



Univerzita Palackého
v Olomouci

Filozofická fakulta
Katedra muzikologie

Magisterská diplomová práce

Význam hudebních rolových modelů v životě dospívajících

The significance of musical role models in the lives of adolescents

Bc. Jakub Fischer

Vedoucí práce: **Mgr. et Mgr. Martina Stratilková, Ph.D.**

2023

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracoval samostatně a uvedl v ní všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci dne 20. 4. 2023

Obrovské poděkování patří v první řadě Mgr. et. Mgr. Martině Stratilkové, PhD. za energii, kterou vložila do společných konzultací, za nekonečnou ochotu mi v jakékoli fázi práce odborně poradit a za to, že byla vždy maximálně k dispozici, a to především ve chvílích časové tísně. Díky patří také kamarádce Karolíně, jejíž sdílení vlastní zkušenosti navedlo mé uvažování o tématu tím „správným“ směrem.

ÚVODEM K OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ	1
VYBRANÉ PSYCHOLOGICKÉ OTÁZKY ADOLESCENTNÍHO OBDOBÍ	3
KOGNITIVNÍ VÝVOJ.....	3
EMOCIONALITA	5
EMOČNÍ REGULACE A COPING	7
OSOBNÍ POHODA.....	11
UTVÁŘENÍ IDENTITY	13
<i>Identita, sociální kontext a každodenní zkušenost adolescentů</i>	<i>16</i>
<i>Význam pohlaví a identita v adolescenci</i>	<i>18</i>
<i>Sebepojetí, sebehodnocení, sebeúčinnost.....</i>	<i>19</i>
ROLOVÉ MODELY.....	21
HUDBA V OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ.....	23
KULTURA MLADÝCH	23
FUNKCE HUDBY V KAŽDODENNÍM ŽIVOTĚ DOSPÍVAJÍCÍCH	24
OSOBNÍ POHODA A HUDBA.....	26
HUDEBNÍ IDENTITA	28
HUDEBNÍ ROLOVÉ MODELY A FENOMÉN POPOVÝCH IDOLŮ	31
EMPIRICKÁ STUDIE	36
METODOLOGICKÝ RÁMEC STUDIE.....	36
<i>Výzkumné cíle.....</i>	<i>36</i>
<i>Výběr osob a jejich oslovení</i>	<i>37</i>
<i>Analýza dat.....</i>	<i>40</i>
VÝSLEDKY STUDIE	43
<i>Případové studie (idiografická analýza rozhovorů).....</i>	<i>43</i>
<i>Tematická analýza celku</i>	<i>85</i>
DISKUSE	107
ZÁVĚR	111

I.

„Once you isolate the word ‚being‘, you realize how important the ‚well‘ part is. And when you understand the pertinence of both words, then you understand what they mean when you put them together.“

– Pharrell Williams

Úvodem k období dospívání

Terminologická rozvaha

Jako lidské bytosti procházíme během našich životů jednotlivými ontogenetickými fázemi, jejichž úspěšné zvládnutí je důležité pro náš další život ve společnosti. Tato období jsou charakteristická pro své změny na mnoha úrovních, a jsou více či méně časově ohraničená.

Jedním z těchto významných období je **období dospívání**, jež se v českém psychologickém prostředí nejčastěji dělí na počáteční fázi pubescence (do 15. roku, vyznačuje se pohlavním dozráním) a vrcholící adolescentní fázi, připravující jedince na přechod do dospělosti (15–20 let) (Vágnerová, 2012). V dominantní, anglicky psané literatuře je naopak toto období označováno pojmem **adolescence**, přičemž označení rovněž počítá s pubertou jako iniciátorem celého procesu (Lerner & Steinberg, 2004). Konkrétní časové vymezení se potom u jednotlivých autorů mírně liší a horní hranice se ještě v současnosti rozostřuje směrem ke 24. roku.

Petr Macek (2003) ve své publikaci hovoří o užitečnosti dále dělit období adolescence na tři fáze: časnou adolescenci v časovém rozmezí zhruba 10(11)–13 let, střední adolescenci v rozmezí 14–16 let a pozdní adolescenci od 17 do 20 let (resp. i výše). Podobně je tomu i v pojetí dospívání Jeffreyho Arnetta (2013), který dělí adolescentní periodu na ranou, tj. 10–14 let, a pozdní, tj. 15–18 let. Ještě pozdější období pak označuje jako „**emerging adulthood**“.

Ve své práci zkoumám psychologickou dynamiku utváření vztahu mladého člověka ve věku 16–17 let k hudebnímu idolu v souvislosti s formováním identity a jeho osobní pohodou. Tato věková kategorie nejlépe odpovídá Arnettově pozdní adolescenci a zároveň je součástí pojetí adolescence Vágnerové.

Budu-li tedy popisovat adolescenci jako jednu z životních etap a hovořit o adolescentovi, mladém člověku nebo dospívajícím, budou se ony poznatky týkat hlavně dospívajících od 15 let (aby byly co nejvíce platné mnou zvolenému věkovému rozpětí). Pakliže budu potřebovat poukázat na problematiku v souvislosti s mladšími nebo staršími dospívajícími tohoto rozpětí, využiji dělení navrhované profesorem Mackem.

Vybrané teoretické přístupy k adolescenci

Adolescence byla na počátku dvacátého století, v referenci na nestabilní emocionální prožívání jedince v tomto období, konceptualizována **G. S. Hallem** (1904) jako vývojová fáze „bouře a stresu“ (*storm and stress*). Z části ovlivněna evoluční teorií Charlese Darwina, připisovala tato perspektiva původ veškerých problematických aspektů dospívání (např. snížené sebekontroly jedince a zvýšené citlivosti, konfliktům s rodiči, poruchám nálady atd.) pouze biologickým změnám na hormonální úrovni a počítala tak s určitou univerzální platností jeho průběhu.

Hallová teorie byla do určité míry následována **Erikem Eriksonem** (1959, 1968), který o dospívání hovořil jako o věku krize identity utvářené duševním zráním, společenskými nároky a vizí budoucího uplatnění se, a který zavedl termín **psychosociální moratorium**. Vágnerová (2012, s. 190) napsala, že tento termín „...vyjadřuje skutečnost, že se mnoha adolescentům jeví dospělost příliš náročná nebo málo přitažlivá, a proto ji chtějí odložit. Moratorium je tedy výrazem potřeby něco zastavit, zabrzdit.“ Vývojovým úkolem mladého člověka, podle Eriksona, je překonání oné krize skrze vytvoření stabilního pocitu jáství (*self*) (Erikson, 1968).

V průběhu let byly tyto teorie některými psychology revidovány a začalo tak vycházet najevo, že období „bouře a stresu“ nelze považovat za univerzální jev, a to ani za pouze biologicky podložený aspekt vývoje jedince (např. Bandura, 1964, Marcia, 1980).

Jeffrey Arnett (2004, 2007, 2013) později navrhnul pro věkové rozmezí 18–25 let termín **emerging adulthood** („vynořující se dospělost“), čímž upřesnil jeden z přístupů k období dospívání pro budoucí výzkum. Vynořující se dospělost totiž charakterizoval jako dobu, během které mladý člověk lépe poznává sebe sama (zkoumá vlastní identitu), zjišťuje, kde je pro něj správné se usadit (nestabilita) a jaké má možnosti dalšího uplatnění se ve společnosti (vize budoucnosti) (Arnett, 2004, 2007).

Na adolescenci se tedy začalo nahlížet jako na období vývoje charakterizované nejen biologickým, ale i kognitivním, emocionálním a vztahovým přetvořením, jehož cíl představuje určité přizpůsobení se kulturnímu očekávání podoby dospělosti (např. Arnett, 2013).

Pojem a charakteristika adolescence

Pojem **adolescence** vznikl odvozením z latinského slovesa *adolescere*, což znamená „dorůstat“ nebo „dospívat“ a jak už bylo výše naznačeno, odkazuje k „přechodné“ vývojové fázi mezi

dětstvím a dospělostí. Určující mezník vstupu do samotné dospělosti je nicméně kulturně proměnlivý. V západní civilizaci není totiž ritualizován a definují jej spíše mezníky sociální (např. nabytí právní zodpovědnosti při dosažení plnoletosti, ukončení sekundárního vzdělání), na rozdíl od společností, kde doba rituálu přesně určuje, od jaké chvíle je jedinec považován za dospělého (Vágnerová, 2012). V takovém případě není přechodové období potřebné, protože se dospělost váže spíše k tělesnému rozvoji (Vágnerová, 2012).

V širším smyslu jde především o období komplexní psychosociální proměny mladého člověka, od proměn v rámci jeho osobnosti, až po získávání nových společenských rolí (Steinberg & Morris, 2001). V důsledku fyzických a kognitivních proměn, rozvíjejících se vztahů v rámci společnosti, nabývání práv a povinností, dospívající cítí naléhavější potřebu samostatnosti, a proto se začíná více spoléhat sám na sebe a častěji podřizuje svá rozhodnutí osobním preferencím (např. Silverberg & Gondoli, 1996). Postupně se upevňuje adolescentův pocit jáství a identity a chování i prožívání čím dál tím více podléhá sebereflexi a seberegulaci (Macek, 2007). Neúspěchy v těchto vývojových úkolech mohou znamenat znesnadnění dalšího fungování dospívajícího ve společnosti (problémové chování) (Bandura, 1995).

Vágnerová (2012) píše o několika významných životních zkušenostech, jimiž lze stručně adolescenci vymezit. Jedná se o první pohlavní styk, ukončení povinné školní docházky následované absolvováním přípravného profesního období, na které navazuje dospívající nástupem do práce (netýká se těch, kteří pokračují dále na VŠ), přičemž zdůrazňuje ekonomickou nezávislost jako jeden z důkazů dospělosti, a již výše zmíněné dosažení plnoletosti.

Vybrané psychologické otázky adolescentního období

Kognitivní vývoj

V souvislosti s kognitivním vývojem během období adolescence je nejčastěji zmiňována **teorie kognitivního vývoje** Jeana Piageta, která říká, že onou hnací silou vývoje z jedné fáze do druhé je tzv. maturace („zrání“) (Piaget, 1972). Každý z nás má ve svých dědičných vlohách zapsáno jakési „předurčení“ kognitivního vývoje, který nás připravuje na určité změny v určitém věku. Rozmezí 10–20 let Piaget ve své práci charakterizoval jako periodu utváření formálních operací, které nahrazují operace konkrétní (Piaget & Inhelder, 1969). Během této transformace vnímání se rozvíjí schopnost porozumět abstrakcím a symbolické logice, dospívajícím se lépe

formulují hypotézy a dovedou přemýšlet o svém přemýšlení (**metakognice**), což vede ke zvýšenému egocentrismu (Elkind, 1967).

V určitém směru se sice dospívající stává méně egocentrickým, jelikož se učí nahlížet stanoviska druhých, nicméně Elkind (1967) uvedl, že během rozvíjení metakognitivních schopností mohou mít adolescenti potíže s odlišováním přemítání o vlastních myšlenkách od přemítání o myšlenkách druhých, což by mělo vést k onomu specifickému druhu adolescentního egocentrismu. Aby bylo tomuto jevu lépe porozuměno, uvedl společně s Amy Albertsovou a Stephenem Ginsbergem (2007) rovněž jeho dva aspekty – „imaginární publikum“ a „osobní příběh“. První aspekt vyplývá, z již výše zmíněné „omezené“ schopnosti dospívajících rozlišovat mezi jejich myšlením o sobě samých a myšlením o myšlenkách druhých. Protože adolescent často přemítá o sobě a o tom, jak se jeví ostatním, má pocit, že ostatní o něm v tomto směru přemýšlejí také. Mladý člověk je tedy v této vývojové fázi sebeuvědomělejší, než byl před rozvojem formálních operací (Alberts a kol., 2007).

Osobní příběh pak souvisí s představou imaginárního publika. Víra v něj vede totiž dospívajícího k přesvědčení, že na něm musí být něco zvláštního, něco jedinečného, že je vlastně i jeho osobní (emocionální) zkušenost něčím jedinečná (což samozřejmě do určité míry je). Za užití analogie příběhu *Utrpení mladého Werthera* J. W. von Goethea Elkind (1967) nicméně vysvětlil, že krajní podoba představy jedinečného osobního příběhu může být pro adolescenty zdrojem úzkosti, protože jim často dává pocit, že jim – zvláště dospělí – nerozumí. Pocit „naprosté jedinečnosti“ může být také zdrojem nadějí vedoucích k pozdějšímu zklamání z nenaplněných představ stát se například populárním zpěvákem nebo třeba hollywoodským hercem. Může rovněž přispět k projevu rizikového chování, jelikož adolescenta vede k přesvědčení, že nepříznivé důsledky konání, například řízení v opilosti nebo užívání návykových látek, zrovna pro něj nenastanou, protože si neuvědomuje vlastní smrtelnost (Elkind, 1967; Arnett, 1992)

Posílení abstraktního myšlení dospívajícího se jeví být rovněž důležité stran zpracovávání životních událostí, které prožije poprvé a jsou pro něj něčím jedinečné. Lewis (1999) napsal, že se společně s vývojem kognice vyvíjí také jedincova schopnost emočně reagovat. Prožívání je v tomto čase přímo ovlivňováno abstraktními myšlenkami a emocionální odezva na mezilidské vztahy zesiluje, stejně jako adolescentovy schopnosti analýzy osobnosti své i ostatních (Robinson a kol., 2013). Adolescenti se rovněž zapojují do vztahů založených na společných osobnostních rysech a osobních preferencích (Fischer & Ayoub, 1994). Zesílené kognitivní schopnosti umožňují dospívajícím také lépe určovat nálady druhých a jsou schopni

efektivnější introspekce a zkoumání vlastních citových životů (Weil a kol., 2013). Právě tehdy začínají rozlišovat skutečnost, že stejná událost může u různých lidí vyvolat různé emocionální reakce. Macek (2003) dodává:

Postupně také přibývá vědomí možných rizik, zvažování důsledků a tendence konzultovat rozhodnutí s experty. Adolescenti jsou stále větší měrou schopni uvažovat stejně jako dospělí, kromě čistě „logických“ argumentů nabývají na významu jejich prožitky, vztahy, zkušenosti a potřeba být v určitém vztahovém rámci efektivní, stabilní a oceňovaný (s. 47).

Emocionalita

I přesto, že nelze období adolescence definovat pouze jako „období emočního zmatku“, je tato životní perioda pro emocionální vývoj mladého člověka kritická. Během ní se totiž stává citlivějším na jednotlivé podněty a intenzivněji na ně emocionálně reaguje.

Kirsten Gilbert (2012) provedla zkušenostní vzorkování, při kterém dostala skupina dospívajících elektronický pager a byla požádána o zaznamenávání bezprostředních emocí v rámci dvouhodinových intervalů během jednoho dne. Vyšlo najevo, že adolescenti obvykle uvádějí častější výkyvy nálad a také více intenzivnějších emočních zážitků (pozitivních i negativních) než děti nebo dospělí. Často také udávali, že se necítí být pod kontrolou a jejich nálady byly méně trvalé a rychleji se rozplývaly než nálady dospělých. Adolescenti se rovněž zdáli být emocionálně senzitivnější na drobné denní události než děti, což se obvykle připisuje jejich rozšířené schopnosti reagovat na jemné podněty a prohloubené reflexi dřívějších zážitků.

Rozmanitost prožívání dospívajícího částečně souvisí s významnými biologickými změnami, jimiž prochází. Mladý člověk je v tomto období vystaven vyšším a méně konzistentním hladinám hormonů, které mohou k emoční nestabilitě přispívat (Buchanan a kol., 1992), nicméně adaptace na tento hormonální proces by mohla vysvětlovat, proč krajní podoby nálad dospívajícího směrem k dospělosti klesají (Deiner a kol., 1985). Je ale důležité brát v potaz, že se tyto biologické změny odehrávají v určitém adolescentově životním kontextu, který může mít stejný nebo větší vliv než samotný hormonální vývoj (Rosenblum & Lewis, 2003).

