řádků o jedné z nejnovějších forem šikany - kyberšikany. Prostředí internetu je v celém svém rozsahu prostoupené vulgarismy a nevybíravými komentáři, které mnohdy mají za úkol jen zesměšnit oběť vystavované „skutečnosti“. Není zde přitom důležité hledat pádné a logické důvody, ale prostě jen ponížit slabé stránky toho kterého vysmívaného jedince, a to třeba jen z přebytku volného času nebo jiného přetlaku. (Čáp, 2011, s. 7 – 9)

V předmluvě českého vydání jisté anglické minipublikace o kyberšikaně je opět zmíněno číslo počtů obětí této poměrně čerstvé virtuální žraviny - přestože je zde tento údaj nižší - jen 10 %, vzhledem k staršímu datu publikace by se dalo i tady předpokládat jeho navýšení. *„Tato forma šikany však - ale ostatně stejně jako jiné druhy „klasičtějších“ šikan, není v ČR dosud klasifikována jako trestný čin, přestože může její předpoklad a projevy jejího chování vyústit a*

naplňovat skutkovou podstatu některých trestných činů, jako je např. vydírání, vyhrožování, nebezpečné pronásledování neboli stalking či útisk.“ (Čáp, 2011, s. 12)

Dalším významným zjištěním z jiného českého průzkumu je skutečnost, že téměř v 80 % případů kyberšikany ve školním prostředí pochází útočník ze stejné třídy, popřípadě školy, jako jeho oběť. To ve výsledku znamená, že jen zhruba ve 20 % případů je útočník oběti neznámý nebo nepochází ze stejné školy. To opět potvrzuje myšlenku, že útočník je svou obětí posedlý z nějakého předešlého osobního setkání a snaží se na ní vybit si své komplexy nebo se jí mstít. (Čáp, 2011, s. 12 – 13)

2.5 Šikana na pracovišti

Šikana na pracovišti je ve svých projevech velmi širokým pojmem a může zahrnovat hned několik druhů šikany – od tzv. mobbingu až k sexuálnímu harašení, ale jímá v sobě i celou řadu jiných, méně i více rafinovaných způsobů toho, jak svému kolegovi v práci znepríjemnit jeho pracovní výkon (např. dále tzv. bossing, staffing aj.). Prevence těchto negativních jevů a jejich řešení jsou ukotveny v právním řádu České republiky, platí při nich zásada rovnosti a zákazu diskriminace. V případě násilí na pracovišti se dále projednávají pracovněprávní, občanskoprávní (při nichž mají zaměstnavatel i zaměstnanec své povinnosti), správněprávní a rovněž trestněprávní aspekty. (Šimečková, Jordánová, 2015)

Špatná prokazatelnost a následné řešení takových situací pak mohou být pro obě strany natolik frustrující, že není neobvyklé, když jedna ze stran nátlak neustojí a svůj pracovní poměr rozváže – pakliže jí nebyl dán podnět k ukončení pracovního poměru přímo od zaměstnavatele, jenž může navíc někdy obsahovat i neoprávněný psychický nátlak právě z jeho strany. (idem, s. 56)

Pojďme se však nyní podívat na nejčastější projevy šikany na pracovišti, mezi něž patří zejména mobbing a sexuální harašení.

2.6 Mobbing

Pojem „mobbing“ jako takový je odvozen od anglického slova „to mob“, což znamená utlačovat, urážet, útočit, napadat, vrhat se na někoho nebo srocovat se. „*Tento výraz původně razil rakouský etolog a nositel Nobelovy ceny Konrad Lorenz, který jím označoval útok zvířecí tlupy na vetřelce. Do oboru lidského chování pak přenesl zmíněný výraz v 60. letech min. stol. švédský chirurg Heinemann, ale teprve až v r. 1993 zavedl v Německu tento pojem jiný Švéd, psycholog práce Leymann.*“ (Kratz, 2005, s. 15)

Takovýto teror na pracovišti je však potřeba zejména v současné době chápat především jako systematický, resp. organizovaný, cílený a často i protiprávní. Mobbing je tak „*řada negativních komunikativních jednání, jichž se dopouští jednotlivec nebo několik osob vůči určitému člověku po delší dobu (nejméně půl roku a alespoň jednou týdně).*“ (Novák, Capponi, 1996, s. 74)

Např. jiná zahraniční autorka Huberová (1995) nejen determinuje jednotlivé dramatické nebezpečí a následky tohoto organizovaného teroru, ale rovněž jeho typické příčiny a pohnutky, jeho typické oběti, dokonce i typická odvětví, v nichž se mobbing nejčastěji vyskytuje, nebo typické pachatele mobbingu (resp. jejich povahové rysy). (Huberová, 1995)

Další česká autorka Svobodová (2008) pak ve velmi přehledné, důkladné a hloubkové rešerši zveřejňuje důsledky pro jedince zasaženého mobbingem na pracovišti, mezi nimiž rozlišuje jeho důsledky psychické, psychosomatické, sociální, ale i důsledky plynoucí z tohoto jevu pro zaměstnavatele. V neposlední řadě taktéž uvádí řadu užitečných rad, jak v případě zasažení tímto terorem reagovat tak, aby jeho projednávání a procesní řešení proběhlo co možná nejpoklidněji, tedy bez markantnějších následků pro všechny zúčastněné strany. (Svobodová, 2008)

2.7 Sexuální harašení

I sexuální harašení může být jednou z rafinovaných podob mobbingu, ale pojďme se i tomuto druhu šikany chvíli věnovat zvlášť.

Autoři Krampota a Nadrchal (2010) rozlišují v první řadě sexuální obtěžování dotykové a bezdotykové. Mezi bezdotykové zneužívání řadí erotické telefonní hovory, e-maily a v současné době také internetové chatování, nucení k obnažení a jeho fotografování, nucení ke sledování pornofilmů nebo pornočasopisů, popř. setkání s exhibicionistou. Mezi dotykové zneužívání pak podle nich patří pohlavní styk (všechny typy), dotýkání se erotogenních zón, pronikání prstem, jazykem nebo předmětů do pohlavních orgánů a/nebo zadní části těla a laskání prsou či pohlavních orgánů. Toto vše je od druhé strany neopětované, nevyžádané, je to druhé straně nepříjemné a samozřejmě, že se s tím nemusíme setkat jen na pracovišti, ale dnes v podstatě v jakémkoliv prostředí. (Krampota, Nadrchal, 2010)

Přestože je pojem sexuálního obtěžování na pracovišti v ČR zaveden do českého právního řádu již od konce r. 2004 (tedy zhruba paralelně se vstupem Česka do EU), nestal se zatím tématem žádné veřejné ani mediální diskuse a je proto stále víceméně tabuizován. Nevyskytl se zároveň ale zatím ani jediný případ sexuálního obtěžování v zaměstnání, který by byl řešen soudní cestou nebo by využil nové legislativní ustanovení. Mohlo by se tedy zdát, že tento typ obtěžování u nás není nějakým větším problémem a že se vyskytuje jen velmi zřídka. (Křížková In: Křížková, Maříková, Uhde, 2006)

Podle výzkumu autorky Křížkové (2006) se však dohromady „*celá čtvrtina české populace z těch, kteří pracují nebo někdy pracovali, v práci setkala s nějakou formou sexuálního obtěžování, a to podle svého vlastního vyjádření a chápání tohoto pojmu.*“ (Křížková In: Křížková, Maříková, Uhde, 2006, s. 35)

Podle výzkumu jde častěji o ženy, jichž se se sexuálním obtěžováním setkala 28 %, z čehož 13 % osobně a v 15 % případů šlo o zkušenost někoho jiného. Z dotazovaných mužů se pak s tímto typem obtěžování setkala 22 %, z čehož 8 % osobně a v 18 % případů se jednalo dle jejich vyjádření o zkušenosti jiné osoby. Lze proto konstatovat, že „*ženy se se sexuálním obtěžováním v práci setkávají častěji než muži a častěji také toto chování vnímají jako osobně namířené proti nim samotným.*“ (idem)

Přitom pokud jde o výskyt tohoto obtěžování podle vyjádření žen i mužů, dá se rovněž tvrdit, že „*výše popsaná míra výskytu není nijak významně závislá na věku, vzdělání, stavu ani dalších charakteristikách, ale že jde spíše o specifika, oblasti trhu práce a též pracovního prostředí, kde se více nebo méně sexuální obtěžování vyskytuje.*“ (idem, s. 36)

Za taková prostředí je možné brát zejména zemědělství, průmysl; tedy se jedná o obory, v nichž dominují muži. Nejméně se pak s tímto jevem setkáváme v oblasti služeb. Tato zjištění víceméně odpovídají i dlouhodobým výsledkům zahraničních výzkumů, jež prokazují, že *„pokud jsou ženy na pracovišti nebo v oboru marginálně zastoupeny a daný sektor nebo profese je obsazen spíše muži (a je tudíž považován za mužskou doménu), jsou ženy pracující v těchto oborech, profesích a pracovištích častěji obětí sexuálního obtěžování.“* (Taylor, 1999, s. 233)

Se sexuálním obtěžováním se však nesetkáváme jen na pracovišti, ale překvapivě i ve vysokoškolském prostředí, a to mezi vyučujícími a studenty. Tímto tématem se v našich šířkách zabývají minimálně ve dvou publikacích autorky Šaldová, Tupá a Vohlídalová (2009 a 2010), ale v rámci práce tuto problematiku nebudu nadále rozvíjet.

2.8 Shrnutí

Za výše uvedené shrnu a navážu k následující kapitole, že jakákoli forma šikany, stejně jako způsob zanedbané výchovy či péče ze strany rodičů může u jedince namísto kýženého obranného mechanismu způsobit trvalou a více či méně psychickou deprivaci, která může (ale nemusí) následně vést až ke vzniku (projevu) duševní poruchy. Toto mé tvrzení je platné samozřejmě pouze v případě, že šikanovaný jedinec nemá kolem sebe silné zázemí, o něž se může opřít, jeho přirozená obranyschopnost či pud sebezáchovy jsou z jakéhokoli důvodu snižené anebo má vyšší sklony k psychickým problémům na základě výše uvedených spouštěčů.

3. Formování odlišnosti a vliv šikany na naši psychiku

Nejprve se budu trochu podrobněji zabývat efektivní prací s šikanou, resp. tím, jak je možné šikaně zabránit anebo ji nejlépe coby nežádoucí projev zcela eliminovat. Následně rozeberu nezbytné sebezpřijetí odlišnosti a šikanu jakožto faktory ovlivňující naše duševní zdraví.

3.1 Práce s šikanou

V současnosti i u nás nalezneme řadu internetových portálů a serverů – tedy pracovišť popř. i s „kamenným“ zastoupením, kam je možné se obrátit v případě zneužití s žádostí o radu, pomoc nebo asistenci. Ze všech dostupných uvedu největší - Národní centrum bezpečnějšího internetu, které pomáhá především dětem, jež se v rámci internetové komunikace ocitly v nesnázích, a nabízí mj. také vzdělávací semináře, školení či konference z oblasti rizik v užívání internetové komunikace a prevence internetové kriminality. Tento a další projekty, podporované většinou granty z EU, se tak snaží rozsahy i dopady tohoto druhu šikany nejen mapovat, ale i minimalizovat. (Čáp, 2011, s. 14 – 19)

Psychologií školní šikany, krutostí v agresi a šikaně, šikaně ve spojení s morálkou šikanovaným a jejich zvládnutím činů na nich páchaných, stejně jako způsoby pomoci ve školním prostředí se obsáhleji zabývá např. publikace Janošové, Kollerové, Zábrodské, Kressy a Dědové (2016), Literatury na toto téma ovšem můžeme najít nepřehledné množství.

Mnozí autoři tedy dále i v jiných publikacích nabízejí řadu způsobů, jak s šikanou pracovat, jak se jí bránit, jak ji eliminovat či „léčit“ – např. formou nejrůznějších psychologických cvičení nebo terapeutických sezení. Nezastupitelná pro dětské oběti je přitom také pomoc a vyslechnutí od nejbližších příbuzných, tedy rodičů: při jejich apatii či ignoraci může jedinec absolvovat v podstatě dvojité trauma s ještě trvalejšími, silnějšími či řekněme zdvojnásobenými dopady. Nevyrovnaný, či jinak oslabený jedinec si pak může prvky šikany projektovat do chování svého okolí i ve zralém věku. „*V dnešní hektické společnosti, kladoucí na nás stále vyšší nároky, je proto potřeba být otrlý a ne se ze všeho hned hroutit,*“ jak uvádí mezi jinými např. autorka Fieldová (2007, s. 75). Podotýkám však, že se jedná o citaci spíše populárního charakteru a v této práci by tak neměla zaujímat příliš výsostné místo.

3.2 Proces sebepřijetí

V druhé kapitole jsme se podrobněji zabýval přijetím identity a identifikací. Následující řádky coby rozbor procesu sebepřijetí však není možno paušálně chápat pouze jako přijetí odlišné sexuální orientace, ale je potřeba si v něm dosadit zároveň i ztotožnění se s jinými typy odlišností, uvedenými taktéž v předchozí kapitole. Předně tedy mezi jinými uvádí autor Orel (2016), že je potřeba *„nezapomínat, že samotná sexuální orientace v současnosti není považována za poruchu, pokud je egosyntonní. Proto je potřeba mít stále na zřeteli, že oba póly sexuální orientace (tedy jak heterosexualitu, tak homosexualitu) chápeme dnes již za varianty běžné normy.“* (Orel, 2016, s. 231)

Zde se pozastavím vzhledem k výše uvedenému nad správným čili zdravým egosyntonním prožíváním vlastní odlišné sexuální orientace (resp. jakékoli diverzity) a nad jeho opačnou, tedy škodlivou egodystonní formou. Ta je typická tím, že dotyčný jedinec vnímá svou (pověštinou) odlišnou sexuální orientaci a také si ji plně uvědomuje, nicméně ji nepřijímá a přeje si její změnu. Zažívá tak proto často pocity studu nebo viny, úzkosti, deprese či osamění. Nelze v tomto případě dokonce vyloučit ani sebevražedné tendence, jak uvedu i dále v textu. Vzhledem k tomu, že směr sexuálních tendencí (na rozdíl od jiných odlišností, jež je možné více či méně upravit nebo ovlivnit) neumíme úplně změnit, je potřeba pracovat na kýženém přijetí dané sexuální orientace a s jejím smířením. Nejčastějším příkladem takového egodystonního (tedy nechtěného či neztotožněného) chování tak může být právě potlačovaná forma homosexuality, ale setkáváme se s tímto typem odmítavého prožívání sebe sama mimo „nechtěnou“ sexuální orientaci třeba i u psychických poruch, jako např. u schizofrenie, nebo u nadváhy či naopak anorexie, popř. bulimie. (idem, s. 245)

3.3 Deprivace kvůli odlišnosti

Vraťme se ale ještě i v plynulé návaznosti k předcházejícím kapitolám více k deprivacím dospívajícího spojeným se zjištěním odlišného sexuálního zaměření a jeho nepřijetím okolí, v tomto případě asi nejdůležitějšími blízkými příbuznými, jako jsou rodiče. Opět je však možno i tuto podkapitolu brát jako jakýsi návod pro přijetí jakéhokoli typu diverzity – stačí si vhodně dosadit jiný příklad a aplikovat jej v jiných, ale možná vlastně dost podobných okolnostech průběhu tohoto procesu.

Silné, otevřené a přátelské rodinné prostředí je totiž nezbytně důležité k tomu, aby se dítě (dospívající) se svým sebepřijetím bezproblémově a pokud možno také co nejrychleji vyrovnalo. V opačném případě totiž může dojít k závažné psychické újmě a dalším negativním faktorům, které mají vliv na další zdravé utváření dospělého jedince. To pak následně vede právě buďto ke vzniku nějakého duševního onemocnění, hospitalizaci v léčebně anebo k totální izolaci dospívajícího, jež mohou zapříčinit dočasně i na delší dobu ztrátu jeho veškerých sociálních kontaktů nebo zázemí (zejména pak v případě zřeknutí se odlišného syna nebo dcery, což je faktor, který je dnes stále patrný nejvíce v romských konzervativních rodinách). „*Proto je potřeba v těchto věcech i nadále šířit osvětu a poskytovat nezbytné porozumění, vyslechnutí či pomoc.*“ (Vágnerová, 2012, s. 18)

Není snad nutné zdůrazňovat, že „*extrémní stavy a nátlaky, které jsou na jedince kladeny v souvislosti s jeho jakoukoli odlišností nejen ve škole, ale též při dalších povinnostech, mohou někdy současně vést až k sebevražednému jednání.*“ (Janošová, Kollerová, Zábrodská, Kressa, Dědová, 2016, s. 81)

Doplním, že přehledem deprivací a jednotlivých poruch psychického vývoje, tedy jejich formami, typy, způsoby jejich projevu i jejich příčinami již od útlého věku se mezi jinými detailněji zabývá např. publikace od autorek Pugnerové a Kvintové (2016).

3.4 Způsobení psychické újmy, vznik duševních poruch a jejich řešení

Veškerá šikana a diskriminace, které mohou z nejrůznějších důvodů v jedinci rozvinout „deprivaci“, může tedy, jak vyplývá z výše uvedeného, způsobit následně i vznik psychické poruchy. Zde je úplně jedno, čeho se odlišnost týká a jaký typ deprivace způsobuje.

Pro komplexnost práce uvedu dále jen v krátkosti druhy nejčastějších duševních poruch, aniž bych si však kladl za úkol přiřazovat některé z nich četnějšímu výskytu u homosexuálů. V první řadě je nutné zmínit, že příčiny vzniku psychiatrických onemocnění jsou jednak biologické aspekty a taktéž psychosociologické faktory. Mimo běžné formy truchlení nebo smutku je pak potřeba rozlišovat zvýšenou agresi či stres, jež mohou být spouštěčem takovýchto nemocí. Rozlišujeme dále kvantitativní i kvalitativní poruchy vědomí, poruchy orientace a vnímání

(iluze, halucinace, poruchy gnostické nebo psychosenzorické), poruchy emocí (afektu, nálady, tzv. „vyšších“ citů a struktury emocí), poruchy pozornosti a paměti (opět jak kvantitativní, tak kvalitativní), poruchy myšlení (forem nebo obsahu) a také poruchy inteligence, intelektu, pudů, vůle, jednání a osobnosti. Dále pak dle Mezinárodní klasifikace nemocí rozlišujeme organické a symptomatické duševní poruchy, mezi něž patří demence, deliria a další kategorie, duševní poruchy a poruchy chování vyvolané účinkem psychoaktivních látek (ve všech podobách a stupních závislosti), těžší schizofrenii, akutní a přechodné psychotické poruchy, schizoafektivní poruchu, poruchy s bludy, schizotypní poruchu a další psychotické poruchy. Poté jsou velmi časté i poruchy nálady neboli afektivní poruchy, mezi něž řadíme zejména mánie, depresi, bipolární průběh mánie i deprese, trvalé poruchy nálad a jiné neurčené poruchy nálad. Mezi neurotické poruchy vyvolané např. stresem a somatoformní poruchy pak ještě řadíme úzkostné poruchy, obsedantně-kompulzivní poruchu, reakci na závažný stres a poruchy přizpůsobení, dále pak asociativní poruchy, somatoformní poruchy a jiné neurotické poruchy. Behaviorální syndromy spojené zejména s fyziologickými poruchami a somatickými faktory jsou pak poruchy příjmu potravy, neorganické poruchy spánku a další kategorie blíže nespecifikovaných poruch. Dále definujeme poruchy osobnosti a chování dospělých, mezi něž řadíme specifické a smíšené poruchy osobnosti, ostatní poruchy a změny osobnosti, stejně jako nutkavé a impulzivní poruchy. Dále sem řadíme již zmíněné poruchy v oblasti sexuality, mezi něž patří výše uvedené sexuální dysfunkce, poruchy pohlavní identity, poruchy sexuální preference nebo poruchy pohlavního vývoje a orientace. Zvláštní kategorií jsou pak mentální retardace a úzce specializovaná dětská a dorostová psychiatrie, jež zkoumá poruchy psychického vývoje a poruchy chování a emocí jedince se začátkem obvykle již v dětství či adolescenci, což bylo také de facto zmíněno. Zvláštním prvkem všech výše uvedených poruch je i simulace, disimulace nebo předstíraná porucha, někdy též v rámci tzv. demonstrativního sebevražedného jednání. (Orel et al., 2016, s. 5 – 9)

V rámci této kapitoly je třeba shrnout, že jak odlišnost, tak především šikana s jejím potíráním související, může mít vliv na zdárný psychický vývoj jedince – samozřejmě ale nemusí: vždy záleží na konkrétní obranyschopnosti jedince, jeho pudu sebezáchovy, odolnosti a také způsobu, jak může na diskriminaci „obratně“ reagovat, jak jí odolá, do jaké míry se jí vyvaruje anebo si ji vůbec nepřipustí. V případě neoprávněného útoku je však zapotřebí co nejdříve tuto situaci nahlásit a řešit ji s odpovědnými osobami, aby pokud možno k žádné psychické újmě vůbec nedošlo.

PRAKTICKÁ ČÁST

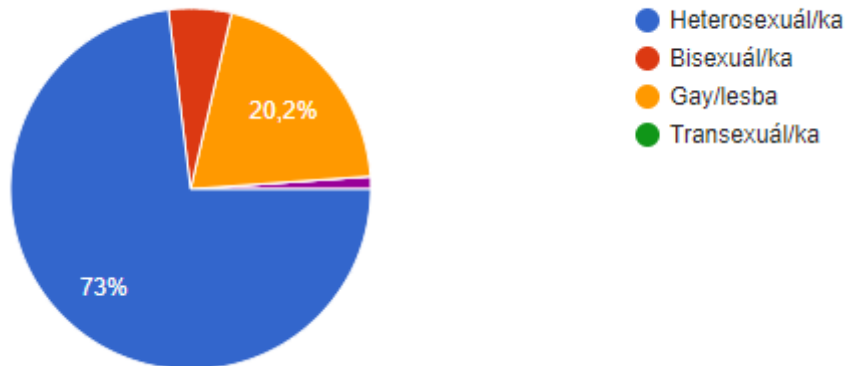
4. Dotazníkové šetření a rozhovory

4.1 Představení respondentů a zvoleného tématu

Pro svůj vlastní výzkum v praktické části této práce, týkající se odlišností a s tím související možné šikany, jsem si zvolil nejprve dotazníkové šetření, které má sesbírat především kvantitativní data o dohromady 100 respondentech z odpovídající cílové skupiny. Tito dotazovaní se skládají zejména z mých přátel nebo spolužáků, jež jsem oslovil pomocí webové aplikace Google Sheets rozesláním odkazu přes sociální sítě nebo přes e-mail, a podotýkám, že ne zrovna všichni z nich se museli setkat se šikanou. Tato kvantitativní analýza je složena ze 14 polytomických, zejména uzavřených otázek, a zahrnuje jak samotné téma, tak poslední dvě čistě demografické otázky. Po následné analýze v dalším textu vyhodnocuji procentuálně jednotlivé výsledky, jejichž výsledkem jsou následné návrhy a doporučení, resp. položení tvrzení, teze či hypotézy. Další část průzkumu je poté složena ze tří polostrukturovaných rozhovorů se třemi respondenty, o nichž jsem věděl, že jsou nebo byli z nějakého důvodu šikanováni. Tato kvalitativní analýza je složena z 6 tematických, otevřených otázek. I z vyhodnocení této části analýzy proběhne následující výstup, který má vysledovat jak pozitiva, tak negativa, a související doporučení pro zlepšení stavu v oblasti šikany.

4.2 Vyhodnocení dotazníku

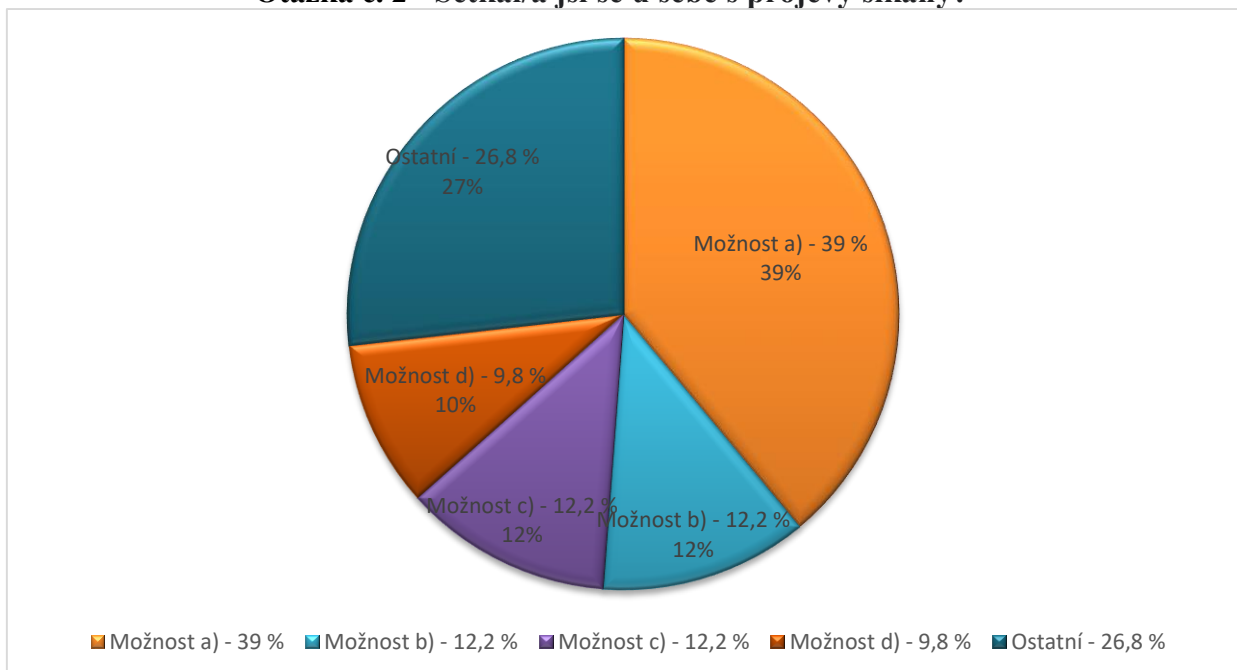
Otázka č. 1 - Jaká je tvá sexuální orientace?



Zdroj: vlastní zpracování

Je logické, že vzhledem k dostupným statistikám bude převážná většina respondentů s heterosexuální orientací, přesto se plných 20,2 % identifikuje jako gay nebo lesba, což ale souvisí s tím, že řada z mých kamarádů nebo spolužáků se plně ztotožňuje spíše s touto orientací. 5 respondentů, resp. 5,6 % se pak identifikuje jako bisexuál/ka a fialová neoznačená barva představuje jen jednoho člověka, jež se cítí nebo projevuje coby pansexuál/ka.

Otázka č. 2 - Setkal/a jsi se u sebe s projevy šikany?