K identifikaci a klasifikaci emocí lze použít také **taxonomii** (Gross & Jazaieri, 2014). Čtyři běžně hodnocené kvality emočního prožívání u adolescentů zahrnují frekvenci, intenzitu, nestabilitu (labilitu) a jasnost emocí (Gohm & Clore, 2000). Frekvence uvádí, jak často dospívající prožívá určitou emoci, intenzita se týká „síly“, s jakou je na emoci reagováno,

labilita vyjadřuje kolísavost emocí v daném časovém úseku a jasnost označuje skutečnost, do jaké míry je jedinec schopen jednoznačně identifikovat vlastní prožívání (Gohm & Clore, 2000).

Některé přístupy zdůrazňují kombinaci frekvence a intenzity. Například studie van Roekelové a kol. (2016) naznačila, že frekvence a intenzita pozitivních emocí, vysoká frekvence a intenzita negativních emocí a nízká emocionální jasnost jsou nejčastěji spojovány s depresí, úzkostí a mírou sebevražednosti u adolescentů. Studie Salguera a kol. z roku 2010 ukázala, že se emoční jasnost během dospívání určitým způsobem opravdu mění. Autoři odhalili, že je vyšší věk spojen s nižší emoční jasností (zkoumali věkovou kategorii 12–17 let). K podobnému zjištění došli i Rubensteinová a kol. (2015). V jejich dlouhodobé studii se úroveň emocionální jasnosti adolescentů zvyšovala mezi 12 a 14 lety a později vykazovala pokles.

Z dosavadního výzkumu vyplývá, že ve způsobu prožívání (nejen) v adolescentním období hraje v určitém směru svou roli i pohlaví dospívajícího (Coe-Odess a kol., 2019). Lockeová (2001) vysvětlila, že se během dospívání genderové rozdíly v tom, jak jednotlivci zpracovávají a navenek vyjadřují emoce, stávají výraznějšími. A navíc se zdá, že tyto odlišnosti přetrvávají do dospělosti. Ženy totiž častěji prožívají a vyjadřují smutek, muži zase hněv (Fabes & Martin, 1991).

Nolen-Hoeksemaová (2001) uvedla, že ačkoli se frekvence prožívání negativních nálad s nástupem dospívání zvyšuje celkově, u dívek se jeví být intenzivnější než u chlapců, což zmiňují ve své studii i Frostová a kol. (2015). Píší, že dívky ve věku 11–18 let častěji zmiňují intenzivní negativní emoce než chlapci. Navíc, již kolem věku 13 let vykazují dívky zřetelně vyšší frekvenci symptomů deprese na rozdíl od chlapců. K faktorům ovlivňujícím toto psychické rozpoložení počítají autoři například pokles sebevědomí, nízký pocit kompetence v akademické, vrstevnické a behaviorální oblasti, nízkou úroveň vnímané podpory ze stran vrstevníků a rodičů nebo nelehké přijetí změn vlastního těla, jež nabývá značně odlišného významu v sociálních kruzích dospívajícího (v rámci očekávání a reakce druhých) (např. Voelker a kol., 2015). Dívky rovněž častěji prožívají negativní emoce po delší dobu než chlapci, konkrétně pak stud, vinu a smutek (Nolen-Hoeksema, 2001). Chlapci se však častěji cítí být frustrováni a připisují své negativní emoce hlavně svým úspěchům či neúspěchům (Stapley & Haviland, 1989).

Co se lability prožívání týče, dlouhodobá zjištění se obecně shodují v tom, že ta u chlapců zůstává během dospívání poměrně konstantní, zatímco u dívek by měla být tato spojitost ještě lépe prozkoumaná. Maciejewskiová a kol. (2015) nicméně zjistili, že se nestabilní

emoční prožívání nejvíce projevuje v rané adolescenci (tedy ve věku 10–14 let) a méně pak ve fázi pozdní adolescence (tedy ve věku 13–18 let), což by mohlo poukazovat na její pokles s přibývajícím věkem. Zvláště pak vyšlo najevo, že dospívající dívky zažívají častější výkyvy pocitů štěstí a smutku než chlapci.

Konkrétnějším poznatkem je zvláštní zranitelnost dospívajícího vůči prožívání pocitu hanby (např. Tangney & Fischer, 1995; Tracy a kol., 2007). Reimer (1996) napsal, že je to možná částečně kvůli tělesným změnám, možná kvůli vyhodnocování mezi hledáním individuace tělesnosti a udržováním jakéhosi souhlasu ze stran rodičů. „I když jsou osobnosti rodičů zpochybňovány a deidealizovány, dospívajícím i nadále záleží na jejich souhlasu a mají zájem o jejich projev lásky“ (Reimer, s. 341). Reimer (1996) také dodal, že svou roli v období adolescence rovněž sehrává zvýšená zranitelnost dospívajícího vůči společenským očekáváním a hodnotám v souvislosti se sebehodnocením:

Proměny fyzického vzhledu, sociálních vztahů a sociálního kontextu, stejně jako psychosociální úkoly, jako je utváření identity, zvyšují situační kontexty, ve kterých mladí lidé hodnotí sebe sama. Zároveň kognitivní změny, zejména nové schopnosti sebereflexe a sociální perspektivy, zvyšují sebeuvědomění adolescentů a činí je nově zranitelnými vůči připisování negativních vlastností jejich osobnosti (s. 341).

Takovéto nové prožitky mohou vyvolat pocity studu, zejména pokud jsou vnímány dospívajícím jako společensky nepřijatelné nebo jako potenciální ohrožení aktuálních vztahových vazeb.

Výzkumné práce Benetti-McQuoidové a Bursikové (2005) se zúčastnilo 104 dospívajících ve věku od 17 do 25 let, 53 dívek a 51 chlapců. Ukázala, že jsou k prožívání pocitů studu náchylnější dívky, a to více směrem k dospělému životu, jelikož zde častěji čelí hodnocení v rámci tradičně definovaných genderových rolí. Autorky také zjistily, že se „více femininní“ respondentky vyrovnávaly s prožíváním pocitu hanby (a viny) pomocí diskuse. Chlapci se naopak ve většině případů snažili napravit to, za co byli kritizováni (například jim mohlo být vytknuto, že nejsou „správnými muži“, a tak na tom „začali pracovat“).

Emoční regulace a coping

Dospívání je tedy mj. charakterizováno **zvýšenou potřebou regulovat prožívání** a chování v souladu s dlouhodobými cíli a důsledky (Verzeletti a kol., 2016). Emoce, jež cítíme a vyjadřujeme, jsou velmi důležité pro naši **osobní pohodu** (well-being; např. mohou

podporovat dosažení cílů, usnadňovat mezilidské interakce atd.). Prožívané emoce však nejsou vždy natolik funkční a přizpůsobivé, jak by možná dospívající chtěl nebo potřeboval (tj. mohou jej například přimět zvolit společensky nevhodnou reakci) (Bailen a kol., 2019).

Ve srovnání s jinými životními fázemi je adolescence také obdobím zvýšené emoční lability charakterizované vyšší frekvencí internalizačních (např. deprese) i externalizačních (např. antisociální chování) potíží (McLaughlin a kol., 2011). Během dospívání je tedy regulace emocí nezbytná, aby bylo možné vhodně reagovat na požadavky prostředí v rámci rozmanitých situací (Zeman a kol., 2006).

Ve výzkumné práci Larsona a Vermové (1999) byli adolescenti požádáni, aby se zamysleli nad možnými příčinami svých emocí a následně je zaznamenali. Jako hlavní důvod nestálého prožívání uváděli dospívající romantické vztahy, a proto autoři věří, že povaha romantických vazeb přispívá k náročnosti emocionálního zvládnání adolescentního období. Larson a jeho kolegyne dokonce argumentují, že první romantické zkušenosti by měly být identifikovány jako hlavní zdroj stresu a emocionálních těžkostí dospívajícího. Simon a kol. (1992) hovoří také o důležitosti role společenského tlaku na jedincovu sexuální aktivitu.

Do širokého rámce **strategií zvládnání** (coping strategies) spadá ohraničenější konstrukt „**regulace emocí**“ (emotion regulation), kterému se v psychologické literatuře věnuje pozornost přibližně od 90. let 20. století (Tull & Aldao, 2015). Byť se v mnohém tyto dva koncepty prolínají, Gross (1998) uvádí několik aspektů odlišnosti. Na rozdíl od coping konceptu, který zahrnuje úsilí v rámci řešení emocionálních i neemocionálních obtíží, regulace emocí pracuje s procesy, které jsou zaměřeny zejména na usměrňování emočního prožívání. Regulace emocí je navíc konceptualizována jako „neustále fungující systém, který reguluje pozitivní i negativní emoce, a to i mimo kontext stresu, a zahrnuje záměrné i neúmyslné reakce“ (Smith & Bryant, 2017, s. 140). Například Thompson (1994, s. 270) popisuje regulaci emocí jako „vnější a vnitřní proces, jenž odpovídá za pozorování, hodnocení i modifikaci emocionálních reakcí, zejména pak aspektů jejich intenzity a trvání.“ Jednodušeji řečeno, pomocí regulačních strategií jednotlivci ovlivňují načasování, povahu, prožívání a vyjádření svých emocí (Gross, 2013).

Rozsah procesů regulace emocí je obecně více ohraničený dobou na rozdíl od „obsáhlejšího rozsahu“ zvládnání (Gross, 1998). Příkladem regulace emocí v praxi může být situace, ve které potlačíme vztek, abychom snížili riziko konfliktu s druhými. Na druhé straně, některou ze strategií zvládnání volíme tehdy, potřebujeme-li vlastní prožívání přizpůsobit z dlouhodobějšího hlediska, například proto, že odjíždíme na Erasmus do jiné země. Bonanno

a Burton (2013) nicméně dodávají, že copingové strategie mohou působit krátkodobě také. Hranice mezi strategiemi zvládnání a regulací emocí jsou tedy poněkud fluidní.

Mezi nejčastěji užívané regulační strategie patří např. „proaktivní chování v řešení problému“ (problem solving/action; přímá snaha vyřešit daný problém), „vyhledání podpory ve svém okolí“ (seeking social support; zvýšení emoční podpory ze strany někoho blízkého), „kognitivní přehodnocení“ (cognitive reappraisal; ovlivnění reakce na stresor za účelem zmírnění nebo úplné změny emoce), „expresivní potlačení“ (expressive suppression; snaha omezit nebo ovládat své verbální a neverbální projevy v souvislosti s prožíváním), „emocionální pozorování“ (emotional processing; aktivní snaha porozumět vlastním emocím), „kognitivní a behaviorální vyhýbání“ (cognitive and behavioral avoidance; únik před obtížným prožíváním) (Marroquín a kol., 2017).

Steinbergová (2005) poukázala na důležitost schopnosti osamostatnění se, která sehrává v procesu regulace emocí v období adolescence zvláštní roli, jelikož do té doby poskytují dospívajícímu regulační strukturu a vedení rodiče. V důsledku dozrávání vyvíjejícího se mozku, behaviorálního a kognitivního řídicího centra různým tempem a pod kontrolou jednotných i na sobě nezávislých biologických procesů, je v tomto období dospívající – jak už bylo výše naznačeno – zranitelnější (Steinberg, 2005). Dahl (2001) napsal o dvou konkrétních, důležitých poznatcích o vývoji mozku. Prvním je, že vývoj mozku během dospívání probíhá právě v těch oblastech, jež jsou klíčové pro regulaci chování a emocí, což by mohlo přispívat k oné „zmatenosti“ mladého člověka. Druhým se zdá být, že právě rozvoj těchto oblastí způsobuje disharmonii mezi afektivní zkušeností adolescenta a jeho schopností regulovat vzrušení (arousal) a zvláště motivaci.

Steinberg (2005, s. 72) navíc dodává, že se „v některých modelech rozvoje regulace afektů klade explicitní důraz na kognitivní systémy kontrolující emoce a chování“, v důsledku čehož přibývá pochopení, že „stejně jako má kognice důležitý dopad na emoce, má emoce důležitý dopad na základní kognitivní procesy, včetně rozhodování a volby chování.“

Dospívání je rovněž časovým úsekem, v němž dochází k několika životním proměnám současně. K proměnám biologickým, proměně sociálních kruhů a k proměnám v rámci rodinných i vrstevnických vztahů, což vede ke kumulaci nových životních skutečností, se kterými se dospívající musí vyrovnat (Crockett a kol., 1989). Každá z těchto životních událostí může ovlivnit emoční vývoj a emocionální „zabarvení“ jedince dospívání a společně mohou působit jako faktory ovlivňující náročnost onoho procesu (např. Riediger & Klipker). Některé z těchto událostí jsou normativní a předvídatelné (např. změna školního prostředí,

plnoletost), zatímco jiné se mohou projevit nečekaně (např. rozvod rodičů, úmrtí jednoho z prarodičů, zamilování se atd.) (Crosnoe & Johnson, 2011).

Přirozeností člověka je schopnost adaptability, a tak se výzkumné práce zaměřily i na způsoby, pomocí nichž se adolescenti snaží s prožíváním stresu vyrovnat (coping) (např. Stern & Zevron, 1990). Seiffe-Krenke (1993) nicméně ve svém článku, kde představil koncept **strategie zvládání**, napsal, že se jen málo studií zaměřilo na vývojové změny ve zvládání zátěže nebo na to, jak se strategie zvládání mohou lišit v závislosti na pohlaví a na různých typech stresorů prožívaných v různých fázích dospívání.

Lazarus a Folkmanová (1984, s. 141) definovali coping jako „vyvíjení kognitivního a behaviorálního úsilí za účelem zvládnutí specifických vnějších a/nebo vnitřních požadavků, které jsou jedincem vyhodnoceny jako vyčerpávající“. Coping později konceptualizovali Skinnerová a Wellborn (1994, s. 113) jako „regulaci konání a prožívání pod vlivem stresu“ a definovali jej jako „mobilizaci, řízení a usměrňování dodávající energii vlastnímu chování, emocím a situační orientaci.“ Compas a kol. (2001, s. 88) potom hovoří o copingových strategiích jako o „vědomém, dobrovolně vyvíjeném úsilí o regulaci emocí, vnímání a chování v reakci na stresující události nebo okolnosti“.

Společným prvkem těchto definic je pojmání zvládací strategie jakožto mentální aktivity orientované na stresující zkušenost (nebo od ní, tj. se záměrem vyhnout se důsledkům nepříjemného prožívání), která je vědomá a kontrolovaná. Zvláštností může být, že navzdory zvýšenému důrazu na zvládání u dětí a dospívajících však tyto definice nezmiňují žádné vývojové prvky.

Frydenberg a Lewis (1991) studovali strategie zvládání používané 16–18letými adolescenty. Uvedli, že se od sebe chlapci a dívky nelišili v používání strategií, jež se zaměřují na změnu prostředí nebo na vytváření alternativních řešení při konfrontaci problému. Dívky však častěji, než chlapci vyhledávaly podporu svého okolí (social support) a praktikovali cosi jako „afirmační cvičení“ (wishful thinking). Rovněž preferovaly „strategie vyhýbání se“ (avoidance strategies), protože se domnívaly, že situaci nemají pod kontrolou. Chlapci se naopak aktivně stavěli problému ve snaze ho vyřešit, byli ochotnější riskovat nekomfortní prožívání nebo situaci mnohdy zlehčovali.

Copeland a Hess (1995) ve své studii uvedli výsledky mírně odlišného typu. Dívky sice častěji, než chlapci spoléhaly na podporu svého okolí, nicméně se samy více v řešení problémů angažovaly a používaly širší škálu copingových strategií, které jsou charakteristické pro své zaměření na daný problém (problem focused) a na zvládání prožívání (emotion focused). Data

také ukázala, že chlapci častěji používají „ventilační strategie“, zlehčují situace pomocí humoru a regulují své prožívání prostřednictvím sportu, ignorování problému nebo potlačování svých emocí.

Osobní pohoda

Skutečnost, že je období dospívání v jistém směru „vrcholným“ věkem duševního neklidu, podněcuje psychologický zájem o každodenní strategie zvládnání mladých lidí a o to, jakým způsobem přispívají k podpoře pocitu jejich **osobní pohody**¹ (např. McFerran a kol., 2019).