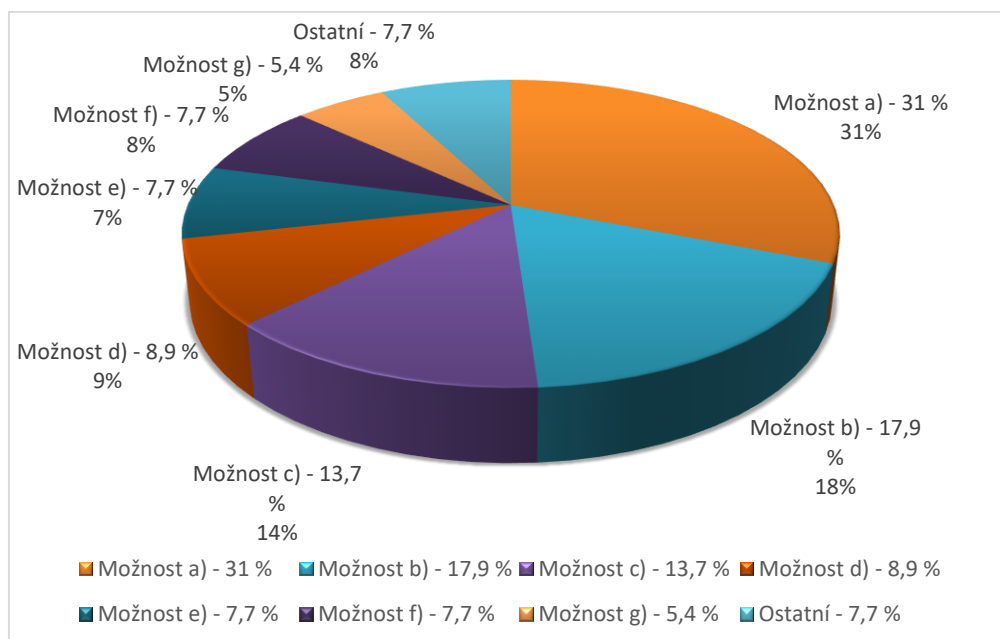
Legenda odpovědí:

- a) Setkal/a jsem se s tím v souvislosti s jiným typem odlišnosti (do pole "Jiné" uveď důvod).
- b) Setkal/a jsem se s tím v souvislosti s mou sexuální orientací.
- c) Nikdy jsem se s takovým projevem nesetkal/a. (V tom případě nemusíš pokračovat v dotazníku)
- d) Setkal/a jsem se s tím ve svém okolí.

Zdroj: vlastní zpracování

Druhá otázka má monitorovat, zda oslovení respondenti spadají do cílové skupiny, tedy zda se přímo oni u sebe nebo ve svém okolí setkali s projevem šikany. Největší procento odpovědí, resp. 39 % tvoří lidé, kteří se setkali s šikanou v souvislosti s jiným, blíže nespecifikovaným typem odlišnosti. Jelikož tato otázka umožňovala v políčku navíc upřesnit tento typ odlišnosti, uvedu zde nejčastější odpovědi, jako byly kupř. vzhled, diskriminace v souvislosti s vnímáním sociálně slabšího jedince, velikost poprsí, kyberšikana, rasová odlišnost, nízké sebevědomí, vojenský režim, obezita či nadváha, nadprůměrné školní výsledky, malá přitažlivost, zamlklost nebo jakákoli, blíže neurčená odlišnost v chování. Tyto doplňující odpovědi v podstatě tvoří i velké procento ostatních nezařaditelných odpovědí, jež činí celých 26,8 %. Dále se plných 12,2 % setkalo s diskriminací ve spojení s odlišnou sexuální orientací, což můžeme de facto brát jako jakoukoli jinou vyjadřovanou normu sexuálního chování než je chování heterosexuální. Stejný poměr 12,2 % respondentů se se šikanou vůbec nikdy nesetkal (tedy ani ve svém okolí), ale alespoň 9,8 % se s diskriminací setkalo alespoň ve svém okolí.

Otázka č. 3 - Setkal/a jsi se ve svém okolí - například na pracovišti či ve škole - s projevy šikany či diskriminace, co bylo jejím důvodem? Když tak upřesni v otevřené otázce v poli "Jiné".



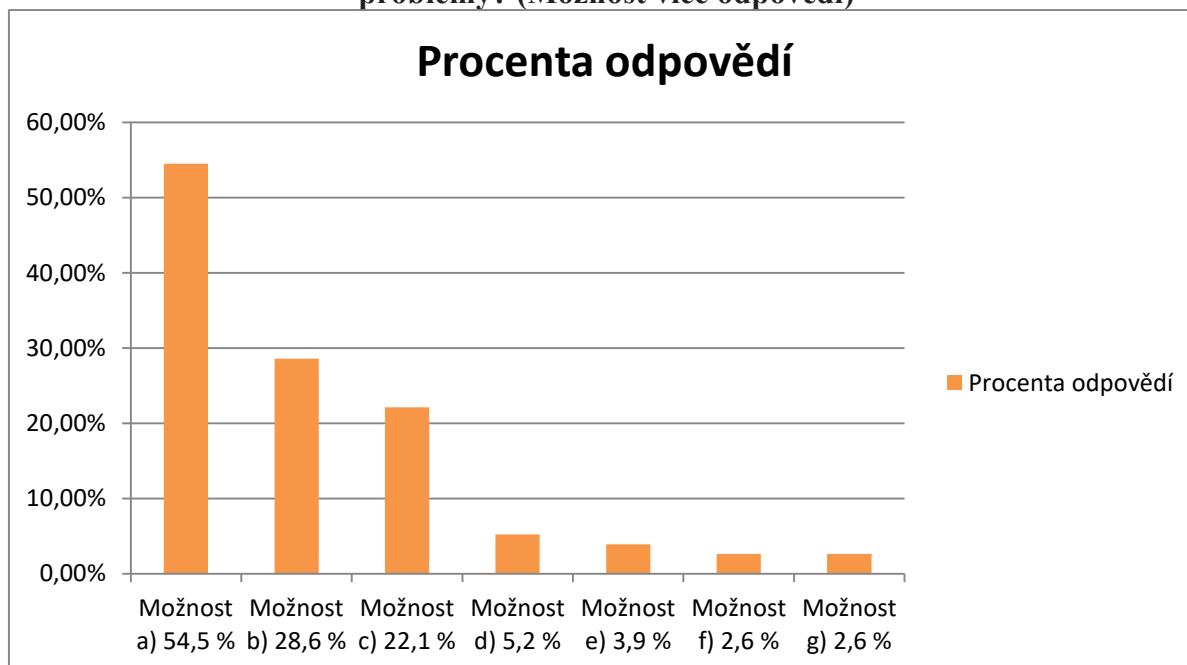
Legenda odpovědí:

- a) Vzhled (např. nošení brýlí, obezita)
- b) Sociální/ekonomický status
- c) Sexuální orientace či preference
- d) Jiná rasa/etnikum či jiné kulturní zvyky
- e) Pokulhávání za ostatními ve výkonu (např. ve školním prospěchu)
- f) Mimořádné nadání, schopnosti, talent nebo dovednosti
- g) Tělesné či zdravotní postižení

Zdroj: vlastní zpracování

Třetí otázka mírně doplňuje tu předchozí a má upřesnit zejména projevy šikany v okolí dotazovaných. Nejvíce odpovědí je zaznamenáno u důvodu odlišného vzhledu, jako je např. nošení brýlí, obezita, ale i jiné, dále odlišný sociální či ekonomický status, následuje sexuální orientace nebo preference, poté jiná rasa/etnikum nebo jiné kulturní zvyky, slabší studijní výsledky, ale i naopak mimořádné nadání, schopnosti, talent či dovednosti a nakonec tělesné nebo zdravotní postižení. V doplňujícím políčku ale zazněly ještě jiné odpovědi, jako byly kupř. náboženské vyznání, diskriminace kvůli rodinnému stavu (svobodná a bezdětná), duševní porucha a invalidita, šikana vedoucím (zákaz projevu, poroučení, vyhrožování) – zřejmě na pracovišti, anebo obyčejná ženská závist či žárlivost.

Otázka č. 4 - Měl/a jsi v souvislosti s diskriminací a šikanou nějaké psychické problémy? (Možnost více odpovědí)



Legenda odpovědí:

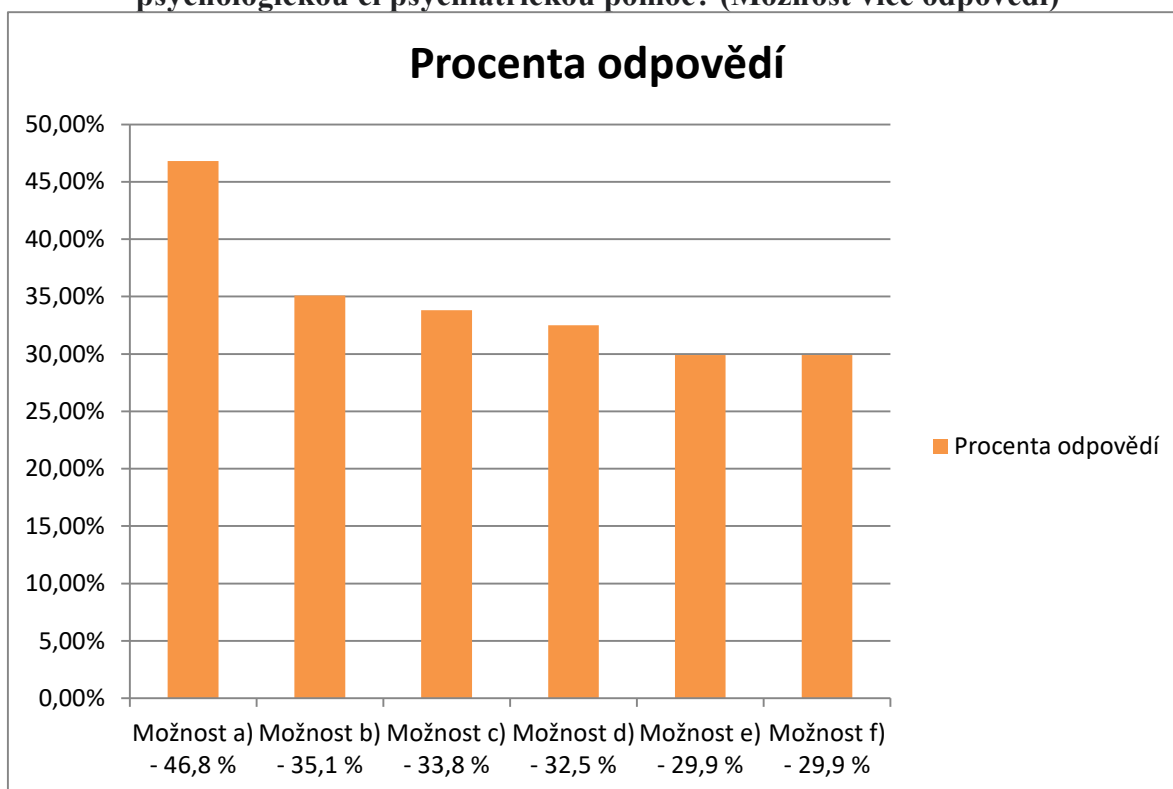
- a) Řešil/a jsem to sám/sama v sobě.
- b) Nikdy jsem nic podobného nezažil/a, neřešil/a jsem to.
- c) Pro pomoc jsem se obrátil/a na své nejbližší.
- d) V souvislosti s diskriminací jsem měl/a pokus o sebevraždu.
- e) Svěřil/a jsem se do rukou psychologa.

- f) Svěřil/a jsem se do rukou psychiatra.
 g) V souvislosti s diskriminací jsem musel/a nasadit psychofarmaka.

Zdroj: vlastní zpracování

V případě tohoto dotazu můžeme jasně pozorovat, že většina dotazovaných (více než polovina) ve spojitosti s touto problematikou nevyhledá pomoc odborníka a dokonce ani oporu ve svých nejbližších. To může svědčit o jejich odolnosti, ale i o obavách. 28,6 % se navíc s takovou šikanou nikdy nesetkalo, 22,1 % se obrátilo na své nejbližší, ale dokonce 5,2 % mělo v souvislosti s vnímáním své odlišnosti pokus o sebevraždu, což je poněkud alarmující číslo. Dále se menší poměr respondentů obrátil nejprve na psychologa, o něco méně se dokonce svěřilo do rukou psychiatra. Jen malé procento 2,6 % však v souvislosti s deprivací muselo nasadit psychofarmaka. I tak je to ale dost.

Otázka č. 5 - Znáš ze svého okolí někoho, kdo vyhledal odbornou terapeutickou, psychologickou či psychiatrickou pomoc? (Možnost více odpovědí)



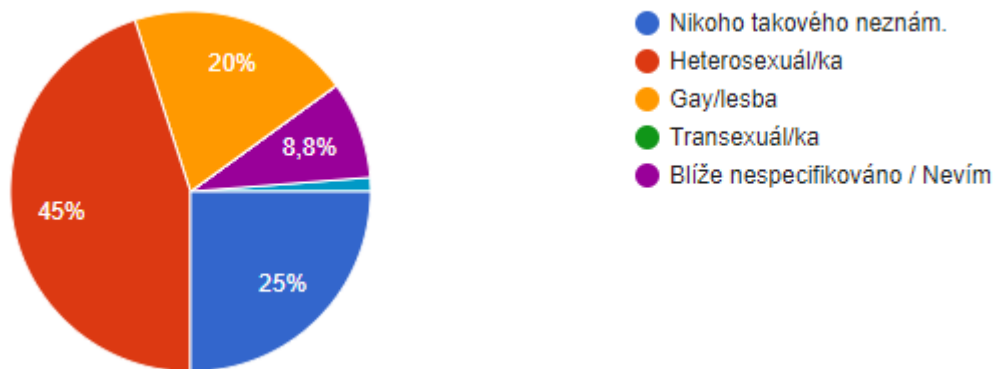
Legenda odpovědí:

- a) Zním někoho, kdo vyhledal pomoc psychologa.
 b) Zním někoho, kdo vyhledal pomoc psychiatra.
 c) Zním někoho, kdo pobýval v psychiatrickém zařízení.
 d) Nikoho takového ze svého okolí neznám.
 e) Zním někoho, kdo vyhledal odbornou terapeutickou pomoc.
 f) Zním někoho, kdo se pokusil o sebevraždu nebo sebevraždu dokončil.