V roce 2013 publikovala Lynne Caseyová výsledky svého dvouletého výzkumu „Well-being in Australia survey 2013“. Data ukázala, že respondenti ve věku 18–25 let pocítovali nejnižší úroveň osobní pohody a zároveň nejvyšší úroveň symptomů deprese a úzkosti (Casey, 2013), čímž potvrdila mínění dalších autorů, totiž to, že přechod do dospělosti klade vysoké nároky na zdroje zvládnání dospívajících a vystavuje je většímu riziku rozvoje psychických obtíží (např. Arnett, 1995).

Existují odlišné přístupy k definici konceptu well-being, z nichž v psychologickém diskurzu dominují dva: subjektivní a objektivní přístup (Dodge a kol., 2012). Definice zaměřené na subjektivitu osobní pohody zdůrazňují osobní prožitky a individuální pocit naplnění (např. nalezení smyslu života a prožívání pocitu osobního růstu a spokojenost s vlastním životem) (např. Tov, 2018). Naproti tomu přístupy zdůrazňující objektivnost definují osobní pohodu z hlediska „společenských ukazatelů kvality života“, jako jsou materiální zdroje (finanční příjem, jídlo a bydlení a sociální atributy), úroveň vzdělání, zdravotní stav, politický hlas, status na sociálních sítích atd. (Western & Tomaszewski, 2016).

V případě dospívajícího jde o komplikované dosažení osobní pohody vlivem mnoha vývojových, společenských a vztahových transformací a požadavků (např. vývojový úkol najít vlastní identitu) (Hurrellmann & Quenzel, 2018). Pro adolescenty je proto obecně důležité dosáhnout optimální úrovně tzv. **subjektivní osobní pohody**, která přispívá ke komplexní kvalitě jejich života, přičemž ona komplexnost je spolutvořena mnoha faktory, například možnostmi osobního rozvoje, vědomím adolescentova vlivu na vlastní život nebo třeba kvalitou aktuálních vztahů s rodiči a vrstevníky (Balk a kol., 2011).

¹ Pokud se s konceptem well-being nepracuje v originálním znění, je v české psychologické literatuře namísto pojmu well-being užíván pojem „duševní“ nebo také „osobní pohoda“.

Costa a McCrae (1980) napsali o třech studiích, které zkoumaly vliv trvalých osobnostních rysů (extraverze a neurotismu) na subjektivní osobní pohodu a pocit osobní spokojenosti. Na základě jejich analýzy uvedli, že:

Pro většinu lidí je hlavním určujícím faktorem momentálního pocitu štěstí konkrétní situace, v níž se nachází (...) na druhou stranu, zjištění, že vlastnosti předpovídají naši spokojenost přesněji, než takové trvalé objektivní podmínky jako jsou zdraví, bohatství nebo pohlaví, je problematictější (s. 676).

Jde tedy o koncept, podle něhož plyne „**životní spokojenost**“ (satisfaction from life) z často prožívaných pocitů radosti v kombinaci s co nejméně prožívanými pocity opačnými, jako je smutek nebo utrpení (Headey & Wearing, 1990). Macek (2003, s. 75) vysvětlil, že „...je konstruktem, který má objasnit psychologickou kvalitu pocitů z běžné životní zkušenosti adolescentů, jako je štěstí, radost, dobrá nálada, či životní spokojenost.“ Busseri a kol. (2012) uvedli, že jsou tyto kvalitativní aspekty prožívání úzce spjaty s pozitivním fyzickým, mezilidským i psychologickým fungováním (např. sebenahlížením, s rozvojem vlastní identity atd.).

Diener (1984) napsal, že subjektivní osobní pohoda je charakteristická třemi aspekty: je subjektivní – odvíjí se z individuální zkušenosti každého z nás, není pouze absencí negativních aspektů – zahrnuje i aspekty pozitivní, a taky, že vychází z hodnocení širšího, než je hodnocení konkrétní životní oblasti jedince. Veenhovenová (1984, s. 22) definovala subjektivní osobní pohodu jako „míru, do jaké příznivě posuzujeme celkovou kvalitu našeho života. Jinými slovy, subjektivní pohoda vyjadřuje to, jak moc se danému člověku líbí život, který vede.“, přičemž „...jednotlivci používají k hodnocení vlastních životů dva komponenty: afekty a myšlenky (s. 25)., které mohou být jak pozitivní, tak i negativní.

Subjektivní osobní pohoda je tedy spoluutvářena emocionálními složkami, jež se vztahují ke každodenním životním zkušenostem srovnáváním dobrých pocitů (good feelings) s těmi špatnými (bad feelings) (Myers & Diener, 1995). Fredericksonová (2003, s. 332) napsala, že „...pozitivní emoce rozšiřují momentální „zásobu“ myšlenek“ – můžeme díky nim vnímat více možností jednání v dané situaci. Pozitivní afekty rovněž korelují s životní spokojeností a s vyšší mírou sebevědomí v rámci společenského života (Bood a kol., 2004). Negativní afekty pak zahrnují emoce jako je smutek, strach nebo hněv a korelují s projevujícími se symptomy stresu (Bood a kol., 2004). Podle Fredericksonové (2003) negativní afekty navíc snižují

množství momentálních „myšlenkově-akčních prostředků“ a způsobují, že v konkrétní situaci vnímáme užší spektrum řešení.

Onu životní spokojenost lze nahlížet jako proces individuálního hodnocení, prostřednictvím kterého porovnáváme vlastní očekávání a cíle s postupným přibližováním se dosažení těchto cílů (Diener & Fujita, 1995). Bandura (2006) zdůraznil, že být aktivní v procesu dosahování vlastních cílů je klíčem ke spokojenému životu, ke kterému rovněž přispívá jeho vědomé formování. Kahneman (1999) poznamenal, že životní spokojenost pravděpodobně souvisí s vnímaným rozdílem mezi objektivní situací a subjektivními normami stanovenými každým z nás.

Utváření identity

Pravděpodobně nejvýraznějším rysem dospívání je přemýšlení dospívajícího o tom, kým je, kam jeho život směřuje, jaká jsou jeho přesvědčení a jak jeho život zapadá do světa kolem něj (zesílená schopnost sebereflexe). Jinými slovy, „**jedním z klíčových vývojových úkolů dospívání je rozvinout koherentní identitu**“ (Branje, 2022, s. 1). Adolescenti jsou již schopni vnímat sami sebe abstraktním způsobem, umějí o sobě přemýšlet z perspektivy třetí osoby (na rozdíl od mladších dětí) (Dumontheil, 2014).

Snad nejzásadnější myšlenky v souvislosti s vývojem identity mladého člověka patří **Eriku Eriksonovi**, který ve své knize *Childhood and Society* z roku 1950 popsal vlastní teorii lidského vývoje, pro níž je charakteristická jistá svízelnost každého životního období, přičemž tato „svízelnost“ v sobě nese potenciál pro „zdravou“, resp. „nezdravou“ cestu rozvoje. V roce 1968 pak vydal soubor esejí s názvem *Identity: Youth and Crisis* a položil tak stěžejní základy pro budoucí empirický výzkum.

Za onu krizi (také konflikt) adolescence považuje Erikson (1968) právě rozvoj identity. Vytvoření si „jasného“ pojetí, kým jedinec je, vnímal jako tu „zdravější variantu“ vývoje. Na druhé straně, tou „méně zdravou“ obměnou je tzv. **zmatení identity** (identity confusion), což lze zjednodušeně chápat jako selhání při procesu ujasnění si vztahu k sobě samému.

V utváření identity dospívajícího hraje důležitou roli sebereflexe. Mladý člověk často uvažuje o tom, co dovede, co jej odlišuje od ostatních a jaké jsou jeho širší zájmy a na základě toho **prozkoumává životní možnosti** dostupné prostřednictvím kultury, jíž je součástí (Erikson, 1968). Adolescent se ale nakonec nevyhne ani **přijímání závazků** (tj. zodpovědnosti). V návaznosti na Piagetovu teorii rozvoje formálních operací v období

dospívání Erikson (1968) vysvětlil, že podstatnými oblastmi, v nichž se identita utváří, jsou láska (vztahy), práce (uplatnění ve společnosti) a ideologie (hodnoty):

Taková kognitivní orientace netvoří kontrast, ale doplněk k potřebě mladého člověka rozvíjet smysl pro identitu, neboť ze všech možných a představitelných vztahů musí učinit sérii voleb, z už tak zužujícího se výběrů osobních, pracovních, sexuálních a ideologických závazků (s. 245).

Neschopnost vytvořit si určitý typ závazku v těchto oblastech před vstupem do dospělosti poukazuje na onen zmatek v identitě, avšak dospívání Erikson nevnímal jako jediný okamžik, kdy problémy s identitou nastávají (tj. krize identity nekončí zároveň s nástupem dospělosti). Rozvojové potíže s identitou se objevují například i u dětí, a to od chvíle, kdy si jsou vědomé vlastní oddělené existence (Erikson, 1959). Proto dodal, že se „...pocit (stabilní) identity nikdy nezíská ani neudrží jednou a pro vždy. (...) Neustále se ztrácí a znovu získává“ (Erikson, 1959, s. 118)

Erikson tedy nahlížel rozvoj identity jako zcela zásadní úkon období dospívání. Jelikož na sebe jednotlivé fáze lidského vývoje navazují, neúspěšné utvoření „jasného“ a stabilního pocitu jáství by podle něj pro adolescenta znamenalo ztížený přechod do další fáze, totiž do dospělosti (např. nebyl by schopen přijetí zodpovědnosti) (Erikson, 1968).

Podle Eriksona (1968) důležitou roli v rámci toho, jakým způsobem mladý člověk dosahuje „jasné“ identity, hraje mechanismus **identifikace**. Jelikož malé děti stráví značné množství času během dospívání s rodiči, je pro ně přirozené k nim i vzhlížet. Znamená to, že některé vlastnosti a části chování blízkých odmítají a jiné zase integrují do své vlastní osobnosti. Je-li ovšem identita dospívajícího utvářena pouze na základě identifikací, je považována za ochuzenou – není totiž výsledkem vlastního úsilí. Vágnerová (2012) napsala:

Samostatně vytvářená identita bývá originálnější, konzistentnější a v budoucnu bude pravděpodobně lépe odolávat různým tlakům. Avšak každý jedinec není kreativní a nemá o sobě příliš odlišnou představu, než je model existence, jaký vidí běžně ve svém okolí. Mnozí adolescenti tedy vytvářejí svou vlastní identitu nápodobou vzorů, které znají a považují je za přijatelné (s. 201).

Erikson (1968) mezi různá **zkoumání životních možností** (exploring life possibilities), jež přispívají k utváření identity, řadil například i zamilování se. Podle něj je navázání intimního vztahu mladého člověka do určité míry pokusem dospět k definici vlastní identity, jelikož tak sebe sama reflektuje na pozadí sebeobrazu druhého. S tím souvisí výše zmíněný termín

psychosociální moratorium, jenž vyjadřuje ono odkládání dospělosti za účelem zkoumání, přičemž součástí zkoumání může být rovněž i častá změna zaměstnání nebo střídání studijních oborů. Psychosociálním moratoriem se nicméně nevyznačují všechny společnosti, které jej institucionalizují, ale pouze ty, jež podporují individuální hodnoty (Erikson, 1968).

Arnett (2013) uvedl, že se většina mladých lidí v období psychosociálního moratoria úspěšně „najde“ a se vstupem do dospělosti se rozhodne pro trvalejší závazky v oblastech vztahů, práce i osobní ideologie. „Pro některé dospívající je však obtížné utřídit si možnosti, které jim život nabízí, a tak zůstávají ve stavu zmatení identity, zatímco si jejich vrstevníci již vytvořili bezpečnou identitu“ (Arnett, 2013, s. 162). Za příčinu zde Erikson (1968) pokládá neúspěšné přizpůsobení se v rámci některé z předchozích fází vývoje.

V krajním případě si mohou adolescenti, kteří nezvládli onu adaptaci, vyvinout tzv. **negativní identitu**, která se zakládá „na všech identifikacích a rolích, které jim byly v kritických fázích vývoje prezentovány jako nejvíce nežádoucí nebo nebezpečné“ (Erikson, 1968, s. 174). Často tedy záměrně přijímají to, co daná společnost považuje za nepřijatelné a urážlivé (Arnett, 2013). Jelikož Arnett (1996) studoval vliv heavymetalové hudby na psychický vývoj adolescentů, zaznamenal, že subkultura mládeže „metalheadi“ bývá tvořena dospívajícími, kteří „vykazují příznaky“ negativní identity.

Erikson v době svého terapeutického působení podrobně popsal mnoho důležitých konceptů týkajících se podstaty identity utvářené v kritickém období dospívání a inspiroval tak nespočet výzkumných pracovníků v oblasti vývojové psychologie. Jednu z oněch inspirovaných a posléze nejvyzdvihovanějších prací sepsal **James Marcia** (1980, 1994, Marcia & Carpendale, 2004). Marcia přišel s konceptem nazvaným „**Identity Status Interview**“, jež umožňoval zařadit aktuální stav vývoje identity adolescenta do jedné ze čtyř kategorií: difúze (diffusion; rozptýlení), moratoria (moratorium), předčasného uzavření (foreclosure) a dosažení (achievement), přičemž každá z těchto kategorií zahrnuje jinou kombinaci explorační² a závazku ve vztahu k budoucnosti (commitment) (Marcia, 1980).

Status „**rozptýlené identity**“ naznačuje stav, kdy u adolescenta neprobíhá žádná explorační. Dospívající rovněž nepřijímá jakékoli závazky, disponuje nízkým sebehodnocením (self-esteem), často čelí problémům ve vztazích a nemá zájem o ujasnění si vztahu k sobě samému. Status „**moratoria**“ charakterizuje objevování možností, nicméně dospívající není

² Explorační podle mnoha autorů implikuje pozitivnější chápání – zkoumání možností – než pojem krize, používaný Eriksonem (Waterman, 1992; Marcia & Carpendale, 2004; Kroger, 2007).

připraven přijmout zodpovědnost, a tak často cítí nejistotou. Zde Marcia vyšel z konceptu psychosociálního moratoria E. Eriksona – jde tedy o fázi experimentu, během kterého se snaží adolescent určit, jaké z dostupných možností jsou pro něj nejvhodnější. Dospívající, jež nesou v pojetí Marcii status „**předčasného uzavření identity**“ přijali určité závazky, ale neprošli fází zkoumání. Sami sobě moc nevěří, spíše se spoléhají na názory a vedení autorit – nejčastěji rodičů. „**Dosažení identity**“ se pak zakládá na fázi zkoumání i přijímání závazků. Mladý člověk již učinil osobní a jiná rozhodnutí.

Krogerová (2003) dospěla ke zjištění, že status identity adolescentů souvisí i s vývojem jejich schopností a postojů. Výsledky jejího výzkumu totiž ukázaly, že dospívající se „zavřenu“ identitou jsou v rozhodování ohleduplní především sami k sobě (self-directed), lépe dokážou čelit problémům a jsou zdatnější ve spolupráci s ostatními. Oproti tomu adolescenti, kteří jsou ještě ve fázi „hledání“, jsou více nerozhodní a nejistí si svými názory. Macek (2007) dodává:

Ti adolescenti, kteří tzv. dosáhli identity (*achievers*), mají častěji pozitivní sebeobraz, jsou více flexibilní a nezávislí, rovněž odmítají častěji než jiní autoritářství druhých. Status dosažení identity souvisí i s dobrými výsledky ve škole, s liberálním postojem k drogám a s odpovědným chováním ve vztazích (s. 64).

Identita, sociální kontext a každodenní zkušenost adolescentů

Sociálně psychologický výzkum Adamse a Fitcha (1983) poprvé poukázal na důležitost role kontextu (mimo rodinu) v rozvoji identity adolescentů. V následujících studiích, které zkoumaly různé kontexty životního stylu dospělých byly nalezeny určité vzorce, jež poukazovaly na odlišné způsoby, jimiž dospělí zformování identity dosáhli (např. Kroger & Haslett, 1991). Ačkoli tedy individuální osobnostní charakteristiky hrají pravděpodobně primární roli ve vývoji identity, vyšlo najevo, že společenský kontext může stanovit určité podmínky.