Zdroj: vlastní zpracování

Pátá otázka opět mírně rozvíjí tu předchozí, ale je znovu zaměřena jen na okolí dotazovaných, aby měli šanci odpovědět i ti, kteří se sami u sebe s žádnými projevy šikany nesetkali. A zde můžeme zase vyzorovat poměrně alarmující čísla, protože téměř polovina respondentů zná alespoň ze svého okolí někoho, kdo vyhledal pomoc psychologa, a dále plných 35,1 % zná někoho, kdo dokonce vyhledal pomoc psychiatra. Poměrně vysoké číslo 33,8 % pak představuje respondenty, kteří znají někoho, kdo pobýval v psychiatrickém zařízení. Jen 32,5 % nikoho takové nezná, ale hned 29,9 % představuje následující odpovědi, kdy dotazovaní znají někoho, kdo vyhledal odbornou terapeutickou pomoc nebo kdo se pokusil o sebevraždu či dokonce sebevraždu dokonat. 29,9 % v obou případech je tak velmi alarmující číslo.

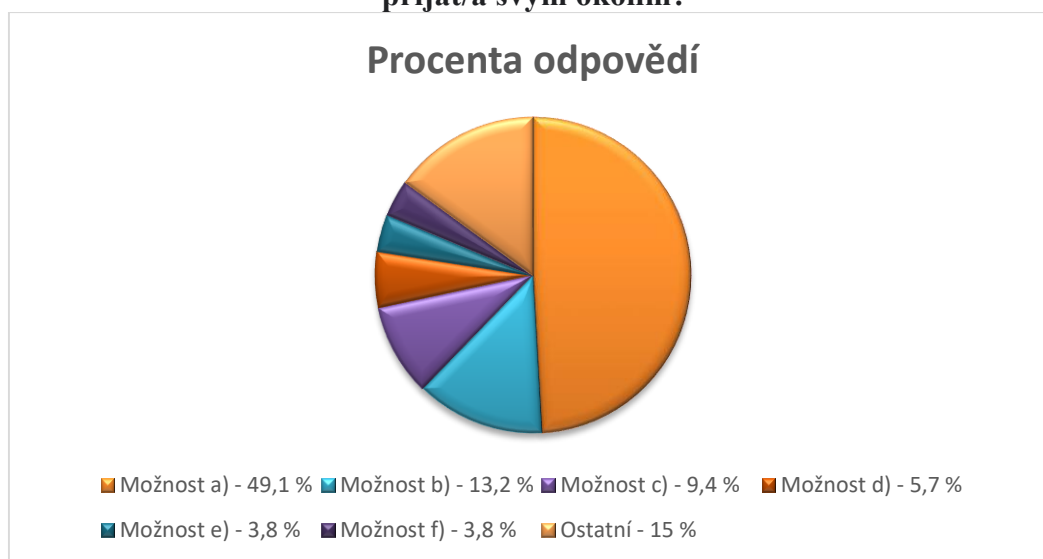
Otázka č. 6 - Pokud někoho takového znáš, tento člověk, pokud jde o jeho/její sexuální orientaci, byl/a:



Zdroj: vlastní zpracování

Tato otázka má mírně vysledovat možnou korelaci mezi psychickou újmou a sexuální orientací. Přestože je zde oproti první úvodní otázce méně heterosexuálních jedinců a více jedinců orientovaných homosexuálně, nemůžeme tuto vazbu potvrdit, protože plných 25 % odpovědí představuje respondenty, kteří ve svém okolí nikoho takového neznají (bledě modré políčko zahrnuje bisexuály). I tak je potřeba se nad touto poměrně odlišnou skladbou sexuálních preferencí zamyslet, protože je docela možné, že pokud se se svým odlišným sexuálním vyjádřením jedinec potýká, má přirozeně i větší předpoklad k jakékoliv psychické újmě. Tuto myšlenku potvrzuje i jeden z polostandardizovaných rozhovorů v další části výzkumu.

Otázka č. 7 - Pokud jsi bisexuálně, homosexuálně nebo transexuálně orientovaný/á, jak dlouho ses vyrovnával/a se svou odlišnou sexuální orientací ("coming outem") až do okamžiku, než jsi byl/a se svou identitou bez následků zcela ztotožněn/a, popřípadě přijat/a svým okolím?



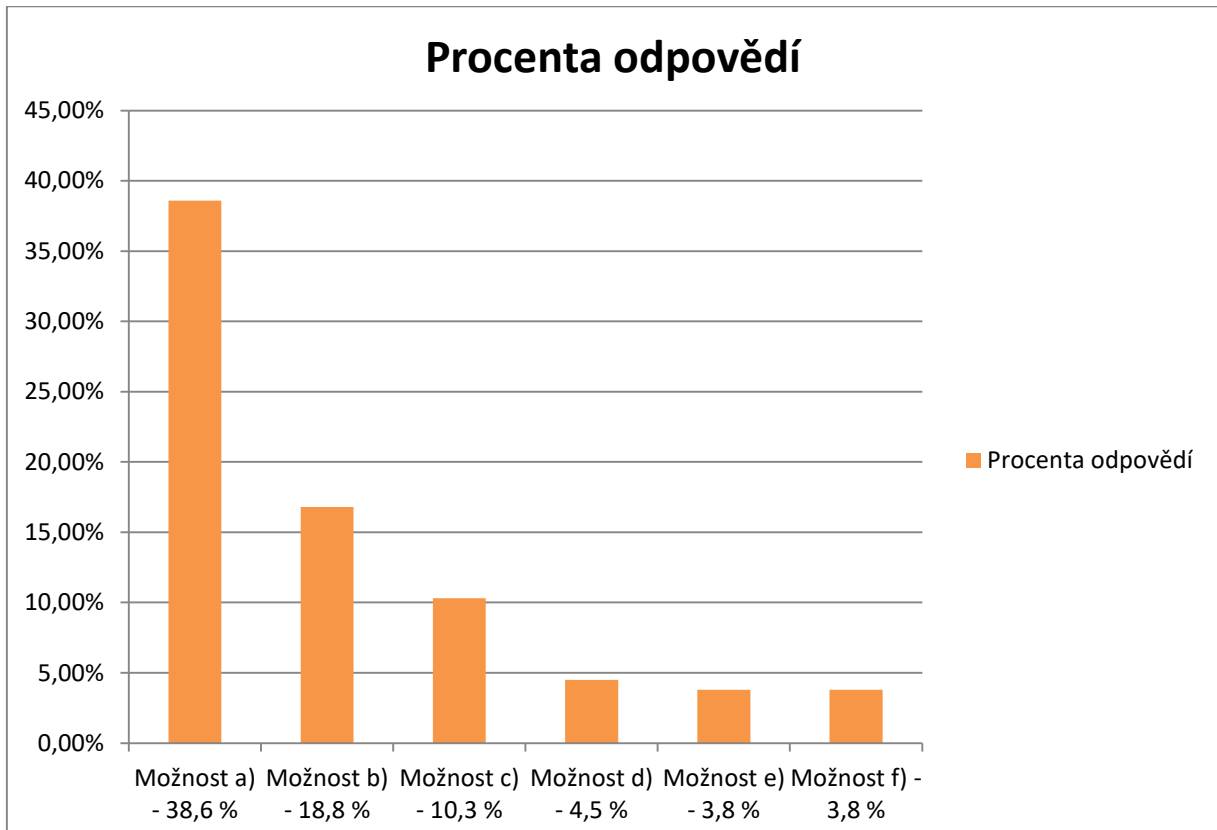
Legenda odpovědí:

- a) Nijak jsem se s tím nevyrovnával/a, automaticky jsem to bral/a tak, jak to je.
- b) 1 – 2 roky
- c) více než 2 roky
- d) mezi půlrokem až rokem
- e) 1 – 3 měsíce
- f) Dosud jsem se s tím nesrovnal/a, ani okolí mě ještě zcela nepřijalo.

Zdroj: vlastní zpracování

I tato část výzkumu nasvědčuje opodstatnění teze vyplývající z výsledků měření čtvrté otázky, a to o „smířených“ respondentech, kteří se s řadou odlišných faktorů své osobnosti dokáží vyrovnat sami. Tvoří totiž téměř polovinu všech dotazovaných. U další poloviny respondentů je však období nutné pro přijetí vlastní sexuální diverzity značně různorodé – nejčastěji trvá 1 – 2 roky, někdy půl roku až rok a v některých případech i více než dva roky. 3,8 % se však se svou odlišnou sexuální orientací dosud nesrovnalo a ani okolí je ještě zcela nepřijalo. I to je vysoké číslo, zejména vezmeme-li v potaz všeobecně uznávané „čtyřprocentní měřítko/poměr“ u homosexuálně orientovaných jedinců – pak by to znamenalo, že v podstatě téměř žádný/á homosexuál/ka s tím není dosud vyrovnán/a.

Otázka č. 8 - Jak dlouho jsi se vyrovnával/a se svou odlišností, po jaké době jsi to přijal/a?



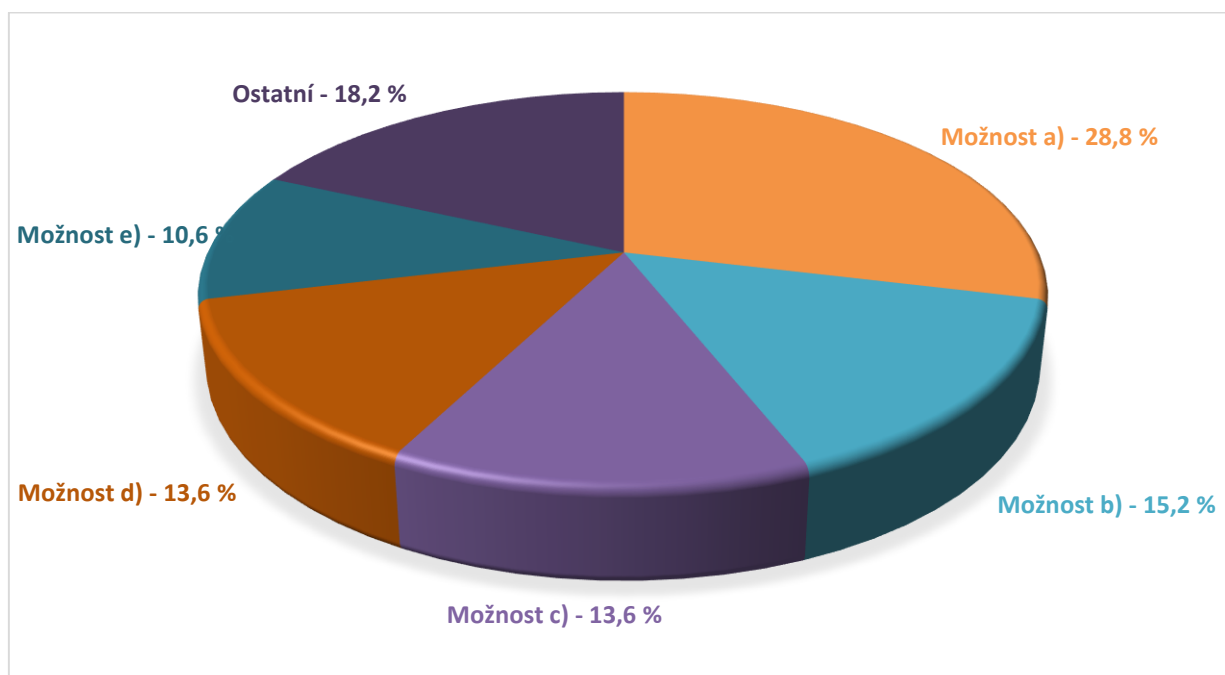
Legenda odpovědí:

- a) Nijak jsem se s tím nevyrovnával/a, automaticky jsem to bral/a tak, jak to je.
- b) 1 – 2 roky
- c) více než 2 roky
- d) mezi půlrokem až rokem
- e) 1 – 3 měsíce
- f) Dosud jsem se s tím nesrovnal/a, ani okolí mě ještě zcela nepřijalo.

Zdroj: vlastní zpracování

Osmá otázka je v podstatě podobná jako předchozí a má ji uvést do komparace. Jejím účelem je opět vysledovat vazbu mezi odlišným sexuálním chováním a jiným typem odlišnosti, resp. jak a v jaké době se respondenti se svou diverzitou vyrovnávají. A jelikož jsou odpovědi velmi podobné jako v předchozí otázce, můžeme tvrdit, že jakákoli diverzita stejnoměrně určuje období, v jakém se respondenti se svou jakoukoli odlišností vyrovnávají, resp. není důležité, jestli se jedná o odlišnost sexuálních preferencí nebo jinou odlišnost bez ohledu na sexuální orientaci.

Otázka č. 9 - Pokud máš nějaký druh odlišnosti, koho o tvé odlišnosti informuješ?



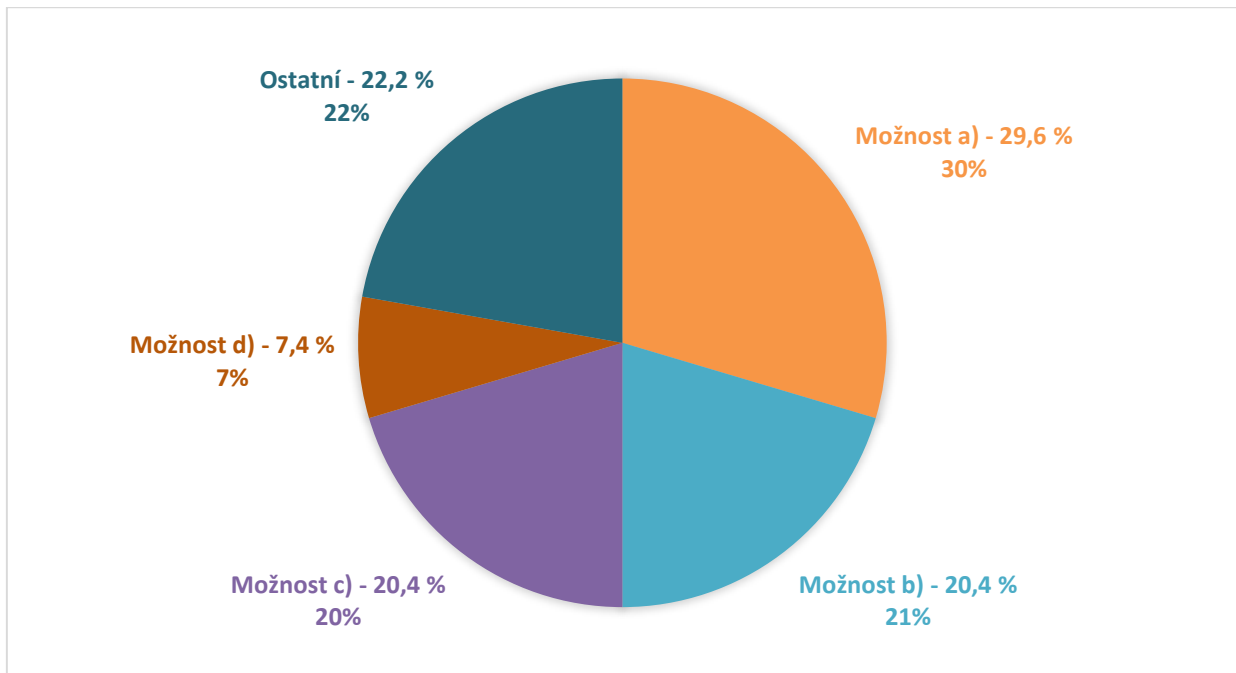
Legenda odpovědí:

- a) Nemám problém se o své jinakosti bavit s ostatními lidmi nebo s některými z nich.
- b) Nebavím se o tom s nikým, je to jen moje věc (kromě partnera/partnerky).
- c) Ví to o mně i v práci, popř. ještě další lidé.
- d) Ví to i širší okolí (přátelé, příbuzní atd.)
- e) Je to na mě vidět (poznat), takže to ví všichni okolo mě a nemusím o tom nikoho extra informovat.

Zdroj: vlastní zpracování

Devátá otázka sleduje, jakým způsobem jedinci o své odlišnosti informují své bezprostřední okolí. Opět je zde potvrzena teze ze čtvrté a následující osmé otázky, kdy jsme se ptali trochu podobně, protože nejvíce - plných 28,8 % - nemá problém se o své jinakosti bavit s ostatními lidmi nebo s některými z nich. O dost méně 15,2 % se pak o tom s nikým nebaví (případně kromě partnera/partnerky) a o 13,6 % respondentech to ví v práci, popř. ještě další lidé, stejně jako širší okolí, mezi něž patří přátelé, příbuzní atd. U 10,6 % je poté nějaká jinakost zjevně patrná od pohledu a 18,2 % tvoří ostatní odpovědi, které z důvodu rozsahu této práce nebudu blíže rozvádět.

Otázka č. 10 - Pokud máš nějaký druh odlišnosti, jak to přijímá tvé okolí?



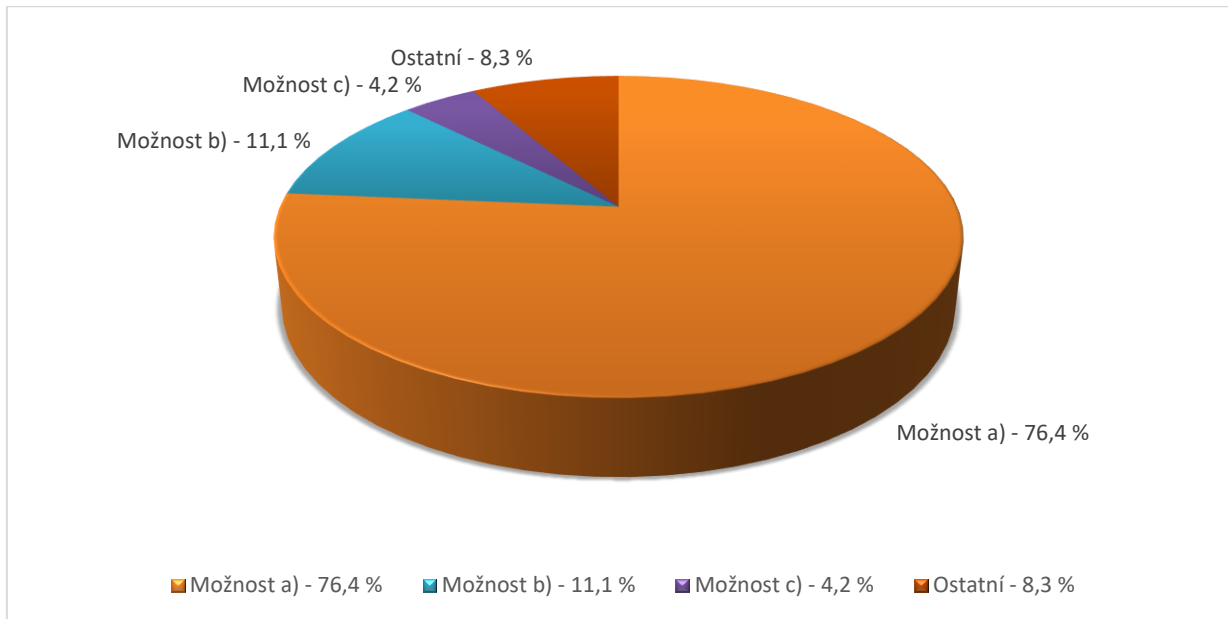
Legenda odpovědí:

- a) V okolí jsem se nesetkal/a s žádnými negativními projevy.
- b) Občas se setkávám s nepochopením.
- c) Mám dojem, že mi okolí spíše fandí a přeje jen to nejlepší.
- d) Ostýchám se o své jinakosti mluvit, raději si to nechávám čistě pro sebe nebo své nejbližší.

Zdroj: vlastní zpracování

U desáté otázky se ještě blíže dostáváme k problému z předchozí otázky. 29,6 % se s žádnými negativními projevy nesetkalo, určitou míru nepochopení zaznamenalo 20,4 % a stejný poměr respondentů má dojem, že ho okolí spíše podporuje a přeje jen to nejlepší. Opět zde můžeme zaznamenat poměrně silné jedince, protože jen 7,4 % se ve smyslu odpovědi vyjádřilo negativně (22,2 % pak tvoří ostatní odpovědi).

Otázka č. 11 - Byla ti v souvislosti s jakoukoli diskriminací nebo šikanou diagnostikována nějaká duševní porucha?



Legenda odpovědí:

a) Jsem zcela zdrav/a, resp. se cítím být zcela zdrav/a.

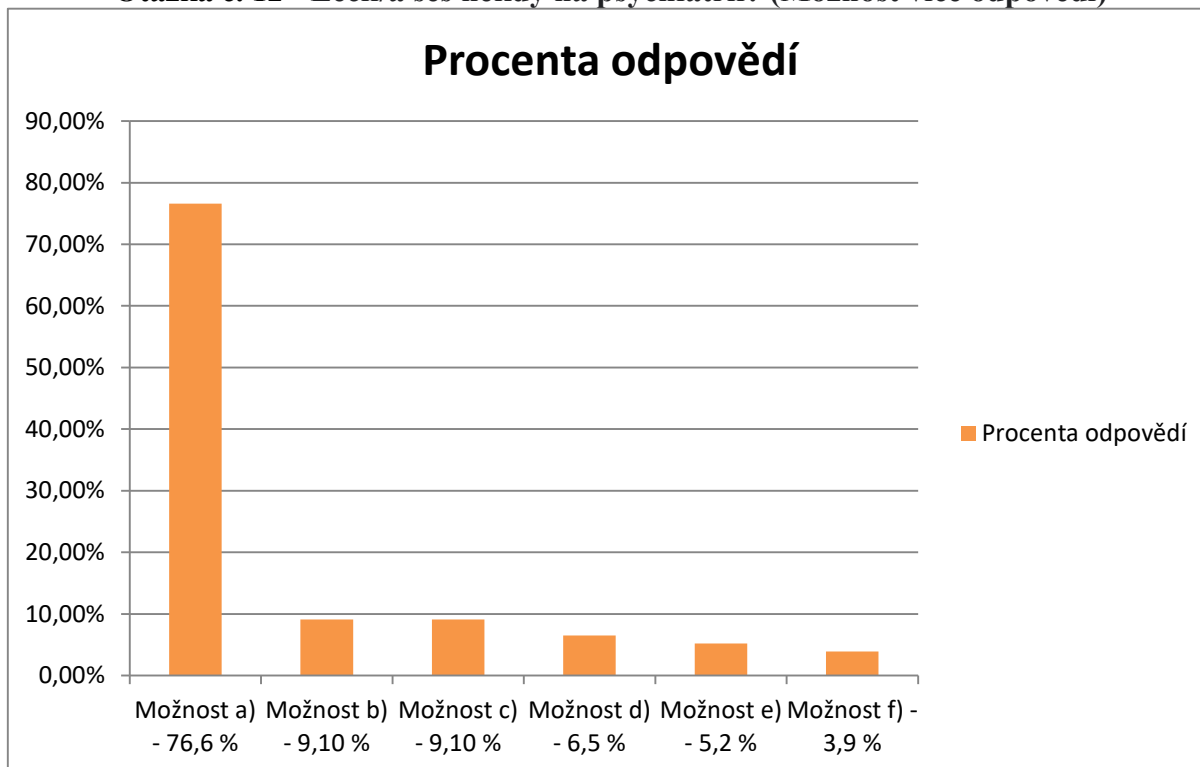
b) Nechci odpovídat.

c) Byla mi diagnostikována slabší duševní porucha, pro niž nemusím užívat psychofarmaka (do pole "Jiné" když tak uveď název diagnózy).

Zdroj: vlastní zpracování

Přestože 76,4 % respondentů se u této otázky cítí být zcela zdrávo, což je skvělé číslo, 11,1 % z nějakého důvodu svou odpověď tají a nechtělo na tuto otázku odpovídat. 4,2 % dotazovaných pak tvoří skupinu, u níž byla diagnostikována nějaká slabší duševní porucha, ve spojitosti s níž ovšem nemusí užívat psychofarmaka.

Otázka č. 12 - Léčil/a ses někdy na psychiatrii? (Možnost více odpovědí)



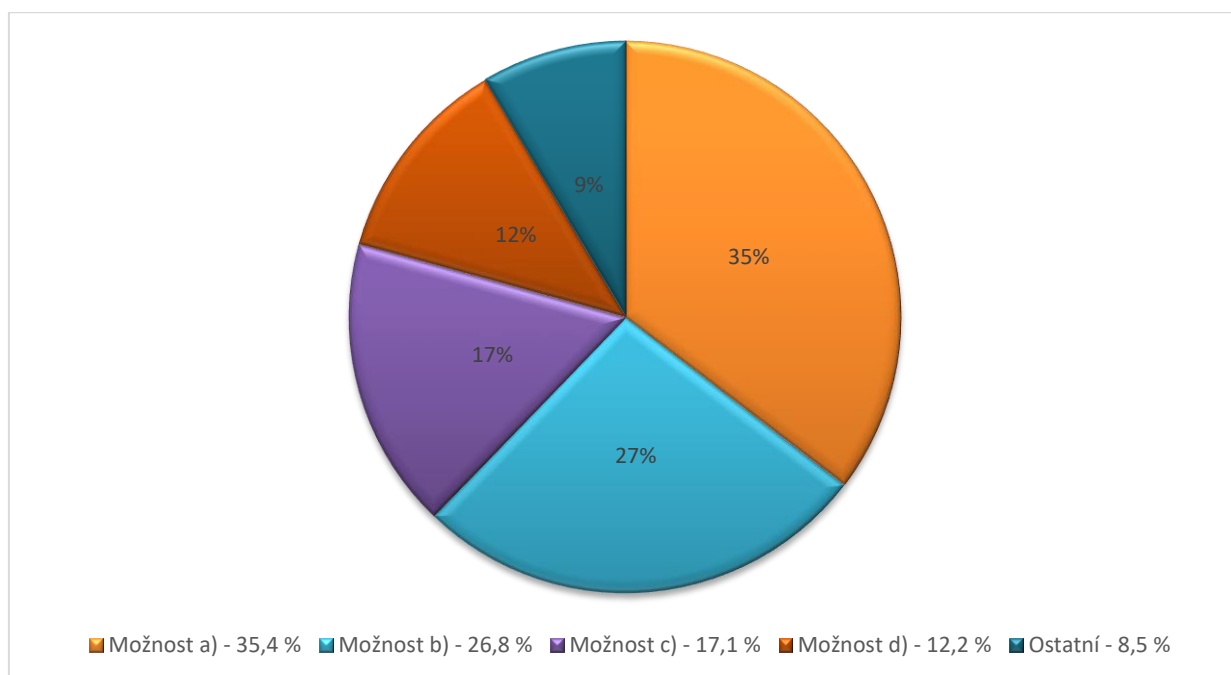
Legenda odpovědí:

- a) Nikdy jsem se psychiatricky neléčil/a, ani ambulantně.
- b) Využívám služeb čistě psychologických nebo terapeutických.
- c) Pokusil/a jsem se dokonce i o sebevraždu.
- d) Dříve jsem se léčil/a na psychiatrii, momentálně ne.
- e) Léčím se na psychiatrii ambulantně.
- f) Absolvoval/a jsem pobyt v psychiatrické léčebně.