Adams a Marshalllová (1996) zdůraznili, že se identita vyvíjí na základě (širšího) sociálního i individuálního kontextu. Vysvětlili, jakým způsobem zasahuje **socializace** do sebepojetí a proč je integrace, imitace a identifikace základem vztahu mezi dospívajícím a kontextem a jak jeho identita utváří a je utvářena okolním. Côté (1996) ve své práci poznamenal, že nejlepším způsobem, jak porozumět vztahu mezi rozvojem identity a kontextem, je vymezit „úrovně“ zkoumané identity ve vztahu k danému kontextu (tj. rozlišovat například mezi identitou dospívajícího a identitou dospělého). Poukázal rovněž na

potřebu porozumět konkrétním individuálním faktorům, jako je etnická příslušnost a pohlaví, a zvláštnímu významu, jehož nabývají v konkrétních formativních souvislostech.

S odkazem na paradigma statusu identity, s nímž pracoval James Marcia, popsala v roce 2000 Amy Yoderová „vnější zábrany“ vývoje, jež by mohly omezovat individuální vývojové možnosti mladého člověka. Mezi takovéto překážky zařadila sociokulturní zaujatost (zkušenost založenou na neadekvátních předsudcích), konflikt mezi hodnotami menšin a hodnotami společnosti, absenci modelu dospělé role a historicko-ekonomické rozdíly příslušníků dané společnosti.

Obecně se má za to, že identita vyvstává z nahromadění interakcí dospívajících během prožívání jejich každodenního života (Bosma & Kunnen, 2001). I proto se v posledních letech studie zaměřily spíše na posuny identity v každodenním životě než na změny delších časových úseků (např. Lichtwarck-Aschoff a kol., 2008). Například ve výzkumné práci van der Gaag a kol. (2016) vyšlo najevo, že ve chvíli, kdy dospívající dívky uváděly zvýšené denní nasazení v oblasti vzdělávání, uváděly zároveň vyšší explorační svého já.

Podle Bosmaové a Kunnenové (2001) většina studií v minulosti zkoumala formativní procesy identity na základě faktorů explorační a závazku a nepočítala s možným vlivem kontextu, který může představovat například vstup do sekundárního vzdělávání, navázání intimního vztahu či vstup do zaměstnání.

Stejně jako nečekané (stresující) životní události mohou rozkolísat adolescentovo prožívání (např. rozchod), mohou také představovat zlomové body ve vývoji jeho identity (Waterman, 2020). Takovéto události mohou vyvolat pocity nesouvislosti a donutit dospívajícího, aby začal přehodnocovat, což se může odrazit v neplnění povinností (závazků), intenzivnější explorační možností a může vyústit v rozptýlení identity (Wicks a kol., 2019).

De Moorová a kol. (2019) chtěli tento předpoklad **teorie sociální identity** podrobit dlouhodobému zkoumání, a tak provedli se 840 dospívajícími výzkum. Pokusili se zjistit, jaký vliv má nečekaná stresující životní událost na utváření identity adolescenta a jakým způsobem dospívajícímu přispívá podpora rodičů a vrstevníků ke zvládnutí těchto situací. Ukázalo se, že ve většině případů neměla takováto událost přímý vliv na status adolescentovy identity (tj., že nezpůsobila difúzi) a navíc se u dospívajících neprojevovalo oslabení v oblasti školních závazků. Výsledky ovšem poukázaly na důležitost podpory ze stran rodičů i vrstevníků.

Spíše než životní události, souvisí s nárůstem nebo poklesem snahy o plnění školních povinností adolescentů jejich každodenní pozitivní či negativní emocionální prožitky (van der

Gaag a kol., 2017). Podle Bosmy (2001) může jediná negativní zkušenost vyústit v asimilaci³ nebo změnu v interpretaci zkušenosti tak, aby to plnění závazku nenarušilo. Nicméně ve chvíli, kdy se negativní zkušenosti nahromadí by plnění závazku být narušeno mohlo.

Význam pohlaví a identita v adolescenci

Erikson (1950, 1968) věřil, že jsou některé rozdíly v psychickém vývoji (včetně vývoje identity) mezi pohlavími biologicky dané, neměnitelné. Zdůrazňoval, že ženy jsou díky své schopnosti přivádět na svět děti zaměřené na rozvoj vztahů s ostatními, zatímco muži se spíše rozvíjí samostatně.

Zásadním prvkem v Eriksonově teorii utváření identity je snaha o **nezávislost na ostatních**, úkol „stát se odděleným“, v důsledku čehož je mužské usilování o méně závislou identitu prezentováno jako ten „zdravější typ“ optimálního vývoje (Erikson, 1968). Tendence dospívajících dívek kultivovat především vztahy s druhými je v rámci formování nezávislé identity tím pádem prezentována jako méně žádoucí (Montgomery, 2005). Navíc se ukázalo, že dívky jsou častěji než chlapci ochotnější „omezit“ svou fázi explorační ve prospěch udržení si stávajících vztahových vazeb (Archer, 1989).

Erikson (1968) však pracoval s předpokladem, podle kterého rozvoj identity předchází rozvoji **intimity** (tj. aby mohl adolescent prožívat vztah s druhým člověkem, musí si napřed ujasnit vztah sám k sobě). „Navázání intimity znamená sjednocení nově vytvořené identity dospívajícího s jinou osobou v intimním vztahu“ (Arnett, 2013, s. 165). Pokud mladý člověk ale není schopen vytvořit trvalejší intimní vztah, potom pro něj „nastává“ tzv. **izolace**.

Výše uvedená studie tedy naznačuje spíše opak – dosažení identity není nutnou podmínkou intimity. Navíc, novější studie žádné genderové rozdíly ve způsobu utváření identity ve vztahu k intimitě neodhalily (např. Meeus, 2011; Montgomery, 2005).

Jane Krogerová (2003) napsala o svém záměru najít pomocí analýzy psychologické literatury v letech 1966–1995 možnou evidenci o genderových rozdílech v utváření identity dospívajících. Uvedla, že v podstatě neobjevila žádné opakující se vzorce napříč studii až na jednu výjimku. V několika málo studiích zahrnujících jak pohlaví, tak obsahovou oblast rodinných a kariérních priorit, dívky převažovaly nad chlapci ve statusu moratoria a dosažení

³ Pojem J. Piageta; jedná se o proces začleňování nových poznatků a zkušeností do souboru poznatků a zkušeností již osvojených.

identity. Podle Krogerové spočívá budoucí zaměření výzkumu utváření identity ve vztahu ke genderovým rolím v pozdní adolescenci, spíše než ve vztahu k pohlaví jako takovému.

Sebepojetí, sebehodnocení, sebeúčinnost

V utváření **sebepojetí** (self-concept) a identity se v období dospívání stále častěji uplatňuje mechanismus **sebereflexe** a **sebehodnocení**, resp. to, jak jednotlivci vnímají a odrážejí své individuální vlastnosti a důsledky svého chování, což ovlivňuje jeho emoční složku – **sebevědomí** (self-esteem) (Harter, 1990).

Sebepojetí lze chápat jako „soubor znalostí a pocitů o vlastním já, ke kterému adolescent vztahuje názory a soudy subjektivně významných osob, vrstevnické standardy a společenské normy“ (Macek, 2007, s. 49). Oyserman a Fryberg (2006) napsali, že díky rozvinutějšímu abstraktnímu myšlení dokážou dospívající rozlišovat mezi tzv. **skutečným já** (actual self) a **možným já** (possible self), přičemž ono možné já má ještě dva druhy – **ideální já** (ideal self) a **obávané já** (feared self). Ideální já je osoba, kterou by chtěl dospívající být (např. může se chtít stát populárním zpěvákem), a také osoba, kterou by měl být podle ostatních. Obávané já je potom pro adolescenta nežádoucí, tj. míní, že by se jím mohl stát, a to by mohlo přinést negativní důsledky (např. mohl by se stát uživatelem návykových látek).

Dokázat přemýšlet o všech těchto já s sebou nicméně může přinést i určitá negativa (Papadakis a kol., 2006). Pokud si dospívající představí, kým by chtěl ideálně být, dokáže si také uvědomit, jak moc se jeho nynější já od toho vysněného liší. Arnett (2013, s. 151) poznamenal, že pokud onen rozdíl posléze vyhodnotí jako „příliš velký“, „může vyústit v pocity selhání, nedostatečnosti a deprese.“

Strachen a Jones (1982) zjistili, že nesoulad mezi skutečným a ideálním já se nejvýrazněji projevuje přibližně v polovině adolescentního období, a to částečně podle Arnetta (2013) objasňuje, proč jsou projevy psychických obtíží jako je deprese před adolescencí velmi vzácné (Costello a kol., 2008). Je-li naopak ideální já dosažitelné, může mladého člověka motivovat a zároveň podpořit jeho sebepřijetí (přijetí aktuálního já) (Oyserman & James, 2009).

Během 90. let začal nabírat na své popularitě další z konceptů jáství, a to konkrétně self-efficacy Alberta Bandury (1997), jenž například Blatný a kol. (2010) do češtiny přeložili jako **vědomí vlastní účinnosti**, byť se termín v česky psané, psychologické literatuře často nechává v doslovném překladu jako **sebeúčinnost**. Konstrukt self-efficacy označuje míru přesvědčení jedince o vlastních schopnostech, které jsou (situačně) potřebné k dosažení

konkrétního cíle (Bandura, 1997) a je součástí sociálně kognitivní teorie, která předpokládá, že jedinec dosáhne svého cíle pouze tehdy, jsou-li jeho přesvědčení, hodnoty a chování v součinnosti s podmínkami prostředí, ve kterém se rozvíjí (Bandura, 1986).

V případě adolescentů Pajares a Urdan (2006) prokázali, že sebeúčinnost do jisté míry předpokládá jejich akademické úspěchy a později i volbu povolání. V návaznosti na toto zjištění Usher a Pajares v roce 2008 zrevidovali literaturu od roku 1977, jež pojednávala o zdrojích sebedůvěry ve vlastní schopnosti v oblasti akademických úspěchu adolescentů. Shrnuli, že sebeúčinnost dospívajících ve vztahu ke školním výsledkům je „spojena s klíčovými motivačními konstrukty, jako jsou sebepojetí, optimismus, nalézání odborné pomoci, míra pocíťované úzkosti a hodnoty“ (Usher & Pajares, 2008, s. 751).

Cicognaniová (2011) zjistila, že víra ve vlastní schopnosti představuje pro adolescenty důležitý zdroj zvládnání ve chvílích, kdy jsou vystaveni běžným, stres generujícím situacím. Navíc z výsledků jejího výzkumu vyšlo najevo, že sebeúčinnost u dospívajících úzce souvisí s jejich osobní pohodou.

Vědomé jednání a prožívání vede dospívajícího k sebehodnocení. Šířeji je definováno jako „způsob, kterým se jednotlivci hodnotí podle normativních nebo sebevztahujících se standardů“ (Nurmi, 2013, s. 95). Například, pozitivní sebehodnocení může plynout z dosažení významnějšího úspěchu, než adolescent předpokládal (a naopak). Sebehodnocení rovněž úzce souvisí s pocitem osobní pohody. Huang (2010) zjistil, že se mladší adolescenti hodnotí poměrně negativně, a že pozitivní sebehodnocení stoupá směrem k vynořující se dospělosti. Pro děti a mladší dospívající je důležité to, jak je vnímají a hodnotí ostatní, a předmětem sebehodnocení je pak spíše konkrétní chování, nicméně s přibývajícím věkem nabývá na významu hodnocení celé osobnosti, což může přispívat k onomu komplexnímu pocitu osobní pohody (Harter, 2006). Galambos a kol. (2006) shrnuli, že sebehodnocení stoupá v pozitivitě v pozdní adolescenci a nastupující dospělosti, protože se hodnocení od vrstevníků stává čím dál tím méně důležitým.

Patrně existují odlišnosti sebehodnocení i v rámci pohlaví. Studie Gilliganové a kol. (1990) ukázala, že se dívky s nástupem dospívání hodnotí negativněji než chlapci. To může souviset se skutečností, že je jejich sebehodnota v tomto období zakládána převážně na fyzickém vzhledu (Zimmer-Gembeck a kol., 2004). Častěji, než chlapci totiž vnímají své tělo negativně a jsou kritičtější k tomu, jakým způsobem se jeví po fyzické stránce ostatním. Vágnerová (2012) píše:

Tělové schéma se může stát nejdůležitější součástí vlastní identity. Pokud odpovídá aktuálnímu ideálu krásy, vytváří oporu vlastního sebevědomí. Podporuje pocity jistoty, že jedinec bude sociálně akceptován, a pomáhá mu dosáhnout uspokojivé prestiže, zejména ve vztahu ke druhému pohlaví. V tomto směru jde i o stylizaci pomocí oblečení, které tělesné znaky podtrhuje (s. 198–199).

Dívky mají navíc tendenci domnívat se, že váží více, než je společensky přijatelné a v důsledku toho častěji podstupují různá dietní omezení (Barker & Bornstein, 2010). Shapka a Keating (2005) proto uvedli, že ve výsledku bývá sebevědomí dívek během dospívání nižší než u chlapců. Pohlavní rozdíly nicméně do určité míry mizí v oblasti školních úspěchů (academic self-esteem), jelikož ty jsou stejně důležité, vzhledem k budoucnosti, pro dívky i chlapce (Macek, 2007).

Rolové modely

Význam dospělých ve vývoji dospívajících nelze popřít. Počínaje rodinnými příslušníky a konče známými osobnostmi, tihle všichni mohou mít přímý nebo nepřímý vliv na utváření adolescentovy identity a hodnot, které zastává.

Vlivný příspěvek k definici **konceptu rolových modelů** napsal v roce 1986 John Jung, který v úvodu své práce poznamenal, že v přehledu psychologických a sociologických textů neodhalil žádnou literaturu, jež by pojednávala o „rolových modelech“ (*role models*), nicméně, že koncepty týkající se „**modelů**“ (*roles*) jsou v literatuře zastoupeny hojně.

Příčinou absence rolových modelů byla podle Junga častá záměna konceptu s „modelováním“ samotným. To totiž vysvětloval jako „vliv pozorovaného chování na pozorovatele, které je obvykle nahlíženo jako zvýšená podobnost chování a postojů mezi modelem a pozorovatelem“ (Jung, 1986, s. 527). Jako příklad uvedl osvojování si mluvy, které se lze naučit napodobováním někoho, kdo jí plně ovládá. Napodobování rolového modelu se však podle něj týká především chování aplikovatelného na zvláštní sociální role, jimiž jsou například rodiče, učitel nebo slavná osobnost zábavného průmyslu (Jung, 1986).

Jung (1986, s. 528) tedy nejprve chápal rolové modely jako „jedince, kteří prokazují vhodné chování pro konkrétní roli nebo vztah s jinou osobou“. Poznamenal také, že „mají vliv právě na ty, kteří považují ono chování za vhodné, ačkoli není zcela jasné, podle jakých kritérií vhodnost určují“ (Jung, 1986, s. 528). Později ale svůj náhled upřesnil a to tak, že hodnota rolových modelů podle něj tedy spočívá v tom, že „mohou inspirovat a motivovat pozorovatele k osvojení si určitého typu chování, jež může, ale nemusí náležet určité roli“

(Jung, 1986, s. 533). Tuto skutečnost naznačily i výsledky studie Andersonové a Cavallarové (2002), jelikož se ukázalo, že důvodem pro nejčastější volbu jednoho z rodičů jako rolového modelu dětí ve věku od 8 do 13 let byla charakterová kvalita – porozumění. Na sportovcích zase dospívající nejvíce oceňovali jejich schopnosti.