Zdroj: vlastní zpracování

I u této otázky máme potvrzena u největší části respondentů kvantitativní data z předchozí související otázky, jelikož plných 76,6 %, což je stejně jako u jedenácté otázky více než $\frac{3}{4}$, se nikdy psychiatricky neléčilo, a to ani ambulantně. Jen 9,10 % pak využilo služeb čistě psychologických nebo terapeutických a stejné číslo (!) se pokusilo dokonce i o sebevraždu, což je tentokrát ještě vyšší číslo než u otázky č. 4. Další skladbu respondentů vidíme z legendy a na tomto místě zdůrazním, že i takto poměrně vysoké číslo dotazovaných se na psychiatrii někdy dříve léčilo, dosud se ambulantně léčí nebo dokonce absolvovalo pobyt v psychiatrické léčebně.

Otázka č. 13 - Chceš jako nepovinnou odpověď uvést svůj věk?



Legenda odpovědí:

a) 18 – 24 let

b) 25 – 30 let

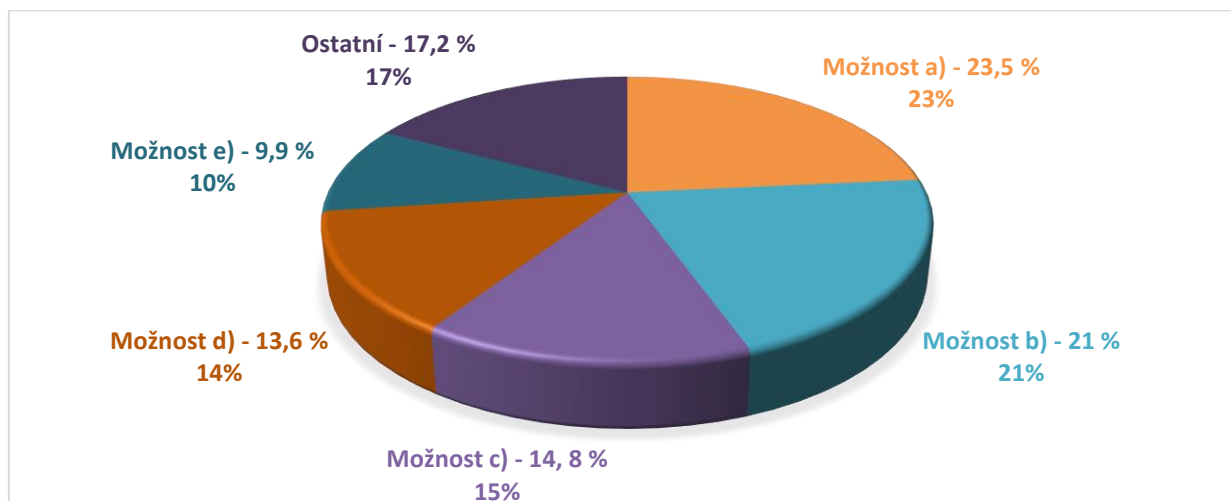
c) 31 – 40 let

d) 41 – 50 let

Zdroj: vlastní zpracování

A zbývají už jen poslední dvě demografické otázky, které mají za úkol vysledovat skladbu a strukturu respondentů. Nejčastěji jsou dotazováni ve věkové kategorii 18 – 24 let, což svědčí o tom, jaké respondenty zejména ze svého okolí jsem oslovil. Následuje kategorie 25 – 30 let a tak dále s věkem nahoru se stále nižším počtem zastoupení.

Otázka č. 13 - Chceš jako nepovinnou odpověď uvést svůj věk?



Legenda odpovědí:

- a) Hlavní město Praha
- b) Město mezi 20 – 50 000 obyvateli
- c) Obec do 5 000 obyvatel
- d) Město mezi 50 – 100 000 obyvateli
- e) Město mezi 10 – 20 000 obyvateli

Zdroj: vlastní zpracování

I tato poslední demografická otázka demonstruje, jaké respondenty jsem oslovil, protože sám v Praze žiji. Nepotvrzeným předpokladem je následně skutečnost, že i u menších měst nebo obcí platí, že se nacházejí v přidruženém Středočeském kraji.

Za výše uvedené je možno shrnout, že přestože se většina respondentů cítí být zdráva nebo že se s projevy šikany neseťkala ani u sebe nebo ve svém okolí, jako alarmující je třeba brát čísla, kdy dotazovaní vzhledem ke své diverzitě trpí a mají psychickou újmu, popř. musí vyhledat odbornou pomoc. Procentuálně se to vždy pohybuje kolem 10 % nebo lehce pod ně, ale je to jistě stále vyšší číslo, než bylo kupř. před třiceti lety. Proto je potřeba se nad těmito daty zamyslet a předložit vhodná preventivní opatření, která ještě po zhodnocení druhé části výzkumu uvedu v podkapitole 4.4.

4.3 Polostrukturované rozhovory

V této následující, druhé části výzkumu, tedy předkládám dva polostandardizované rozhovory se dvěma respondenty ze svého bezprostředního okolí, u nichž vím, že se setkali s projevy šikany a že jim oběma dokonce byla diagnostikována lehčí duševní porucha. Polostrukturovaných otázek je dohromady šest a všechny jsou otevřené.

Rozhovor č. 1 – Respondentka má 23 let a byla jí v 17 letech diagnostikována úzkostná porucha. Navštěvuje pravidelně psychiatra a bere léky. Se šikanou se setkávala už na základní škole. V současné době pracuje ve výrobě a má partnera.

Můžeš popsat, proč jsi byla šikanovaná?

Byla jsem šikanovaná už na základní škole asi kvůli tomu, že jsem byla mnohem menší než ostatní a že jsem šilhala a nosila brýle. Někteří spolužáci se se mnou záměrně nebavili, někdy mi schválně schovávali věci, brali mi z aktovky svačiny, posmívali se mi a říkali též ostatním kamarádům, aby se se mnou také nebavili.

Jak jsi to snášela?

No ze začátku po pravdě dost těžko. Obrátila jsem se nejprve na některé své kamarádky ze školy, kterých bohužel nebylo mnoho, protože se zajímaly především o sebe, a pak také na rodiče, ale ti mi nevěřili a pokud ano, říkali mi jen, že si to tak nemám brát. Víceméně ale o tom nechtěli vůbec slyšet. Přes našeho učitele se to tak proto nikdy vlastně neřešilo. Dost jsem to v sobě dusila a začala to řešit, až když jsem byla starší a spolužáky jsem svým vzrůstem malinko dohnala. Šilhání a brýle mi však zůstaly dodnes a jsem stále menší než ostatní.

Co ti v takových chvílích nejvíce pomáhalo?

V některých chvílích to bylo opravdu velmi těžké, protože jsem se vlastně neměla na koho obrátit. Ale uvědomila jsem si, že pro takové chvíle tady mám především sebe a že jen sebe můžu přijmout se všemi svými chybami a nedostatky. Pořád jsem se dívala do zrcadla a ptala jsem se, jestli jsem vůbec pěkná a tak podobně. Přestože jsem si na tuto otázku nebyla schopná odpovědět, říkala jsem si, že když už jednou na světě jsem, tak že tu mám své místo, stejně jako

každý jiný. No a později, když mi bylo asi sedmnáct let a problémy ve škole neustávaly, jsem musela vyhledat po poradě s jednou kamarádkou, která na tom byla celkem podobně, pomoc psychiatra.

Pomohla ti pomoc odborníka?

Připadala jsem si nejprve jako ten poslední člověk na světě, který potřebuje od někoho pomoc a není schopen se s určitými věcmi srovnat sám. Ale po několika konzultacích jsem se více otevřela a naučila se i více důvěřovat. Nicméně mi byla diagnostikována úzkostná porucha a dnes mám všeobecně problém se vztahy, nikomu moc nedůvěřuju a sama jsem velmi opatrná. Mám teď sice přítele, ale ani s ním to není úplně růžové, protože by si vedle sebe asi představoval nějakou krásku. Já ho mám ráda ale i tak a snažím se to po poradě s odborníkem brát všechno jinak. Dala jsem se na sport a se svým pejskem podnikám kondičně agility aktivity, a to přestože jsem dodnes malá a když sundám brýle, tak skoro nic nevidím. Ostatní mě tam ale berou kupodivu fajn.

Můžeš ještě více popsat svou situaci dnes?

Je mi 23 let a na vysokou školu jsem se nedostala – možná i proto, že jsem byla i na střední škole hodně rozhozená – a tak musím dnes normálně pracovat. Dělán ve výrobě, kde jsou různí lidé a na nějaké posmívání nebo ústrky tam není dost času. Každopádně už se to dnes snažím brát úplně jinak zejména z toho hlediska, že jsem si uvědomila, že lidé, kteří se do někoho navážejí, mají sami se sebou dost velké problémy a něco je trápí. Rozhodně bych si tedy již dnes nemyslela, že je chyba na mojí straně, což jsem si dříve myslela a ptala se neustále sama sebe a dokola, proč vlastně já. S přítelem jsme si pronajali byt, není to žádná sláva, ale žijeme, jak umíme. Každopádně nějaký komplex méněcennosti je ve mně zakořeněn už od mala a bude velmi těžké se jej zbavovat; i proto ještě dnes psychiatra navštěvuji a beru léky na uklidnění, abych někdy nepropadala panice, zejména když je kolem mě více lidí.

Měla bys nějaké doporučení pro podobně šikanované?

Víte, když mi bylo 16, uvědomila jsem si, že lidé někdy moc ubližují. Spolužačka z vedlejší třídy se v tom věku pokusila o sebevraždu, a to jenom proto, že byla obézní a ostatní se jí posmívali. V tu chvíli jsem si řekla, že takhle už to dál nepůjde, že už nemám prostor pro další

urážky a snažila jsem se sebou bránit, a to jsem ještě ani nenavštívila psychiatra. Každý člověk a především v dospívání by si měl uvědomit, že tady má především sebe a že potřebuje jak společenský kontakt, tak samotu. V té samotě spousta věcí člověku dojde a má třeba znovu chuť bojovat, a to ještě než se dostane mezi silnější jedince, kteří ho chtějí jen znejistit a za každou cenu zneškodnit. Sílu tak musíte brát především u sebe, i když někdy je to velmi těžké.

Rozhovor č. 2 – Respondentovi je 26 let a byl šikanován kvůli své homosexuální orientaci. Na základě doporučení třídní učitelky se nejprve setkal se školním psychologem, který mu dodal doporučení k místnímu psychiatrovi. Byla mu diagnostikována bipolární afektivní porucha. Po dohodě s ním u něj později ukončil návštěvy a vysadil prášky, přestože dodnes trpí jistými úzkostnými stavy. Absolvoval vyšší odbornou školu a nyní pracuje v oblasti gastronomie.

Můžeš popsat, proč jsi byl šikanován?

S nejrůznějšími projevy šikany jsem se setkal už na základní škole, kde se mi děti posmívaly, že jsem nebo chovám se jak holka. V té době jsem si ještě sám před sebou nepřiznal, že bych mohl být gay, přestože jsem cítil už od školky, že jsem se více díval na muže. Spolužáci na to byli velmi citliví a silnější „heteráčtí“ jedinci mi to dávali dost sežrat, přestože v komunikaci s holkama jsem jako takový žádný problém neměl, spíše naopak.

Jak jsi to snášel?

Nejprve jsem se s tím srovnával velmi těžko, protože jsem cítil, že u mě v těle není něco v pořádku. Pořád jsem se trýznil a vlastně i sám šikanoval nebo vyčítal si věci za to, že se chovám odlišně. Reakce ostatních tak byla jen spouštěčem dalších depresivních stavů. Neměl jsem navíc vůbec sílu s tím jakkoli bojovat a před rodiči jsem své stavy tajil. A neměl jsem se ani v podstatě na koho obrátit, protože jsem si myslel, že jsem v tom sám, i když z hovorů v dospělosti pak vyplynulo, že jsem ve třídě nebyl jedinej teplej. To už bylo ale pozdě cokoli napravovat. Přestože jsem jinak měl velmi hezké dětství a rodiče se mi snažili dopřát jen to nejlepší, do školy jsem chodil velmi nerad a o posměšcích ostatních jsem nikomu nic neříkal, dusil jsem to v sobě.

Co ti v takových chvílích nejvíce pomáhalo?

Nepomáhalo mi vlastně nic. Snažil jsem se na to nemyslet, ale vlastně nejhorší byly mé první nešťastné lásky, kdy jsem se zakoukal do někoho, koho jsem absolutně nemohl mít ani jak získat. Než jsem s tím přišel nebo jak se říká, než „jsem přišel s barvou ven“, trvalo to dost dlouho. Můj coming out byl provázen řadou peripetií a nešťastných dní, kdy jsem nemohl myslet jen než na to jedno. Jednou ale za mnou asi v osmé třídě přišla naše třídní a zeptala se mě: „Nechtěl by sis promluvit?“ Já jsem jí na to odpověděl: „Jak to myslíte?“ Načež si mě

pozvala do kanceláře a představila mě školnímu psychologovi, kterému jsem se nakonec svěřil. Ten mi pak dodal doporučení k dorostovému psychiatrovi u nás ve čtvrti.

Pomohla ti pomoc odborníka?