Gauntlett (2002, s. 211) napsal, že „rolové modely bývají jednoduše definovány jako dospělí, ke kterým dospívající vzhlíží a případně touží být jako oni“ (tj. staví své hodnoty a snahy na základě charakteru, hodnot a snah dospělého), nicméně vycházejí z Jungova pojednání navrhnul 6 jejich typových kategorií:

1. Rolový model „přímého úspěchu“ – lidé, kteří dosahují úspěchů na poli svého zaměření, nejčastěji díky tvrdé práci a talentu, např. filmové hvězdy.
2. Rolový model „dosažení úspěchu za obtížných okolností“ – lidé, kteří jsou úspěšní, i přesto, že k úspěchu vedla velmi náročná cesta (jako příklad uvádí mj. Tigera Woodse, který zvládl ustát vlnu rasismu a stal se nejmladším mistrem světa v historii golfu).
3. Rolový model „zpochybňující stereotypy“ – úspěšní lidé, kteří „narušují“ tradiční nebo předsudková očekávání veřejnosti; často ženy, gayové nebo zdravotně indisponovaní, např. Madonna jako sebevědomá sexuální ikona 80. a 90. let.
4. „Bezvadný“ rolový model – takové osoby, které jsou považovány (nejčastěji staršími generacemi) za vhodný vzor mladých lidí (např. úspěšné kapely, jejichž členové žijí prokazatelně spořádaný život nebo vrcholoví sportovci, kteří si drží ukázkovou životosprávu).
5. Rolový model „outsidera“ – ti, kteří hrdinsky odmítají společenské konvence a v důsledku toho jsou odmítáni mainstreamovou kulturou (ale i díky tomu se můžou těšit finančnímu zisku), např. Marilyn Manson, Kurt Cobain.
6. „Rodinný“ rolový model – tento typ zahrnuje dospělé členy vlastní rodiny, ale i rodiny veřejně známých osob (s. 214).

Do diskuse o definici rolových modelů přispěly rovněž Nautaová a Kokalyová (2001), které publikovaly analýzu čtyř studií zabývajících se vlivem rolových modelů na akademická

a karierní rozhodnutí studentů. Na základě výsledků analýzy uvedly, že „definující charakteristiky rolových modelů a to, jak přesně ovlivňují různé aspekty karierního rozvoje mladého člověka zůstává poněkud nejasné“ (Nauta & Kokaly, 2001, s. 81). Zdůraznily ovšem, že napodobování rolového modelu nevychází pouze z oblasti chování, ale také, že se vztahuje k celkovému životnímu stylu pozorovaného i pozorovatele, jelikož si studenti vybírali i vzory, „které jim poskytovaly podporu a vedení v každodenním životě“ (Nauta & Kokaly, 2001, s. 95).

Awan (2007) potvrdil Jungova tvrzení, když zjistil, že veřejně známé osobnosti představují pro dospívající spíše „zdroje“ inspirace a motivace, než, že by se s těmito personami zcela ztotožňovali. Z výsledků jeho výzkumu totiž vyšlo najevo, že si mladí lidé osvojují takové charakterové rysy modelů, které považují za smysluplné. Respondenti zvláště zdůraznili autenticitu, jež jim umožňuje „sdělovat a potvrzovat vlastní osobní hodnoty a zkušenosti“ (Awan, 2007, s. 238). Jinými slovy, rolové modely mohou fungovat jako zvláštní nástroj sebereflexe, prostřednictvím kterého jsou dospívající schopni uvažovat o vlastní identitě a integraci některých vlastností do ní.

Atif a kol. (2022) realizovali výzkum, ve kterém porovnávali vliv „rodinných“ a „nerodinných“ rolových modelů na akademické úspěchy a rizikové chování adolescentů ve věku 11–18 let. Výsledky ukázaly, že modely, které dospívající znali osobně, měly přímější vliv na zájem adolescentů v oblasti vzdělávání než ty, které osobně neznali. Pokud se týče rizikového chování, pak vyšla najevo opačná souvislost, totiž, že dospívající vzhlížející k veřejně známé osobnosti vykazují méně rizikového chování než dospívající vzhlížející k jednomu z rodinných příslušníků.

Hudba v období dospívání

Kultura mladých

Bennet a Hodkinson (2012) svou publikaci *Ageing and Youth Cultures. Music, Style and Identity* uvedli slovy:

Na počátku 21. století se koncept kultury mládeže jeví stále nejednoznačný a otevřený výkladu. Zrodil se z jedinečné kombinace socioekonomického růstu a rychlého technologického rozvoje během 50. let 20. století a v souvislosti s nástupem „bohatých“ teenagerů by bylo spravedlivé poznamenat, že „kultura mládeže“ vždy označovala jednak marketingovou strategii, jednak také životní styl (s. 11).

V roce 1983 rozlišil Simon Frith mezi termínem **teenageři**, který se používal v akademické sféře 50. let ve vztahu k mladým lidem pocházejícím z dělnické třídy a termínem **mládež**, jenž nabyl své popularity během 60. let a byl užíván s odkazem k představě o **kultuře mladých** (*youth culture*). Z této perspektivy byli dospívající věčně nahlíženi jako výtržníci vzdorující dominantní ideologii společnosti (např. Hebdige, 1979), nicméně tato poměrně radikální perspektiva nebyla ušetřena pozdější kritiky (např. McRobbie, 1991). Dnes už odmítání hodnot společnosti a rodičů dospívajícími „...nemívá charakter protestu, negace, ale projevuje se spíše jejich ignorováním“, podotkla Vágnerová (2012, s. 191).

Jakým způsobem by se tedy dala kultura mladých definovat? Například Yang (2012, s. 58) napsal, že „kultura mladých označuje zvláštní subkulturu reprezentující mládež a její společnost, liší se od té vedoucí kultury, kterou utváří stát, která odráží vůli všech občanů, a kterou představuje škola a rodina...“ Může tak působit jako systém hodnot, jež se liší od hodnot většinové společnosti a rovněž jako „nezávislý sociální prostor, ve kterém mohou mladí lidé najít autenticitu“ (Teslenko, 2016, s. 109).

Jelikož je období dospívání určitým „přemostěním“ mladého člověka do dospělosti (např. José, 2001), je pro kultura mladých charakteristická její nestálost, resp. častá proměnlivost (Yang, 2012). Ať už se jedná o estetické, morální či náboženské hodnoty, politické, vědecké nebo psychologické náhledy anebo celkový životní styl, to, co je mezi mladými lidmi populární dnes nemusí být populární zítra.

Funkce hudby v každodenním životě dospívajících

Vztahy (nejen) mladých lidí k hudbě již byly zkoumány z různých akademických perspektiv. Například DeNorová (2000) popsala mnoho funkcí, jež hudba může zastávat v našem každodenním životě – od utváření atmosféry prostředí, přes doprovodný aspekt při nakupování až po individuální seberegulaci.

Hudba ovlivňuje především sociálně-psychologickou stránku vývoje člověka a postupně přináší každému z nás různé významy (např. McPherson, 2006; North & Hargreaves, 2008). „Je zdrojem význačné intelektuální, umělecké a kulturní hloubky lidského života a poskytuje příležitosti v oblasti technologického rozvoje“ (Miranda, 2013, s. 5).

S vývojem hudebních aplikací na mobilních zařízeních a později streamovacích platformech se tak hudba stala zvláště důležitou a všudypřítomnou v současném životě adolescentů. Roberts a kol. (2009) uvedli, že zejména mladí lidé věnují každodennímu užívání různých typů digitálních médií obrovské množství času a z toho stráví v průměru 3 hodiny posloucháním hudby. Během dospívání pak „...stráví více než 10 000 hodin aktivním poslechem hudby. Díky mimořádného množství času, které hudbě věnují, se tak v podstatě stávají mladými zkušenými posluchači“ (Miranda, 2013, s. 10).

Hudba proto může fungovat v jednotlivých částech náročného období dospívání, během něhož dospívající zakoušejí a potřebují zvládnout mnohé vývojové úkoly a překážky, jako tematicky zaměřený doprovod (Miranda & Claes, 2009). Také může ovlivnit oblast regulace emocí a zvládání, identitu, osobní vkus, socializaci, genderové role a osobní pohodu (Miranda, 2013).

Mnoho studií naznačuje, že hudbu mladí lidé poslouchají primárně za účelem regulace emocí a nálad a považují ji za nejdůležitější z cenných zdrojů svého života k naplňování emocionálních potřeb (např. Saarikallio & Erkkilä, 2007). Při poslechu totiž může dojít například k odvrácení od tíživých emocí, k jejich rozplynutí nebo se může dospívajícímu podařit „dát jim volný průchod“ (Schwartz & Fouts, 2003).

Miranda a Claes (2009) navrhli pro svůj výzkum *Music listening, coping, peer affiliation and depression in adolescence* třífaktorový model strategií zvládání pomocí hudby. Zahrnoval emoční management, řešení problémů a vyhýbání se těžkostem prostřednictvím poslechu hudby. Výsledky výzkumu ukázaly, že zvládání pomocí poslechu hudby je obecně spojeno s nižšími úrovněmi deprese mezi dospívajícími. Nicméně zároveň vyšlo najevo, že konkrétně strategie „vyhýbání se problémům prostřednictvím poslechu hudby“ je spojena s vyšší mírou internalizačních potíží u dospívajících dívek na rozdíl od chlapců.

Zjištění studie Mirandy a Gardreaueho (2011) naznačují, že prožívání chtěných emocí při poslechu hudby přispívá k osobní pohodě adolescentů. Stejně tak se mladí lidé mohou sblížit s rodinnými příslušníky či vrstevníky prostřednictvím hudebního vkusu (Zillman & Gan, 1997). Mnoho výzkumných prací se shoduje v tom, že komunikace hudebních preferencí významně podporuje vztahy mezi dospívajícími, protože do určité míry přispívá k osamostatnění adolescenta, a to zejména tehdy, není-li jeho hudební vkus schvalován „v domácím prostředí“ (např. Selfhout a kol., 2009).

Adolescent navíc může skrze zkoumání vlastního hudebního vkusu snáze rozeznat, co je zrovna v kultuře mladých populární a co už ne. Mulder a kol. (2010) napsali, že se

estetické „oceňování“ hudby rozvíjí v rané adolescenci a stabilizuje se během adolescence pozdní. Hudební vkus tak (nejen) během období dospívání tvoří nedílnou součást sociální interakce mezi vrstevníky (Rentfrow & Gosling, 2006).

Hudba může být rovněž zdrojem společenských norem, které ovlivňují vývoj sebepojetí mladých lidí (Kistler a kol., 2010). Roberts a kol. (2009) uvedli, že do rozvoje identity dospívajících dnes výrazně zasahují i sociální sítě, jelikož jim poskytují exploraci různých já na základě usnadněného „kontakту“ s jejich hudebními idoly.

Adolescenti používají hudbu také k reprezentaci sebe samých v rámci vrstevnických (hudebních) subkultur, které rozvíjejí identitu kultury mládeže (např. North, Hargreaves & O'Neill, 2000).

Osobní pohoda a hudba

V souvislosti s prevencí mentálního zdraví v období adolescence je nejčastěji zmiňována hudba, prostřednictvím které mladí lidé mohou regulovat vlastní prožívání (např. Damsgaard & Jensen, 2021; Solli, 2015).

Jelikož je **poslech hudby** mezi adolescenty upřednostňovanou volnočasovou aktivitou (Lonsdale & North, 2011) a po fyzickém cvičení je druhou nejčastěji používanou strategií regulace nálady (MacDonald a kol., 2012), je jeho vliv na osobní pohodu dospívajících zkoumán v různých souvislostech, například v souvislosti s **efektivitou učení** (Hallam, 2010). Ter Bogt a kol. (2011) zjistili, že poslouchání hudby v průběhu učení navozuje stav relaxace, snižuje pocity nudy a zlepšuje koncentraci. Vycházejíce z vlastního experimentu pouštění hudby během vyučovacích hodin, uvedly Langanová a Sachsová (2013), že hudba v pozadí má pozitivní účinky na osobní spokojenost studentů a napomáhá kvalitnějšímu memorování.

Hra na hudební nástroj je ovšem také spojena s pozitivními emocionálními výsledky a zlepšenou osobní pohodou adolescentů (např. Hallam a kol., 2012). Kovarovicová (2012) uvedla, že hra na hudební nástroj (konkrétně se jednalo o hru na housle v souvislosti se Suzukiho metodou⁴) pomáhá jednotlivcům zlepšovat koncentraci, jež je potřebná ke správnému vyladování tónů (Fujioka a kol., 2006).

S nástupem digitálních technologií došlo k vytvoření specifického virtuálního prostoru, ve kterém mohou mladí lidé snadno **kommunikovat a sdílet hudbu**. Tyto technologie jsou také

⁴ Jedná se o metodu výuky hry na housle japonského hudebního pedagoga S. Suzukiho. Principem je naučit dítě prostřednictvím poslechu a nápodoby hře na hudební nástroj v co nejranějším věku.

do určité míry schopny nahradit onu komplexní „materiální zkušenost“ s hudebními nástroji a umožňují tak dospívajícím hudební produkci, aniž by museli nějaký nástroj vlastnit (O’Neill, 2019). Díky nabízejícího se multimodálního vnímání vzniká příležitost k prohloubení vztahů mezi vrstevníky zakládajících se na „spojujícím“ tématu hudby, která může podpořit pocit osobní pohody každého z nich (Heydon & O’Neill, 2016).

Papinczaková a kol. (2015, s. 1119) realizovali výzkum *Young people’s uses of music for well-being*, který si kladl za cíl „vyvinout a otestovat model vztahů mezi užíváním hudby mladými lidmi a jejich osobní pohodou na základě teorií z oblasti hudební a klinické psychologie“, s 11 účastníky ve věku 15–25 let. Respondenti byli rozděleni do 3 ohniskových skupin, v rámci kterých proběhly hloubkové rozhovory.

Analýza dat potvrdila, že hudba hraje zásadní roli v každodenním životě mladých lidí v různých kontextech a při různých činnostech. Dospívající věděli, jakou hudbu si za konkrétních okolností poslechnout, aby dosáhli svých požadovaných potřeb a cílů. Ačkoli někteří z účastníků zmínili zpěv nebo hru na hudební nástroj, poslech hudby byl nejčastější hudební činností. Pomocí tematické analýzy pak autoři identifikovali čtyři hlavní oblasti, prostřednictvím kterých mladí lidé používali hudbu ke zlepšení své osobní pohody. Byla to oblast 1) budování vztahů (např. sdílení hudebního vkusu s vrstevníky), 2) modulace kognice (např. soustředění se na určité aspekty skladby), 3) regulace emocí (např. rozptýlení se od negativních pocitů) a 4) „ponoření se“ do emocí (*immersing in emotions*; např. intenzivnější emocionální prožitek). Konkrétnější zjištění pak například bylo to, že poslechem hudby lze navodit kontemplaci (Papinczak a kol., 2015).

V roce 2012 Ansdell a DeNorová (s. 110) uvedli, že „osobní pohoda zahrnuje vzájemné obohacování se v rámci sociokulturní komunity“ a že, „pro mnoho lidí spočívá pocit osobní pohody v prostoru vytvořeném mezi lidmi a hudbou“ (s. 111).

Sociokulturní souvislosti mezi mladými lidmi a hudbou jsou předmětem zkoumání již nějakou dobu (např. Chambers, 1985). Výzkumy se nicméně zaměřují především na tři oblasti projevu „**hudební scény**“⁵ dospívajících: produkci, performanci a konzumaci (Bennet & Nikulinsky, 2019). Jsou-li hudební scény mladých zkoumány ve vztahu k představě o osobní

⁵ Termín hudební scéna, jenž je zároveň teoretickým rámcem, implikuje neutrálnější chápání jednotlivých kultur mladých než termín subkultura, jenž spíše odkazuje k socioekonomickým rozdílům, z nichž poválečná kultura mladých vzešla (např. Hebdige, 1979).

pohodě mezi adolescenty, často se tak děje s odkazem k možným patologickým projevům hudebních preferencí (např. Selfhout a kol., 2008).

I proto se výzkum Benneta a Nikulinskyové (2019) zaměřil na pozitivnější aspekty vlivu hudebních scén na osobní pohodu dospívajících ve věku 15–25 let, a to konkrétně v oblasti společenské inkluze (pocitem náležitosti), utváření identity a kladného sebehodnocení. Výpovědi účastníků poodhalily, jakým způsobem se k hudebním scénám vztahují a jak jsou tímto způsobem ovlivňovány jejich pocity zranitelnosti a izolace. Autoři dodali, že náležitost k hudebním scénám poskytuje mladým lidem „...formu hlubokého spojení, díky něhož mohou cítit sebenaplnění a sounáležitost“ (Bennet & Nikulinsky, 2019, s. 195).

Hudební identita

Každý z nás zpravidla v životě zažil pocit jakéhosi propojení mezi sebou samým a hudbou, kterou má nejraději. Jde o určitý typ rezonance mezi naším „autentickým já“ a tím, co posloucháme.

Hudba je od nepaměti nedílnou součástí našich životů, a má tak významný vliv na formování identity každého z nás. Jednak spoluutváří naše sebepojetí, či usměrňuje emoce, jednak se díky ní můžeme stávat součástí různých sociálních skupin, a to především na základě preference hudebních stylů.

Doposud nejvýraznější dílo zabývající se problematikou **hudební identity** (*musical identity*) je oxfordský *Handbook of Musical Identities* Raymonda MacDonalda, Davida Hargreavese a Dorothy Miellové z roku 2017, jenž rozšiřuje původní verzi s názvem *Musical Identities* z roku 2002. Již v předmluvě autoři hovoří o hudbě jako o jedinečném komunikačním kanále, který poskytuje (společenský) kontext pro spolupráci a diskusi nás všech. Vyzdvihují také její nejednoznačnost, díky níž si každý posluchač vytváří pro danou skladbu svůj vlastní význam, jenž má volnou vazbu na záměr skladatele nebo interpreta. Součástí utváření hudební identity však není pouze hudební poslech, ale také hudební tvorba, hra na hudební nástroj a diskutování o hudbě. Hudba podle autorů „...poskytuje prostor, v němž dotváříme náš neustále vyvíjející se smysl pro to, kdo jsme a jaká je naše role na tomhle světě“ (MacDonald a kol., 2017, s. 5).

Konceptu hudební identity připisují dvě důležité charakteristiky (MacDonald a kol., 2017). Tou první je role **hudebního vkusu**, který nám společně s jinými aspekty našeho života pomáhá formovat vlastní sebepojetí (a to, jakým způsobem se k životu vztahujeme). Řekněme,

že je Jan fanouškem Joy Division – potom má nejspíše osobitý styl, odlišuje se vzhledem a zastává specifické sociální role, např. se považuje za zapáleného fanouška britské post-punkové kapely, a hlavně jejího frontmana. Druhým je naše **hudebnost**. Například, pokud rádi zpíváme, pravděpodobně ovlivňuje tento osobnostní rys náš život různými způsoby, např. si často zpíváme na veřejnosti a tím se vyrovnáváme s pozorností druhých lidí. Vliv těchto dvou charakteristik považují autoři za hluboký a dalekosáhlý (MacDonald a kol., 2017).

Hargreaves a kol. (2002) šířeji hovoří o tzv. **identitách v hudbě** (*identities in music*) a **hudbě v identitách** (*music in identities*):

Identita v hudbě popisuje takové aspekty hudebních identit, které jsou společensky definovány v rámci daných kulturních rolí a hudebních kategorií, tj. popisuje, jakými způsoby se dospívající označují (nebo neoznačují) za hudebníky a jaký vliv má na samotný proces utváření škola a rodina, jelikož jsou tyto instituce s ohledem na hudbu hlavními referenčními body pro sebepojetí mladých lidí (s. 2).

Hudba v identitě pak vysvětluje způsoby, jimiž „...používáme hudbu jako prostředek nebo zdroj pro rozvoj dalších aspektů naší individuální identity“ (Hargreaves a kol., 2002, s. 2).

Autoři rovněž uvádí, že si většina lidí hudební identitu vybuchovala, aniž by musela být nějak zvláště hudebně vzdělaná, a že má jasné hudební preference. Navíc jen velmi málo lidí napříč hudebně-psychologickými výzkumy zaznamenalo, že hudbu nemá rádo ani trochu (Hargreaves a kol., 2002).

Hudební vkus je tedy nedílnou součástí vlastního sebepojetí, což se zvláště projevuje v období dospívání. Kemp (citovaný v MacDonald a kol., 2002, s. 12) uvedl, že „hudební vkus navíc souvisí s věkem, úrovní hudebního vzdělání, způsobem myšlení jedince a jeho osobností.“

Během adolescentního období se mladí lidé neustále potýkají s novými způsoby interakce se svým okolím. S odkazem na Eriksonův pohled, že jedním z hlavních úkolů dospívajícího jedince je uvažovat o „svém místě“ v rámci těchto prostředí (vrstevníci, rodina, širší společnost), mnoho autorů zaznamenalo, že hudba hraje v takovémto procesu utváření identity důležitou roli (např. Hargreaves a kol., 2012).

Vágnerová (2012, s. 205) poznamenala, že „adolescentní identitu spoluvytváří i přijetí generačně specifických způsobů sebevyjádření“, a proto se adolescentův vztah k určité sociální skupině může vyznačovat jednoznačnou preferencí konkrétního hudebního stylu, vypovídající o skupinové identifikaci. Jako příklad uvádí rockovou hudbu, prostřednictvím které může

probíhat kontakt mezi jejími příznivci v rámci určité generace. Lamontová (2002) pak dodává, že připojením se k určité sociální skupině vzniká tzv. **sociální identita**, jež je od té individuální odlišná, byť jí pomáhá do určité míry utvářet.

V současnosti lze snadno komunikovat a formovat vlastní hudební identitu i v online prostoru. S nárůstem významu sociálních sítí, fanouškovských stránek a streamovacích platforem (tj. Spotify, Apple Music, YouTube atd.) pro aktuální dospívající generaci se rozšiřují možnosti pro to, jakým způsobem se adolescent může stát odborníkem na daný hudební styl a být součástí (třeba i mezinárodní) komunity kolem něj.

McKinlay a McVittie (2017) napsali, že pro studium hudebních identit zde vystávají dva zvláštní poznatky. Prvním je, že uživatelé hudebních internetových stránek často volí takové přezdívky, které jasně vyjadřují jejich hudební preference. Jako příklady uvádějí přezdívky „RAVER1“ nebo „Slim_Shady“. Druhý poznatek se týká komunity konkrétního hudebního stylu, která podporuje tzv. **kolektivní identitu** a snaží se vyloučit ty, kteří onen vkus nesdílejí. Například ve studii online komunity pro fanoušky rockové skupiny R.E.M. Bennett (2013) uvedl, že příznivci konstruují R.E.M. jako kapelu pro „přemýšlivé jedince“, a tak kdokoliv, kdo nepřijme tuto identifikaci, je okamžitým terčem opovržení jejich členů.

Evans a McPherson (2015) napsali, že „zdravý“ proces utváření identity v oblasti hudby na základě faktorů explorační a závazku zahrnuje zkoumání hry na hudební nástroj a rozšiřování hudebního rozhledu například poslechem. Adolescent zkoumá tyto hudební identity a ty, jež se shodují s jeho pocitem jáství, volí (tj. shodují se s jeho osobními zájmy a hodnotami). Ovšem z hlediska úkolů, které na sebe dospívající berou, existuje i méně žádoucí průběh utváření hudební identity (Evans & McPherson, 2017). Autoři uvedli jako příklad ty, kteří se rozhodnou pro hru na hudební nástroj, „...aniž by zvážili, zda je to skutečně v jejich osobních zájmech nebo zda hru na nástroj považují za jeden z vlastních dlouhodobých cílů při vědomí rozsáhlé praxe, potřebné k dosažení onoho cíle“ (Evans & McPherson, 2017, s. 215–216).

Aby popsali různé projevy explorační a závazku v souvislosti s vizí budoucího uplatnění a zjistili, jakou roli hraje hudba v jejich životech, uskutečnili Evans a McPherson (2017) 30 případových studií s dospívajícími studenty hudby ve věku 15–18 let. Součástí výzkumu byli jednak klasičtí hudebníci, kteří cvičili mnoho hodin týdně a jednak také muzikanti populární hudby, kteří často vystupovali na svatbách, měli zkušenosti s nahráváním ve studiu a věnovali velké množství času zkoušení, skládání a poslechu hudby s podobně smýšlejícími vrstevníky.

Z rozhovorů vyšlo najevo, že většina těchto studentů měla jasné představy o úloze hudby ve svých životech. Byli rovněž přesvědčeni o svých hudebních schopnostech a vědomi

si silného spojení se sociálním prostředím, v rámci kterého se tak intenzivně angažují. Příkladem „zdravého“ průběhu utváření hudební identity podle Evanse a McPhersona byla Judy, která uvedla, že odmalička chtěla být sborovou pěvkyní, a tak tomu vždy podřizovala své aktivity (**aspekt samostatnosti v rozhodování**). Poznamenala ale, že pokud by se opravdu chtěla věnovat zpěvu profesionálně, musela by se hodně technicky zlepšit (**aspekt vědomí vlastních kompetencí**). Za méně žádoucí průběh utváření hudební identity považují autoři exploraci dívky Margaret, již konkrétně nazývají **explorací ruminativní**. Poznamenali:

Tento druh zkoumání je maladaptivní, protože i když zahrnuje zkoumání různých identit, je charakterizován nedostatkem úvah o tom, jak by tyto identity mohly zapadat do současného a budoucího vnímání sebe sama, a tak vyvolává pocity úzkosti, nerozhodnost a nejistotu (Luyckx a kol., 2008) (s. 220).

Hudební rolové modely a fenomén popových idolů

O **idolizaci** se hovoří zejména v souvislosti s ranou adolescencí, nicméně jde o fenomén, jenž je charakteristický pro celé období dospívání (např. Jamilah a kol., 2020).

Ačkoli je **idol** zároveň rolovým modelem, lze mezi zmíněnými koncepty do určité míry rozlišovat, jelikož povaha idolu bývá zároveň dospívajícím často idealizována (Jamilah a kol., 2020). Idolizaci jako psychologický proces lze pak charakterizovat jako „přílišné vzhlížení k rolovému modelu“ (Lin & Lin, 2007, s. 1).

Dosavadní výzkumy naznačují, že nejčastěji dospívající vzhlížejí k veřejně známým osobnostem z oblasti sportu, filmu a hudby – **hudebním idolům** –, jež jsou široce exponovány v masmédiích a jsou dále „dostupné“ prostřednictvím televize, sportovních akcí a koncertů (Raviv a kol., 1996).

Julie Ducková (citovaná v Ivaldi & O'Neill, 2008, s. 396) požádala v rámci svého výzkumu děti ve věku 11–14 let, aby jmenovaly tři osoby, ke kterým vzhlíží. Dále měly popsat, proč by chtěly být jako ony a rovněž měly vybrat tři osoby, kterým by se chtěly podobat nejméně. Výsledky ukázaly, že pro mladší dívky byly nejoblíbenějšími idoly popoví zpěváci, zatímco pro starší dívky byly nejoblíbenějšími idoly herci z televize a filmu. Hlavní důvody, proč si dívky volily právě takovéto známé osobnosti, spočívaly v jejich vzhledu, popularitě, a v tom, že byly vnímány jako nositelé požadovaných osobnostních rysů (např. porozumění). U mladších chlapců byly nejoblíbenějšími idoly sportovci, zatímco starší chlapci uváděli nejčastěji herce a fantasy postavy. Důvody pro volbu souvisely s fyzickými dispozicemi idolu

a rovněž jeho popularitou. Ducková (1990) v abstraktu své studie uvádí, že zároveň přes 60 % respondentů uvedlo osoby, jež osobně znali, jako idoly, kterým by se podobat nechtěli.

Dostí podobná data zaznamenala i studie Raviva a kol. (1996), jež se podrobněji zabývala procesem idolizace právě popových zpěváků. Raviv a kol. zjistili, že se dívky oproti chlapcům výrazněji ztotožňují s rysy popového zpěváka/zpěvačky (např. prostřednictvím hlasu, pódiové prezentace, stylu oblékání). Navíc u obou pohlaví se idolizace popového zpěváka stává častější s rostoucím věkem. Konkrétně 80 % chlapců a dívek ve věku 16–17 let z celkového počtu 270 adolescentů vzhlíželo spíše ke zpěvákům než ke zpěvačkám. Ecclesová a kol. (1993) vyšší preferenci rolových modelů mužského pohlaví staršími dospívajícími vysvětlili tím, že hudební odvětví poskytuje více mužských interpretů než těch ženských.

V roce 2003 navázala na výzkum rolových modelů adolescentů v souvislosti s hudbou Antonia Ivaldiová se svou disertační prací *Why adolescents admire famous musical role models: implications for aspirations, expectations and identity*, z níž během dalších let vznikaly dílčí studie. Pomocí dotazníkového šetření, diskusí v rámci ohniskových skupin a individuálních polo-strukturovaných rozhovorů s dospívajícími, identifikovala tři hlavní témata: hudební rolový model jako zdroj (ženského) empowermentu, hudební rolový model jako objekt, na něhož je upírána pozornost a hudební rolový model jako zdroj utváření skupinových identit. První téma vycházelo z rozhovoru s respondentkou Lucy, která výrazně na své oblíbené zpěvačce obdivovala „mocnou“ sebe prezentaci. Druhé téma představovalo, jestli je vzhled interpreta důležitý a jak o něm dospívající hovoří. Třetí téma se týkalo konkrétního zpěváka, který zrovna vyhrál mezinárodní pěveckou soutěž. Participanti tak prostřednictvím vymezení se proti jeho úspěchu definovali identitu diskutující skupiny.

Jednu z oněch dílčích studií s názvem *Adolescents' musical role models: whom do they admire and why?* Ivaldiová publikovala v roce 2008 společně se Suzie O'Neilovou. V té se jednalo především o to, zda dospívající i nadále identifikují známé hudební osobnosti jako své rolové modely, zda převažuje identifikace mužského nebo ženského hudebního vzoru a jestli v identifikaci hraje nějakou roli hra na hudební nástroj.

Hudební rolový model podle nich disponuje specifickými hudebními charakteristikami (např. je velmi úspěšným zpěvákem, skladatelem, je součástí známé hudební skupiny nebo bravurně ovládá hru na nějaký hudební nástroj). Kromě dotazníkového šetření zmínily autorky i diskuse v rámci ohniskových skupin, kde adolescenti hovořili o nejdůležitějších a nejméně důležitých důvodech pro vzhlížení k hudebnímu idolu. Pro vyvolání diskusí bylo předloženo 19 obrázkových karet slavných populárních a klasických hudebníků.

Výsledky studie ukázaly, že většina dospívajících označila za své rolové modely veřejně známé postavy, z nichž většina byli muži a zpěváci populárních hudebních stylů (konkrétně 90 % z celkového počtu 381 účastníků označilo za svůj vzor slavného popového zpěváka). 3 hlavní důvody pro obdiv hudebních idolů byly **dedikace** (tj. jak hodně se své profesi věnuje), **popularita** (tj. známost a oblíbenost ve společnosti), **schopnost** (tj. o jak kvalitního hudebníka se v očích dospívajícího jedná). Zjištění ohniskové skupiny naznačila, že to, zda rolový model hraje nebo nehraje na hudební nástroj, nemá při volbě konkrétní známé postavy velký význam.

Gauntlett (2002, s. 216) uvedl, že „oblast pop music skutečně nabízí mnoho potenciálních rolových modelů dospívajících“. V souvislosti s genderovou otázkou zmiňuje 90. léta a úspěch dívčí kapely Spice Girls, která byla například známá i tím, že zastávala hodnotu ženského „empowermentu“. Spice Girls údajně často v rozhovorech hovořily (nejen k ženám, ale hlavně k nim) o plnění si svých snů, o nutnosti jít proti různým očekáváním společnosti a o vytváření si příležitostí vedoucích k vlastnímu úspěchu (Gauntlett, 2002). Uvažování „v duchu **girl power**“ bylo zkrátka zamýšleno jako oslava ženského přátelství, nezávislosti a sebevědomí (Whiteley, 2000). Whiteleyová (2000, s. 215) poznamenala, že Spice Girls byly „...výzvou pro dominanci mladé kultury a poskytly jakýsi jazyk nezávislosti dospívajícím dívkám.“

Co se vlivných mužských hudebních idolů týče, Gauntlett v roce 2002 hovořil o Eminemovi, Wu-Tang Clanu a boybandech *Nsync a Backstreet Boys. Uvedl, že je svět DJs a taneční hudby stále převážně mužský, a že si svou popularitu začínají získávat i nu-metalové skupiny jako jsou Linkin Park nebo Limp Bizkit. Rovněž zdůraznil 70., 80. a 90. léta a významný popový proud „zženštilých“ mužů, od Davida Bowieho po Marilynna Mansona. Napsal (2002):

Moderní boybandy jako jsou *Nsync a 911 se obvykle skládají ze „zženštilých“ chlapců, kteří touží ukázat svou starostlivou a citlivou stránku v teen-popových časopisech. Tento značný počet mužských popových idolů, již nejsou konvenčně „macho“, nebo kteří se neoblékají tradičním mužským stylem, a kteří nosí make-up, rozhodně vysílá nějaký vzkaz svým dospívajícím fanouškům (s. 221).