Vlastně to byla první a jediná pomoc, kterou jsem měl nakonec k dispozici, takže se dá říct, že ano. Nakonec mi k tomu všemu naložil na bedra ještě bipolární afektivní poruchu, která se mi ale rozjela až v období dalšího dospívání už na jiné střední škole. Ten mě vlastně přesvědčil, abych se svou orientací šel poprvé ven. Je zajímavé, že jakmile jsem se se svým okolím začal bavit otevřeně, společnost mě najednou i více přijímala úplně v pohodě, přestože jsem pak později návštěvy u psychiatra ukončil a po dohodě vysadil i prášky. Přesto jsem dodnes mnohem citlivější než ostatní a mívám úzkosti, i z toho důvodu, že mí rodiče tuto okolnost ani v mém již dospělém věku úplně nepřijali.

Můžeš ještě více popsat svou situaci dnes?

Dnes už se snažím se tím netrápit a celkově si věci moc nezabírat. Mám vyčerpávající práci, která mě hodně baví, a vydělám si dost. Stálého přítele zatím nemám, ale nebojím se užívat si. I tak ale věřím, že ho ještě najdu a pravá láska teprve přijde.

Měl bys nějaké doporučení pro podobně šikanované?

Každý, kdo se potká s podobnou situací, by určitě neměl váhat a odkládat návštěvu odborníka. Ti lidé jsou tu proto, aby v takových momentech pomáhali, a jistě mají velmi nezaujatý a profesionální pohled, který nemůže nikoho ohrozit. Bohužel je kolem toho stále silná fáma, kdy to lidé směšují s odpadem. Já bych ale příště neváhal a určitě to řešil dříve, a kdybych o tom věděl, udělal bych to ještě předtím, než mě oslovila třídní. Potom je velmi důležité se naučit fungovat sám se sebou, aby život byl v rámci jistých mezí snesitelný a nepodléhal ostatním názorům na jakoukoli jinakost. Jsem zároveň rád, že jsem se nedostal z toho všeho nakonec do léčebny, i když k tomu bylo velmi blízko. Pomohli mi především mí přátelé, kterých mám naštěstí mezi spolužáky z vyšší odborné školy hodně, a kde už všichni byli vyzrálejší, uvědomělejší a neměli důvod se čemukoli posmívat. Takže ani na ně se obrátit není úplně špatné a je potřeba se asi totálně vykašlat na lidi, kteří jen ponižují.

Rozhovor č. 3 – Třetí a poslední dotazovaný se také setkal s šikanou na střední škole, ale oproti dvěma předcházejícím ji snášel poněkud jinak, protože byl psychicky asi velice dobře vybaven. Je mu nyní 28 let, vystudoval vysokou školu se zaměřením na práva, má partnerku a už i jedno dítě.

Můžeš popsat, proč jsi byl šikanován?

No, začalo to už vlastně velmi brzy, a to na základní škole, kde jsem měl velmi dobré studijní výsledky. Nadávali mi do šprtů a po vyučování mi třeba spolužáci vysypali aktovku nebo mi ukradli penál. Učení mě strašně bavilo, ve svých volných chvílích jsem se učil a byl zabraný jen do knížek. Nechodil jsem ani nikam ven, a to i z toho důvodu, že jsem si velmi těžko hledal kamarády nebo spřízněné duše, protože u nás byl učební průměr poměrně nízký. Poté, co jsem se dostal na gymnázium, už to nebylo tak horké, neboť škola tohoto typu předpokládala jisté nasazení a výsledky, ale pořád tu byly rozdíly. Učitelky mi přezdívaly malý génius a neustále mě chválily, a proto mi dost spolužáků zejména během našeho společného dospívání závidělo. Našel jsem si tam ale jednu dost dobrou kamarádku – vlastně svou první lásku – a spolu s ní to bylo všechno o mnoho jednodušší.

Jak jsi to snášel?

Jak jsem říkal, zprvu mě to trošku šokovalo, ale postupem času jsem se vůči tomu stával čím dál více obrněnějším. Když mi bylo nejhůř, říkal jsem si – no vždyť je to vlastně dobré, že mi závidějí, protože sami mi nesahají ani po kotníky. Často jsem žaloval mamince, ale ta na to reagovala podobně jako učitelky, takže to ve mně jen posilovalo sebevědomí, i když mi to samotnou věc, proč to tak je, vůbec nevysvětlilo.

Co ti v takových chvílích nejvíce pomáhalo?

Zatímco na základce a v prvních ročnících gymnázia jsem se v tomto cítil poněkud sám, později mi právě pomáhalo má první přítelkyně. Nebyla sice nijak zvlášť chytrá, ale byla velice empatická a některým klukům ohledně šikanování mé osoby dost vyčinila. Takže určitě mi později pomohlo právě nalezení spřízněné duše a souznění s ní.

Pomohla ti i pomoc odborníka?

Ne, takhle daleko jsem se nikdy nedostal a nikdy to snad ani nepotřeboval. Paradoxní ale bylo, že čím častěji jsem se stal terčem diskriminace, tím častěji jsem na to reagoval podrážděně a posmíval se jiným z jiných důvodů. První láska mě dost obrnila, ale zároveň jsem cítil potřebu nějak jim to všem vrátit a „nandat“. Jenže nikdy to nedospělo tak daleko, abych vyhledal pomoc školního psychologa, terapeuta nebo psychiatra, i když jsem o této možnosti z literatury věděl. I z těch knížek mi ale vlastně paradoxně totiž došlo, že to vlastně vůbec nepotřebuju.

Můžeš ještě více popsat svou situaci dnes?

S tou první láskou jsem se samozřejmě časem rozešel, přišla ale druhá a ta trvá již skoro 7 let. Máme spolu krásnou dceru, jsme zabezpečení, nemůžu si stěžovat. Vystudoval jsem práva a tomu se i v současnosti věnuji. Volného času sice nikdy není nazbyt, ale dokážeme se s rodinou i odreagovat nebo vyrazit na nějaký výlet, hodně sportujeme. Kolegové v práci mi přijdou občas trochu divní, ale víceméně jsem se s tím setkával i na výšce, protože právníci jsou všeobecně dost divní, introverti nebo podivíni. Ale říkám si, že jsem asi jedním z nich, tak se nad tím moc nepozastavuji.

Měl bys nějaké doporučení pro podobně šikanované?

Rozhodně z jakéhokoli důvodu nepropadat panice a hledat si rovného. „Vrána k vráně sedá, rovný rovného si hledá“. A domnívám se, že není žádný člověk na světě, který by se cítil tak sám a neměl žádné spřízněné duše. Pro některé je to v rámci jedné třídy možná dost náročné, ale pak je potřeba ještě navštěvovat kroužky, chodit na akce nebo sportovat. A hlavně se umět za každých okolností i odreagovat, ať už je důvod té šikany jakýkoliv (směje se).

Níže předkládám velmi jednoduchou tabulku, která má zkomparovat výše proběhlé rozhovory a udělat z nich závěrečné výstupy.

Tabulka č. 1 – Vyhodnocení kvalitativní analýzy na základě polostrukturovaných rozhovorů

Otázka č.	Specifika	Výstup + -	Závěr
1) Můžeš popsat, proč jsi byl/a šikanován/a?	Malý vzrůst, šilhání, nošení brýlí, odlišná sexuální orientace, zženštilé chování, nadprůměrné studijní výsledky	Frustrace, nemožnost se s kýmkoli konfrontovat, deprivace, vznik duševní poruchy, studium, seberealizace	Větší konfrontace, sebevědomí, komunikace, nenásilná „odplata“
2) Jak jsi to snášel/a?	Deprese, nemožnost komunikace, odcizení, komplex méněcennosti, uzavírání do sebe	Odcizení, nemožnost konfrontace, málo přátel, úzkostné stavy, panika, malé sebevědomí	Konzultace s odborníkem, přáteli nebo nejbližšími příbuznými, někomu se svěřit
3) Co ti v takových chvílích nejvíce pomáhalo?	Sport, podobně zaměření kamarádi, uvědomění si sebe sama, studium, seberealizace, spřízněná duše, podpora rodiny	Konzultace se školním psychologem, psychiatrem nebo jiným odborníkem, rozhovor s rodiči	Přemýšlení o sebe sama o samotě, komunikace, sebeuvědomění, posílení sebevědomí, komunikace s rodinou
4) Pomohla ti (i) pomoc odborníka?	Ano (Nebyla potřeba)	Konzultace byly prospěšné, ve dvou případech diagnostikovány lehčí duševní poruchy (úzkostná a bipolární afektivní), ve třetím první láska	Nasazení psychofarmak, terapie, společnost, partnerství, kamarádství a láska

		potlačila všechny negace	
5) Můžeš ještě více popsat svou situaci dnes?	Všichni tři respondenti jsou dnes již srovnání a zapojení do pracovního procesu, u jednoho stále užití psychofarmak	Zájmové aktivity, studium, sport, práce, která naplňuje a vyplňuje čas, společenské akce, přátelé, kamarádi, odreagování	Vysazení psychofarmak (u jednoho respondenta), studium, partnerství a sexuální život, děti, společenské akce, výlety
6) Měl/a bys nějaké doporučení pro podobně šikanované?	Uvědomit si více sebe sama a svou jedinečnost, ignorovat projevy šikany, zaměstnat se nebo se zaměřit na jiné aktivity, umět se odreagovat	Práce, sport, partnerství, přátelé, odborná terapeutická, psychologická nebo psychiatrická pomoc, nasazení psychofarmak, společenské akce, výlety	Konzultace s odborníkem, někomu se svěřit, srovnat se sám se sebou a neubíjet se, nepropadat skepsi, užívat psychofarmaka a hledat si spřízněnou duši

Zdroj: vlastní zpracování

Z výše uvedené komparace a výstupů můžeme zaznamenat mírnou korelaci se všemi případy; u dvou respondentů v souvislosti s odlišně vedenou šikanou kvůli jejich diverzitě byly diagnostikovány lehčí duševní poruchy. Oba první případy také spojuje skutečnost, že na odborníky se vzhledem ke svým psychickým újmám obrátili poměrně velmi pozdě. Zatímco první dotazovaná dodnes psychiatra ambulantně navštěvuje a léčí se psychofarmaky, druhý respondent postupně své prášky vysadil a poměrně se se svou situací srovnal, i když dospívání a svůj coming out neměl vůbec jednoduché a dodnes trpí občasnými úzkostnými stavy. Ale i první respondentka dnes žije v poměrně harmonickém vztahu oproti nesnadnému dozrávání a věnuje se sportu se svým psem. Oba respondenti pracují, jeden z nich dokonce absolvoval vyšší odbornou školu a jejich situace je již všeobecně stabilizována. Doporučení pro podobně šikanované mají přitom oba dotazovaní poměrně identické: nebát se ihned se svou situací někomu svěřit a obrátit se co nejdříve do rukou odborníka. Zároveň je škoda, že oba zejména

v období svého dospívání si museli zažít poměrně peklo, než se jejich situace postupně vylepšila. Možná za to mohla nevědomost nebo malá osvěta, přičemž tlak ze strany jejich šikanujících spolužáků byl poměrně velký a nenašli zastání ani u svých učitelů, přestože druhého respondenta časem k odborné konzultaci třídní učitelka sama vyzvala. Rodiče přitom pomohli první dotazované jen částečně a druhého dodnes jeho rodina zcela nepřijala.

Trochu jinak je to ale u třetího respondenta, který projevy šikany zpracovával a chápal úplně jinak: dalo by se říci, že tyto projevy násilí vůči jeho nadobyčejným schopnostem jej postupně spíše posilovaly. Nikdy přitom nepotřeboval pomoc odborníka a ani nemusel podstoupit žádnou léčbu. Jeho rady jsou však jasné a víceméně se v něčem shodují i s prvními dvěma případy – nepodléhat skepsi, hledat si spřízněnou duši, umět se odreagovat a neodřezávat se od společnosti. Zajímavý je také fakt, že postupem času u něj vznikl typ jakési obranné agrese, kdy podobně – přestože mírnou formou – projevy šikany „vracel“. Za výše uvedené a jako další zajímavý faktor je možno shrnout, že jako jediný silný „obrněný“ jedinec to ve studiu a snad i v praxi či osobním životě dotáhl zatím ze všech tří respondentů „nejdále“. Můžeme se však i přesto konejšit tvrzením, že u všech tří dotazovaných je dnes již jejich situace zcela nebo téměř stabilizována.

4.4 Náměty a vhodná doporučení

Z obou výzkumů v první řadě jasně vyplývá, že deprivace a psychické problémy související s odlišností sice nejsou pravidlem, ale dá se s nimi setkat poměrně často. Zatímco tak někteří jedinci úspěšně proplouvají dospíváním a případné výtky ke svému vzhledu nebo z důvodu jiné jinakosti snášejí poměrně dobře, zároveň zde můžeme najít poměrně významnou skupinu jednotlivců, kteří musí kvůli svým „chybám“, za něž kolikrát vůbec nemohou, vyhledat odborníka, ať už terapeutickou pomoc, psychologa nebo psychiatra. Setkali jsme se bohužel i s případy, kdy tito lidé museli absolvovat pobyt v psychiatrickém zařízení a pakliže nešlo o respondenty přímo, jednalo se alespoň o někoho z jejich okolí. Dále jsme se také mohli sejit s pokusy o sebevraždu nebo s jejím dokonáním. Dalším poměrně nešťastným svědectvím jsou pak ony tři vedené polostrukturované rozhovory, kdy pomoc zvenčí přišla poměrně pozdě. Příčinou mohla být nedostatečná osvěta i strach z náhlého odhalení, který tito oslovení mohli mít. Vrátime-li se ještě k samotnému dotazníku, můžeme mimo jiné pozorovat narůstající počet dospívajících a mladých lidí, kteří potřebují odbornou pomoc. Situaci bohužel nenapomáhá ani fakt, že ještě relativně nedávno vznikaly tendence tyto potřeby zlehčovat a připisovat je spíše módnímu trendu, než nezbytné péči o duševní zdraví. Není totiž možné potřeby odborné pomoci jakéhokoliv jedince bagatelizovat a přehlížet, byť by se v očích druhých předmět této potřeby mohl jevit jako sebemenší banalita. Pro úspěšnou socializaci všech takto diskriminovaných bych proto do budoucna doporučil nejen větší osvětu v těchto tématech, ale především větší spolupráci mezi učiteli, jejich asistenty a popřípadě školními psychology. Stejně tak může silně pomoci otevřený a vážný rozhovor s rodinnými příslušníky nebo spolužáky, kteří se cítí být podobně dotčeni a neberou věci na lehkou váhu. Osvěta, kterou mám tímto na mysli, by pak měla těmto mladým zejména dokázat, že není potřeba se ničeho bát a svěřit se (pakliže je mezi dvěma lidmi utvořená vzájemná důvěra).