O hudebních idolech a jejich vlivu na dospívající se ovšem nemluvilo vždy jen v tom pozitivním smyslu. Příkladem může být Britney Spearsová, která, byť byla v médiích prezentována jako ta, jenž se do svatby zdrží sexuálního styku, čelila mnohdy kritice dětských

psychologů za nevhodně provokativní oblékání (Gauntlett, 2002). Eminemovi byla zase často vytkána přílišná vulgarita a obsah jeho textů (drogy, homofobní názory atd.) (Gauntlett, 2002).

O’Neillová a kol. (2002) dodávají, že se adolescenti výrazně odlišují v důležitosti, kterou svému hudebnímu rolovému modelu přikládají. Navíc se potvrdilo, že jsou dospívající schopni identifikovat osobnost, již obdivují, aniž by se jí ve skutečnosti chtěli podobat (Bromnick & Swallow, 1999).

II.

Empirická studie

Metodologický rámec studie

Výzkumné cíle

Z předchozích kapitol vyplývá, že hudba zastává důležité funkce (nejen) v životě dospívajících a ovlivňuje tak **pocit osobní pohody**, jenž nabývá na významu v rámci normativního vývoje každého z nás (např. v souvislosti s dosažením identity, rozvojem regulace emocí a zvládnání atd.).

(Hudební) rolové modely adolescentů byly v minulosti zkoumány především prostřednictvím kvantitativního výzkumu, jenž užíval ke sběru dat dotazníková šetření (např. Anderson & Cavallero, 2002; Raviv a kol., 1996). Studie se zároveň zaměřovaly spíše na to, ke komu aktuální generace mladých lidí vzhlíží a snažily se poodkrýt proč (např. Awan, 2007; Duck, 1990; Ivaldi & O'Neill, 2008).

Ve své práci se nicméně zaměřuji na **význam vzhlížení dospívajícího k hudebnímu rolovému modelu v rámci jeho každodenního života**, tj. na to, jakým způsobem přispívá k pocitu osobní pohody a formuje identitu mladého člověka. K uskutečnění výzkumu jsem proto přistoupil prostřednictvím **interpretativní fenomenologie**, která si klade za cíl „...lépe porozumět podstatě a kvalitě jevů tak, jak se prezentují“ (Willig, 2013, s. 258). Tento typ fenomenologie pracuje s popisem jako formou výkladu, neodděluje je a zároveň čerpá z poznatků hermeneutiky (Willig, 2013). Cílem výzkumu je tedy poodkrýt, jakým způsobem vzhlížení k hudebnímu rolovému modelu přispívá k osobní pohodě dospívajícího. Výzkumné otázky jsou pak následující:

- 1) Jak se HRM uplatňují v každodenním životě dospívajících?
- 2) Jak se HRM podílejí na utváření identity dospívajícího?
- 3) Jak se promítá vztah dospívajícího k HRM do jeho pocitu osobní pohody?
- 4) Jakým způsobem se utváří vztah dospívajícího k HRM?

Postup realizace výzkumu:

1. Navázání kontaktu s potenciálními respondenty (jejich vyhledání a oslovení), jejichž osobní zkušenosti v oblasti hudby se vyznačují vhodnými aspekty zkoumaného fenoménu.
2. Sběr dat pomocí rozhovorů.
3. Analýza dat.

Výběr osob a jejich oslovení

K výběru respondentů jsem využil nedávného kontaktu s vyučující Estetické výchovy na Církevním gymnáziu Německého řádu v Olomouci, která mi umožnila oslovit dva ročníky studentů, celkově 54 dospívajících ve věku 16–17 let. Takto jsem získal 9 účastníků, 2 další jsou mě známé osoby, u nichž jsem měl povědomí o oblíbenosti jedné či více hudebních osobností a na základě toho je také oslovil.

Výběr vychází z podstaty **účelového vzorkování**, ve kterém jde o volbu „...bohatých případů pro hlubší studium“ (Hendl, 2016, s. 154). Kvality vztahu zúčastněných k hudebním personám by tedy měly odpovídat kvalitám vztahu, definovanému jako „vzhlížení“, jenž je popsán v teoretické části práce.

Zároveň však určitým kritériem pro zvolení účastníka do výzkumu byla mimořádná aktuální oblíbenost jednoho či více konkrétních interpretů, o nichž by dále mohl být veden „hlubší“ dialog. Toto kritérium potvrdil nebo zamítnul sám potenciální respondent poté, co jsem objasnil smysl a účel mého výzkumu oběma ročníkům a na základě těchto kroků byl později realizován samotný rozhovor.

Za účelem rozšíření zkoumané skupiny jedinců jsem užil také prvku výběrové metody **sněhové koule**, v rámci které výzkumník požádá o doporučení dalšího potenciálního účastníka již zkoumaným respondentem (Hendl, 2016), což do výzkumného vzorku přivedlo 1 nový případ.

Participanty jsou tedy studenti gymnázia a střední odborné školy ve věku 16 a 17 let, konkrétně jde o 4 muže a 7 žen. Za účelem lepší čtivosti textu jsem každému z nich přiřadil pseudonym. Jedná se o Amálii (R1, 17 let), Barbaru (R2, 17 let), Cecílii (R3, 16 let), Daniela (R4, 16 let), Evu (R5, 16 let), Filipa (R6, 17 let), Hanu (R7, 17 let), Iva (R8, 17 let), Květu (R9, 16 let), Leontýnu (R10, 16 let) a Martina (R11, 16 let).

Také jsem všem participantům poskytl **informovaný (poučený) souhlas**, jenž reprezentuje svolení k publikování výsledků výzkumu, ujistí respondentu o zachování jeho anonymity a umožňuje mu v jakékoli chvíli od této spolupráce odstoupit (např. Brinkmann & Steinar, 2012; Flick, 2018).

Sběr dat

S každým z dospívajících jsem uskutečnil **polostrukurovaný rozhovor**, jenž kombinuje vlastnosti **uspořádání otázek** rozhovoru strukturovaného a **vyprávění dotazovaného**, blízké rozhovoru nestrukturovanému, které umožňuje hlubší porozumění jevu. Lze jej proto považovat za určitou „střední cestu“, „jež se vyznačuje definovaným účelem, určitou osnovou a velkou pružností celého procesu získávání informací“ (Hendl, 2016, s. 164).

Polostrukurovaný rozhovor spadá do skupiny rozhovorů **kvalitativních** (např. Denzin & Lincoln, 2018, Hendl, 2016), v nichž „styl dotazování je navržen tak, aby podporoval bohatě podrobné popisy zkušeností jevů – v těchto rozhovorech jsou účastníci vybízeni, aby si volně vzpomínali na své zážitky“ (Howitt, 2019, s. 308). Těchto interview bylo nahráno celkem 12, nicméně 1 z nich jsme spolu s účastnicí vyhodnotili jako neodpovídající zkoumanému fenoménu (respondentka neměla žádného mimořádně oblíbeného interpreta).

Ještě, než jsem rozhovor začal nahrávat audio rekordérem mobilního zařízení (se souhlasem respondenta), jsem opět účastníkovi přiblížil, co je mým cílem a jakému účelu bude sloužit náš dialog. Připomenul jsem mu, že je důležité, aby měl aktuálně a případně i v minulosti nějakou obzvlášť oblíbenou hudební osobnost. Respondent měl také možnost se na cokoli nejasného před rozhovorem nebo kdykoli v jeho průběhu zeptat. 9 rozhovorů bylo realizováno v tiché, prázdné místnosti gymnázia a 2 – po výběru obou respondentek – u mě doma.

Struktura dotazování byla rozdělena do tří významových okruhů částí. Prvních 6 otázek sloužilo k uvedení respondenta do diskutovaného tématu hudby. Dotazovaný mi vysvětloval, jakým způsobem je hudba součástí jeho života, při jakých příležitostech hudbu poslouchá, co mu hudba do života přináší a jakou hudbu má rád. Střední část se potom týkala konkrétního interpreta. V rámci té mi dospívající přiblížil, jak jej pro sebe objevil, proč vzhlíží právě k němu, co se mu na jeho hudbě líbí, kdy poslouchá právě jeho nebo proč si na něj v běžných

situacích vzpomene. V případě, že účastník dokázal hovořit o více než jednom mimořádně oblíbeném interpretovi, tyto otázky zodpověděl u každého z nich. Závěrečná část rozhovoru směřovala více do respondentovy minulosti. Ptal jsem se, jak to měl dřív, jestli měl také nějakého obzvlášť oblíbeného interpreta, jestli hudbu vnímal jinak, než jí vnímá v současnosti a jestli si uvědomuje, kdo jej na cestě za vlastním hudebním vkusem ovlivnil.

Celý průběh dotazování byl velmi organický. Některé otázky jsem položil na základě předchozích odpovědí, některé za účelem bližšího porozumění vícekrát, jen jinými slovy. Nejkratší rozhovor měl 23 a nejdelší pak 47 minut. Vzhledem k tomu, že rozhovory s žáky gymnázia probíhaly v jim známém prostředí, věřím, že bylo maximálně (dle možnosti) zachováno i jejich osobní pohodlí. Až na jeden rozhovor, uprostřed kterého vstoupila do místnosti paní uklízečka, nebyla interview nikterak narušena. Ve dvou případech, kdy se rozhovory konaly u mě doma, jsem se pokusil uzpůsobit prostředí ke konverzaci tak, aby se respondentka cítila co možná nejkomfortněji (tichá místnost, pohodlné sezení, důvěryhodná atmosféra atd.).

Po celou dobu každé z konverzací jsem se jako tazatel ale i jako posluchač snažil být plně přítomen, být vnímavý k odpovědím dotazovaného a nepřerušovat jeho vysvětlování, případně jej nenavádět k „žádoucím“ formám odpovědí. Konverzace jsem později přepsal do textové podoby pro účel analýzy.

Vzhledem ke spoluúčasti dotazovaného na vytváření výzkumných dat je zvykem, aby došlo z jeho strany k určité jejich **autorizaci** (např. Brinkmann & Kvale, 2018). V tomto směru jsem každému z dospívajících poskytl doslovný přepis nahraného rozhovoru a požádal jej o důkladné přečtení a o případné doplnění odpovědí, které by se mu jevily neúplné nebo málo srozumitelné. V rámci toho taktéž já, pokud jsem při přepisování nahrávek objevil abstraktní, zamlženou odpověď, které bych rád lépe porozuměl, jsem nabídl účastníkovi dodatečné krátké setkání. Těchto setkání proběhlo finálně 5 a trvala od 5 do 13 minut.

V realizaci mého výzkumu nebylo důležité, který konkrétní hudebník představuje rolový model účastníka či jakému hudebnímu stylu se věnuje. Nicméně ve snaze podat určitou představu o známých osobnostech, jež mohou mít vliv na aktuální generaci mladých lidí, pokládám za užitečné zde jejich jména v souhrnu uvést. Participantů mého výzkumu tedy hovořili o Tomáši Klusovi a Evě Burešové, o zpěvačce Grimes, Vangelisovi a rapperce Doja Cat, o Taylor Swiftové a Adele (2), rapperovi ZillaKamima a kytaristovi Marcinu Patrzalkovi. Dále také o rapperovi Ye (Kanye Westovi), šansoniérovi Jacquesu Brelovi, zpěvačce Avril Lavigneové

a Justinu Bieberovi, o Freddie Mercury, zpěvačce Lana Del Rey, The Beatles a Johnu Lennonovi.

Analýza dat

Ke zpracování a vyhodnocení dat jsem užil **interpretativní fenomenologickou analýzu (IPA)**, jež byla zformulována Jonathanem Smithem v 90. letech za účelem porozumění prožívání zdravotních obtíží v kontextu psychologie zdraví a klinické psychologie, a je tedy jednou z analytických metod interpretativní fenomenologie (Smith a kol. 2009; Smith, 2019). Willigová (2013, s. 260) píše, že „i přesto, že si IPA klade za cíl prozkoumat zkušenost respondenta z jeho perspektivy, uznává, že takové zkoumání musí nutně zahrnovat výzkumníkům vlastní pohled na svět a také povahu interakce mezi výzkumníkem a účastníkem.“ Výsledná analýza je tedy vždy interpretací zkušenosti účastníka výzkumu (hermeneutický prvek).

Pro interpretativní fenomenologickou analýzu je charakteristická **snaha o zachycení** povahy **individuální lidské zkušenosti**, v důsledku čehož je „výzkumník zapojen do ‚dvojí hermeneutiky‘, protože se snaží pochopit, jak se respondent snaží pochopit, co se s ním děje“ (Smith a kol., 2009, s. 3). Tento idiografický přístup je tak často zdůrazněn malým počtem účastníků výzkumu, v rámci čehož vyniká snaha o podkrytí co největší (nejdetailnější) části ze zkušenosti každého z nich (Smith a kol., 2009).

Na rozdíl od jiných metodologií, u IPA existuje „pouze“ jakýsi **základní přístup k analýze dat** – přesun **od deskriptivního k interpretativnímu** (Smith a kol., 2009). Proto ne každý výzkumník postupuje v analýze stejným způsobem. Smith a kol. (1999) navíc uvedli, že pro tuto metodu není vhodné vytvářet předepsaný postup.

Například Senior a kol. (2002) přistoupili k počáteční fázi práce s daty tak, že nejprve rozčlenili přepis každého rozhovoru do širších témat a následně se vrátili identifikovat – již specifitější – podtémata. Naopak Collins a Nicolson (2002) dali v této fázi přednost identifikaci a opoznámkování dat v prepisech, která jakkoli souvisela s předchozí literaturou a teoretickými konstrukty výzkumného tématu v ní popsanými. Smith (1999) a také Turner a kol. (2002) zase použili otevřené kódování ze zakotvené teorie.

Byť různí autoři napříč svými studiemi, v rámci nichž užívají k analýze dat metodu IPA, nejčastěji uvádějí za účelem celistvější představy o podobě hlavních témat a podtémat příkladnou citaci některého z respondentů ke každému z nich, například Wilsonová a kol.

(2004, s. 608) citace neposkytli: „použití citací z rozhovorů s pacienty je pro IPA zásadní; byly rozsáhlé, ale nejsou uvedeny, aby se ušetřilo místo; lze je získat od autorů na vyžádání.“

Přepisy rozhovorů jsou často také analyzovány dvěma nebo více výzkumníky, aby byly vytvořeny možnosti podoby tematického zpracování (např. Michie a kol., 2003; Eatough & Shaw, 2019). Někteří autoři dokonce spolupracovali s účastníky tak, že je požádali o zpětnou vazbu ohledně předběžných interpretací jejich výpovědí (např. Alexander & Clare, 2004).

I přesto, že v roce 1999 Smith a kol. uvedli, že není potřebné vytvářet pro interpretativní fenomenologickou analýzu předepsaný postup, v publikaci z roku 2009 již určitý soubor kroků Smith, Flowers a Larkin navrhuje. Stejně tak o těchto krocích pojednává Willigová (2013) a Howitt (2019). V současnosti se tedy podle tohoto „návodu“ postupuje tak, že jsou nejprve důkladně analyzována data jednoho rozhovoru a později se přechází k jejich porovnávání s daty rozhovorů ostatních účastníků. Během toho je doporučeno zaznamenávat si dojmy a souvislosti na jeden z okrajů doslovného přepisu. Výsledkem těchto kroků by měly být skupiny identifikovaných témat a podtémat, jež se nejčastěji uvádějí v tabulce a řadí se podle jejich důležitosti, přičemž podobnosti i rozdíly mezi zkušenostmi respondentů lze považovat za důležité analytické faktory. Ke každému tématu nebo podtématu se rovněž přiřazuje krátká doslovná citace jako ilustrativní příklad.