Závěr

V mé bakalářské práci byly nejprve položeny základní otázky, které se týkaly vymezení tematických teoretických východisek na základě rešerše z odborné literatury. Jednotlivé pasáže z knih byly vhodně citovány, interpretovány, komparovány a verifikovány. Zatímco jsme se tak v teoretické části pokusili na tyto otázky odpovědět a zjistit, zda vůbec může vzniknout nějaká korelace mezi odlišnostmi, jejich vnímáním, šikanou a případnou následnou deprivací či psychickou újmou, v praktické části jsme se na konkrétním dotazníkovém šetření a rozhovorech s respondenty odpovídající cílové skupiny přesvědčili, že jistá reciproční vazba tam skutečně je, byť na procentuálně možná nepatrném vzorku. Pakliže však budeme tvrdit, že i toto nepatrné procentuální číslo v poslední dekádě neúměrně roste, poté je zde možno skutečně zaznamenat jistou alarmující hrozbu. Tou je potřeba se poučit a vymyslet kroky, jak do budoucna dál. Jistě totiž není zájmem této společnosti, aby každý desátý užíval psychofarmaka nebo absolvoval pobyt v psychiatrické léčebně, a to jenom proto, že je obézní, nosí brýle, je homosexuál, jeho/její sociokenomický status „není dost dobrý“ nebo nemá tak skvělé studijní výsledky jako ostatní. Řešení jsem nabízel v předchozí podkapitole a víceméně vyplývá zejména ze tří rozhovorů, které jsem měl tu čest vést na vlastní kůži. Rozhodně to dnes nejsou žádní „ztroskotanci“ a nemusí mi jich být vůbec líto; jen je ale škoda, že trpěli tak dlouho a nedokázali si o potřebnou pomoc říci dříve – snad ze strachu a dalšího opovržení. Proto apeluji na všechny své vrstevníky, aby měli možnost se s mou prací seznámit a pochopit tak základní rizika, jež v souvislosti s odlišností člověka mohou v podstatě kdykoli nastat. A to platí i pro další generace, které bych rád své zkušenosti předal.

Výstupem textu jak v jeho teoretické, tak i praktické rovině by tedy měl být tento závěr, který jen v hrubých rysech vychází z mnou provedených průzkumů. Je potřeba se ale zamyslet především nad kvantitativními statistickými daty, jež jsem vytáhl coby výsledné a určující z mého dotazníkového šetření. Z nich totiž vyplývá, že vzorek společnosti, který akutně nebo ambulantně potřebuje odbornou psychologickou nebo psychiatrickou pomoc, stále narůstá. Na vině je bezesporu stav dnešní neutěšené společnosti, která již více než 30 let po osvobození od totalitní společnosti stále hledá své nové hodnoty, postoje, názory, východiska nebo stanoviska, které nejsou u mladé generace ani zdaleka ukotvené. To může vést – a to nejen z důvodu diskriminace nebo šikany – k nejrůznějším psychickým problémům a deprivacím, jež se často velice špatně řeší, i kvůli slabinám v kvalitní psychiatrické péči a „díře“ ve kvalitě psychiatrických léčebných zařízení. Můžeme se v tomto přitom bohužel setkat i se statistikami, že tyto „nemocnice“ absolutně neodpovídají „poptávce“ po volných lůžkách, jež jsou

dlouhodobě přeobsazené a neodrážejí tak skutečnou potřebu po kapacitě, stejně jako že čekání na svěřením do takové péče trvá velice dlouho a funguje na principu nepřiměřených čekacích lhůt na takovéto lůžko a jeho předobjednání. Víceméně je ale opravdu největším problémem zrovna ta skutečnost, že kvalita této péče - a to jak v její lidské, tak i čistě materiální podobě - ani zdaleka stále ještě nenásleduje rozdílné západní standarty a vývoj v tomto lékařském odvětví, které doznalo příslušných změn, jež se ale vůbec neaplikují anebo jen velmi pomalu.

Pevně doufám, že se mi alespoň částečně podařilo naplnit veškeré cíle této práce, které jsem učinil v jejím úvodu a rozvedl dále v textu. Smyslem je nejenom tomuto textu porozumět, ale zároveň si jej dosadit do širších souvislostí. Jeho přesahem by pak mělo být zamyšlení nad současným neutěšivým stavem věcí a samozřejmě – jak jinak než nad jejich nápravou.

Bibliografické a webové zdroje

BAYER, Ivo. *Zobrazování nerovností a hodnotová poselství v časopisech pro děti a mládež na příkladu časopisu Bravo*. Praha: Sociologický ústav AV ČR, 2009. ISBN 9788073301729.

BERGER, Peter L. a Thomas LUCKMANN. *Sociální konstrukce reality: pojednání o sociologii vědění*. Brno: Centrum pro studium demokracie a kultury, 1999. ISBN 80-85959-46-1.

BOURCET, Stéphane a Isabelle GRAVILLON. *Šikana ve škole, na ulici, doma: jak bránit své dítě: praktický průvodce pro rodiče, pedagogy a vychovatele*. Praha: Albatros, 2006. Albatros Plus. ISBN 8000015528.

BRTNOVÁ ČEPIČKOVÁ, Ivana, ed. *Vzdělávání v sociokulturním kontextu: diverzita a vzdělávací bariéry: sborník příspěvků z mezinárodní vědecké konference*. Ústí nad Labem: UJEP, 2008. ISBN 978-80-7414-035-8.

ČÁP, David. In: ROGERS, Vanessa. *Kyberšikana: pracovní materiály pro učitele a žáky i studenty*. Praha: Portál, 2011. ISBN 9788073679842.

DÉMUTHOVÁ, Slávka, BLAŽEK, Vladimír. In: BAUMRUCK, Josef, BLAŽEK, Vladimír a Ivo T. BUDIL, ed. *Dědičnost, osobnost, společnost: [sborník článků]*. Plzeň: Katedra antropologie, Fakulta filozofická Západočeské univerzity, 2007. ISBN 9788087025161.

DUŠEK, Karel a Alena VEČEŘOVÁ-PROCHÁZKOVÁ. *Diagnostika a terapie duševních poruch*. 2., přepracované vydání. Praha: Grada Publishing, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4826-9.

EUportál - Evropská unie - politicky nekorektní průvodce - Lékařská studie: *Homosexualita: normální varianta lidského chování?*. [online] 26. 04. 2011 Dostupné z: <<https://www.euportal.cz/PrintArticle/7427-lekarska-studie-homosexualita-normalni-varianta-lidskeho-chovani-.aspx>>

FIELD, Evelyn M. *Jak se bránit šikaně: praktický rádce pro děti, rodiče i učitele*. V Praze: Ikar, 2009. ISBN 9788024911762.

HIML, Pavel, Jan SEIDL a Franz SCHINDLER, ed. *"Miluji tvory svého pohlaví": homosexualita v dějinách a společnosti českých zemí*. Praha: Argo, 2013. Každodenní život. ISBN 978-80-257-0876-7.

HUBER, Brigitte. *Psychický teror na pracovišti: mobbing*. Martin: Neografie, 1995. Rádce (Neografie). ISBN 8085186624.

JANOŠOVÁ, Pavlína. *Homosexualita v názorech současné společnosti*. V Praze: Karolinum, 2000. ISBN 80-7184-954-5.

JANOŠOVÁ, Pavlína, Lenka KOLLEROVÁ, Kateřina ZÁBRODSKÁ, Jiří KRESSA a Mária DĚDOVÁ. *Psychologie školní šikany*. Praha: Grada, 2016. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2992-3.

KOLÁŘ, Michal. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál, 2011. ISBN 9788073678715.

KRAMPOTA, František a Josef NADRCHAL. *Jak si nenechat ublížit*. Chrudim: Acet ČR, c2010. ISBN 9788087459010.

KRATZ, Hans-Jürgen. *Mobbing: jak ho rozpoznat a jak mu čelit*. Praha: Management Press, 2005. ISBN 8072611275.

KŘÍŽKOVÁ, Alena, Hana MAŘÍKOVÁ, Zuzana UHDE eds. *Sexualizovaná realita pracovních vztahů: analýza sexuálního obtěžování v České republice*. Praha: Sociologický ústav Akademie věd ČR, 2006. ISBN 8073300907.

KŘÍŽOVÁ, Žaneta, Radka Johana PTEROVÁ a Lucie VÍCHOVÁ. *Já jsem takový a ty jsi makový*. Praha: Raabe, 2017. Inspirace a náměty pro mateřské školy. ISBN 9788074963308.

LABUDOVÁ, Zuzana. *Odlišnost inspiruje*. Praha: Osvětová beseda, 2018. ISBN 9788027040063.

LACA, Slavomír a Pavel MÜHLPACHR. *Jinakost z pohledu sociálních věd*. Brno: Institut mezioborových studií, 2013. ISBN 9788087182390.

LEVAY, Simon. *Gay, straight, and the reason why: the science of sexual orientation*. Oxford: Oxford University Press, 2011. ISBN 978-0-19-973767-3.

MARTÍNEK, Zdeněk. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. 2., aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 9788024753096.

MUNSEY, Christopher. *Insufficient evidence to support sexual orientation change efforts*. [online] 10/2009 Dostupné z: <<https://www.apa.org/monitor/2009/10/orientation.aspx>> Americká psychologická asociace (American Psychological Association, © 2019).

NEŠNĚROVÁ, Pavlína. *Jak zvládnout strach ze školy*. Časopis Týden. 37/2019. Praha, Empresa Media, a. s., 2019. ISSN 1210-9940.

NOVÁK, Tomáš a Věra CAPPONI. *Sám proti agresí*. Praha: Grada, 1996. ISBN 8071692530.

OREL, Miroslav. *Psychopatologie: nauka o nemocech duše*. 2., aktualizované a doplněné vydání. Praha: Grada, 2016. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5516-8.

PETR, Jaroslav. *Jak se dědí homosexualita mužů?* [online] 18. 10. 2015 Dostupné z: <<http://www.osel.cz/8487-jak-se-dedi-homosexualita-muzu.html>> Osel.cz – Objective Source E-Learning. ISSN 1214-6307.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-029-4.

PUGNEROVÁ, Michaela a Jana KVINTOVÁ. *Přehled poruch psychického vývoje*. Praha: Grada, 2016. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5452-9.

ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ. *Jak na šikanu*. Praha: Grada, 2010. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2991-6.

SOVÁK, Miloš. *Defektologický slovník*. 2., uprav. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1984. Bez ISBN.

SVOBODOVÁ, Lenka. *Nenechte se šikanovat kolegu: mobbing - skrytá hrozba*. Praha: Grada, 2008. Poradce pro praxi. ISBN 9788024724744.

ŠALDOVÁ, Kateřina, Barbora TUPÁ a Marta VOHLÍDALOVÁ. *Sexuální obtěžování ve vysokoškolském prostředí: výzkumná zpráva*. Praha: Sociologický ústav AV ČR, 2009. ISBN 9788073301781.

ŠIMEČKOVÁ, Eva a Jitka JORDÁNOVÁ. *Násilí na pracovišti a jeho řešení v právním řádu České republiky, Francie a Itálie*. Praha: Leges, 2015. Teoretik. ISBN 9788075020703.

ŠULOVÁ, Lenka, SKŘENKOVÁ, Jana. In: ŠULOVÁ, Lenka, Tomáš FAIT a Petr WEISS. *Výchova k sexuálně reprodukčnímu zdraví*. Praha: Maxdorf, c2011. ISBN 9788073452384.

TAYLOR, J. K. *Sexual Harassment. A Non-adversarial Approach*. New York and London: New York University Press, 1999. ISBN 0-8147-8274-4.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0225-7.

VOHLÍDALOVÁ, Marta, Kateřina ŠALDOVÁ a Barbora TUPÁ. *Sexuální obtěžování ve vysokoškolském prostředí: analýza, souvislosti, řešení*. Praha: Sociologický ústav Akademie věd České republiky, 2010. ISBN 9788073301842.

WEISS, Petr. In: ŠULOVÁ, Lenka, Tomáš FAIT a Petr WEISS. *Výchova k sexuálně reprodukčnímu zdraví*. Praha: Maxdorf, c2011. ISBN 9788073452384.

WILSON, Edward O. *O lidské přirozenosti: máme svobodnou vůli, nebo je naše chování řízeno genetickým kódem?* Praha: Lidové noviny, 1993. Edice 21. ISBN 8071060763.

WITKIN, Herman A. et al. *Criminality in XYY and XXY Men*. Časopis Science, č. 193, 1976.

ZVĚŘINA, Jaroslav. In: BAUMRUCK, Josef, BLAŽEK, Vladimír a Ivo T. BUDIL, ed. *Dědičnost, osobnost, společnost: sborník článků*. Plzeň: Katedra antropologie, Fakulta filozofická Západočeské univerzity, 2007. ISBN 9788087025161.