Tímto způsobem postupovaly například Erasmusová a van der Merweová (2017) ve své práci s názvem *An interpretative phenomenological analysis of the lived musical experiences of three Williams syndrome individuals*. V metodologické části práce uvádějí:

Za prvé, tato studie byla fenomenologická, protože nás zajímal význam hudebních zážitků v životě jedinců se WS a to, jak svou zkušenost popisují vlastními slovy. Za druhé, byla hermeneutická, protože jsme interpretovali „texty života“ (Van Manen, 1990), přepsané polostrukturované rozhovory. Za třetí byla idiografická, protože rozhovory byly analyzovány nejprve samostatně a později byly identifikovány podobnosti a rozdíly mezi všemi výpověďmi respondentů (s. 783).

S větším důrazem na povahu subjektivní zkušenosti pracovala případová studie Eatoughové a Shawové (2019), kterou nazvaly *It's like having a evil twin: and interpretative phenomenological analysis of lifeworld of a person with Parkinson's disease*. Autorky v metodologické části textu vysvětlují, že o fenomenologickém charakteru prožité zkušenosti respondentky chtěly přemýšlet odlišně. Proto o výzkumném postupu uvažovaly v „citlivějším jazyce“:

Například místo „interview“ s naším účastníkem jsme interakci vnímaly jako dialog mezi dvěma lidmi, každý přinášející do konverzace něco jiného, navíc skrze odlišné role. Barbara jako zkušená autorita na situaci, o které se má mluvit, a jeden z nás jako umožňující Barbaře popsat své zkušenosti a soustředit se na to, co pro ni bylo důležité (s. 51).

Byť dle vlastních slov „formálnější“ prošly navrženými fázemi metody, nejprve pracovaly samostatně tak, aby se mohly „ponořit“ do respondentčina životního příběhu. Později přemítaly nad svými provizorními a nově vznikajícími tématy společně a zaznamenávaly významy vynořující se z těchto tematických okruhů.

Obě tyto studie představovaly pro můj vlastní postoj k práci s daty užitečná pojetí analýzy. V první fázi jsem totiž postupoval dle doporučených kroků, které uvedli Smith a kol. (2009), a které byly více či méně užity v obou výše uvedených textech. Zároveň mi byla, v rámci samostatných analýz jednotlivých přepisů, velmi nápomocná analýza jednoho z rozhovorů doktorkou Stratilkovou, jelikož představovala jiný pohled jednak na osobní příběh respondentky, jednak na samotnou realizaci analýzy (způsob identifikace tematických okruhů).

Protože mi participantů poskytl prostřednictvím rozhovorů poměrně hluboký vhled do jejich každodenního života s hudbou, nashromáždilo se tím značné množství dat, které by jinak nebylo využito, jelikož přímo nesouvisí s předmětem mého výzkumu. Vycházejíc z těchto skutečností prezentuji data ve dvou úrovních.

První úroveň analýzy, podobně jako ve studii Eatoughové a Shawové (2019), prezentuje popisy jednotlivých zkušeností respondentů, a tudíž témat či podtémat, jež jsou v rámci jejich zkušeností nejvýraznější. Je tak významnou podobou idiografického, více deskriptivního analytického přístupu, který přikládá důležitý význam individuální zkušenosti každého z dospívajících v kontextu jeho života. Zde jsem dal přednost „vyprávění“ jednotlivých zkušeností respondentů s hudbou podle interpretů, nikoli podle jejich významu. Téma, či podtéma se tak může objevit u jednoho dospívajícího vícekrát, byť třeba v souvislosti s jiným interpretem.

Druhá úroveň pak bere v úvahu zkušenosti společné více respondentům, které reflektuje na pozadí teoretických konceptů popsaných v první části této práce. Byť IPA považuje subjektivní zkušenost za směrodatnou, je užitečné, aby bylo zváženo, co jednotlivé zkušenosti respondentů sdílejí a jakým způsobem tento poznatek přispívá k bližšímu porozumění prožívané zkušenosti v obecnější rovině (Eatough & Smith, 2017). V rámci toho jsou společná

témata a podtémata zkušeností účastníků uvedena pro vyšší přehlednost také v tabulce. Ke každému z nich je rovněž uvedena citace jako ilustrativní příklad.

Výsledky studie

Případové studie (idiografická analýza rozhovorů)

Amálie (R1)

Sdílení hudebního vzoru s ostatními

Amálie mi nejdříve vysvětlila, že hraje na kytaru, což uplatňuje na táborech, kde ráda sdílí hudbu s druhými:

No, já jsem už říkala, že hraju na kytaru a začala jsem tím, že jsem hrála na ukulele. Já vlastně jezdím už 10 let na tábory, na skautský a tam je to takový běžný. Já jsem předtím nechodila na nic, na kytaru nebo tak, pro mě to bylo takový nudný jako. Byla jsem spíš dítě, co chodilo do skautu a poslouchalo hudbu ve sluchátkách. Mám ráda ale tu atmosféru, fakt jakoby, když kolem mě jsou ti lidi, který to poslouchají a se mnou zpívají a je to pro mě takový, taková srdcovka, no.

Konkrétně pak skladby jejího aktuálně oblíbeného interpreta Tomáše Kluse:

Když jsme s děčkama, tak vím, že spousta mých kamarádů jako ho má taky ráda, takže si to prostě pustíme spolu a „jedem si“. Můžeme u toho jen sedět a zpívat si, nebo něco dělat a u toho si jako hrát na koncert.

Objevila jej pro sebe skrze kamarádku, se kterou byly i na jeho koncertě, odkud si odnesla také osobní zážitek:

Chodila jsem na malou základku. Měli jsme tam malou třídu, a tudíž jsem si tam našla kamarádku, co potom byla i moje sousedka. [...] Chtěla jsem vždycky dělat to, co ona. Byly jsme takový, bylo to takový to dětský přátelství no a její taťka hraje hodně na saxofon, a právě byli spolu na Tomášovi Klusovi a já jsem se ptala jako kdo to je a koupila jsem si zpěvník, podle kterého jsme spolu zpívaly. Potom jsme si to začali pouštět a v té době vznikli „Tři bratři“, pohádka, kde zpíval i on, a to bylo

top. Takže jo, určitě skrze ni. Spolu jsme právě byly i na koncertě, kde jsem prožívala, že se mě dotknul.

Bohémství a flow, energický jako ona

Na zpěvákovi ji oslovuje „to jeho bohémství ..., že vybočuje, ale není úplně mimo, že má hranici“, pro ni „takovou tu zdravou hranici“:

No, takový jako volnomyšlenkářství. Ono, jako je to v podstatě to bohémství, ale to na mě působí. Když jsem ho viděla, tak to bylo prostě jako, tam přišel, improvizoval a bylo to super. Jakože má i v těch písničkách – taková ta „volná mysl“ ho hodně charakterizuje podle mě. A strašná energie, přijde mi to takové „bum“, prostě hodně energie a třeba já jsem taky hodně energická, takže mi to k tomu hodně sedí.

Sama se totiž považuje za člověka „co má všechno jako hodně nastavený“ a věří, že by měla občas – podobně jako Klus – „nechat tu flow“:

Jsem člověk, co strašně plánuje a co má všechno jako hodně nastavený a vím, že mě to občas hrozně zabíjí. Tím, že je můj mozek často velkej rozvrh a jeden velkej diář a občas si myslím, že bych měla nechat tu flow, žejo a to mi chybí. A to se mi právě líbí, že on to má, a že v tomhle světě mě mohl inspirovat nebo mě vlastně inspiruje. A jako neříkám, že bych úplně chtěla změnit tu moji osobnost, to ne, ale nějakým způsobem se jako inspirovat, být vlastně trochu jako on v tomhle světě.

Na jeho písničkách oceňuje asi spíše texty než hudbu, ale zase je ráda, že si je může sama zahrát:

I když ty písničky jsou dost často na „stejně brdo“, tak mě se líbí, že si je můžu hrát. [...] U toho Kluse to zní dobře prostě vždycky, takže z toho mám potom dobrej pocit, no. [...] Mě se asi líbí i ty texty, co píše. Je teda textař spíše, ale asi ty texty. Jsou takový vtipný a občas jako mají nějakou myšlenku, že to není jako něco splácaný a potom do toho ta dobrá hudba, ale spíše naopak, že je to fakt dobrej text a ta hudba už tam potom tolik nehraje za mě tu roli.

Navíc má jednu ze skladeb spojenou s blízkou osobou:

Já jsem jako by to poslouchala často u babičky a my jsme hrozně měly rády písničku „Čas“, a tak právě teď nedávno – jako babička neumřela, ale bylo to takový těžký období, tak, když jsem si

říkala, že se může stát cokoli, tak skrze to se mi ta písnička často vybavovala, protože jsem to měla s ní spojený. Ale naštěstí všechno v pořádku. Ale jo, měla jsem to spojený s tím člověkem a když jsem věděla, že je s tím člověkem něco špatně nebo by se mohlo něco stát, tak vlastně v souvislosti s tím se mi to vybavilo.

Působivý vzhled, dává do toho emoce

Dříve, než si ale Amálie Tomáše Kluse oblíbila, poslouchala zpěvačku a herečku Evu Burešovou, ke které se dostala prostřednictvím seriálu:

Eva Burešová se v mých očích stala jako tím idolem, když mi bylo třeba, když začala „Slunečná“, to je seriál na Primě. A to jsem byla podle mě v 6. nebo 7. třídě, možná v 8., nebo tak nějak. Ona v té době začala právě vydávat i nějaký písničky a já si je začala poslouchat.

Seriál sledovaly společně s mladší sestrou, a tak si společně oblíbily i její písně, což podle ní „zlepšilo“ jejich vztah:

Přijde mi, že nám to strašně zlepšilo vztah se ségrou, protože má ségra je o 6 let mladší. My jsme jako nikdy neměly špatnej vztah, ale prostě je tam hrozně viditelnej ten rozdíl, jakože je to tam takový, no, myslím, že to tomu dost prospělo, protože ona ségra jí má ráda. Sledovaly jsme spolu tu Slunečnou a vždycky, když vydala nějakou písničku, tak jsem jí to pustila a zpívaly jsme si to.

Burešová Amálii oslovila vystupováním a především vzhledem, který i trochu napodobila:

Určitě jak vypadá, strašně moc jako. Díky ní mám prostě náušnici. Ona má totiž tady *ukazuje na horní část levého ucha* piercing a mě se to strašně líbilo a předtím jsem nevěděla, že to vůbec je a když jsem sledovala tu Slunečnou, tak jsem to tam jako viděla a říkám „tak to musím mít“! Takže jo, díky ní mám teď piercing. Taky se mě líbilo, jak vystupovala.

Má moc ráda její hlas a schopnost dát do hudby emoce. Tím, že ji vnímá i jako člověka, je jí bližší, když zpívá:

Mě se líbí strašně její hlas! Když se mě někdo zeptá, kdo má nejhezčí hlas z českých zpěváků, tak určitě řeknu Evu Burešovou, jako 100%. Má takovej jako — je to hranice mezi jako totálně pronikavým hlasem a příjemným, upištěným, nevím, jak to mám srovnat jako. Ten její hlas se mi

prostě strašně líbí, to, jak to dokáže vyzpívat. [...] Mi přijde, že do toho fakt dává emoce, že vlastně možná je to způsobeno tím, že je herečka, to, že to dokážeš takhle prožít. Na rozdíl od amerických zpěvaček, tím, jak jí tak nějak vidím i jako člověka třeba v těch rozhovorech nebo v televizi a takhle, tak je to pro mě takový bližší, že jako když potom zpívá nebo takhle, tak to vnímám jinak, protože mi přijde, že jí znám více jako člověka, než jako toho zpěváka.

Hudba zintenzivňuje jí prožívání, vždy se o hudbu nedělí

Dříve poslouchala hudbu, protože to dělali „všichni ostatní“. Nyní dospěla k tomu, že jí hudba „zintenzivňuje pocit z čehokoliv“:

Ted' je to taková moje jako...dodává životu jako trochu jinej „vibe“ bych řekla, ale dodává to tomu lepší energii a zintenzivňuje mi pocit z čehokoliv a vlastně předtím jsem to podle mě brala jako „všichni ostatní poslouchají hudbu, mně se to docela taky vlastně líbí, tak proč bych to neposlouchala“. Myslím si, že k tomu člověk postupem dojde.

Zároveň poslouchala „docela nahlas“, přes reproduktor. Nyní ale preferuje sluchátka, protože ne vždy chce sdílet písničky a tím pádem i své nálady, zvláště, když má „špatnej den“:

Ted' mi přijde, že jsou sluchátka za prvé praktičtější, žejo a za další jako, někdy já se úplně nechci o tu hudbu dělit, že je to takový, když třeba naši ví, že mám nějakou náladu nebo takhle, třeba mám špatnej den nebo takhle a chci si tu hudbu pustit, tak si to radši pustím jako sama a jsem tak nějak sama se sebou a nepotřebuju, aby to všichni slyšeli a abych v nich vyvolala tu smutnou náladu. Protože ta hudba to prostě dělá, i když třeba nechceme. Předtím jsem smutný písničky moc neposlouchala, takže jsem to neřešila.

Písně jí navíc přinášely pocit, že je součástí filmu:

[...] a taky je to dost ovlivněný třeba filmama, kde je nějaká holka, která je zamilovaná a pustí si, no, dá si sluchátka a pustí si ty zamilovaný písničky a tak, jak jsme v dětství hrozně manipulovatelný a děláme všechno, co je v televizi, co dělají naši oblíbení influenceři, tak jsem to tak asi podvědomě dělala taky. A taky vlastně já jsem měla vždycky, když se začalo ve filmech zpívat, já jsem to nikdy nechápala, jak oni to...jak kdyby to měli domluvený. Chtěla jsem to zažít taky, ale pochopila jsem, že to tak úplně nefunguje, a tak alespoň ty písničky mi daly pocit, že jsem taky v tom filmu.

Hudební playlisty

Před nějakou dobou čerpala inspiraci k poslechu hlavně z playlistů, které sdíleli druzí na sociální síti:

[...] to už mě bylo 14 a vlastně jako když člověk byl sám, tak jako hledal inspiraci všude jinde a já jsem začala jako hodně aktivně používat Instagram a vím, že spousta těch influencerů sdílela, co poslouchá, třeba sdíleli nějaký jejich playlist a já jsem si řekla „jasně, proč ne“. Prostě jsem hledala inspiraci tam, protože tím, jak já je mám ráda, tak mám pocit, že mají podobný pohled na svět a tím pádem třeba i stejnej vkus. Aji díky těm lidem na internetu si jako všímám toho, že jsou, že je nějaké nové album nebo, že je nějaký koncert.

Dnes si vytváří vlastní playlisty, třeba i podle roční doby, a sdílí je vzájemně s kamarády:

Jasně, na začátku jsem vytvářela playlisty na YT a potom si taťka koupil Apple Music, ale nám to nešlo jako propojit s autem, tak jsme si pořídili Spotify. Je to takové jednodušší, můžu to se všema sdílet, aji můžu poslouchat, co poslouchají mí kamarádi. [...] Když jsem třeba v létě, mám svůj letní playlist, tak to právě má takový ty klidný hity a potom začne podzim a já si pustím melancholickou hudbu a jsem nejspokojenější člověk.

Barbara (R2)

Na cestě za různými žánry ji ovlivnili nejbližší

Barbara hned v úvodu našeho rozhovoru zdůraznila, že hudbu poslouchá nejméně 4 hodiny denně, přičemž k poslechu volí skladby mnoha žánrů:

Jako určitě ráda poslouchám i klasickou hudbu, třebas i opery. Hlavně z nějakých filmů, co mám ráda nebo takhleňtak. Takže mám velkou škálu žánrů, co poslouchám.

Konkrétně k metalu ji přivedl bývalý přítel:

Co se týče toho metalu, tak k tomu mě přivedl bývalý přítel a doteď to poslouchám. Jednou, když jsme spolu poslouchali hudbu, tak mi půjčil sluchátko a já jakože „jo, to je pěkný, to se mi líbí“, a tak jsem to nějak začala poslouchat.

K hardstyle zase bratr a ke skupině ABBA maminka:

Krom toho bývalého přítele i docela můj bratr, protože on zase poslouchá hodně hardstyle, což já docela teď taky poslouchám, ale jakože ne zase tak často. Zase moje mamka poslouchá ABBU, a to se mi docela taky líbí.

Pomáhá jí s nenávisť a představou ideální reality

Vysvětlila mi, že jí hudba pomáhá dosahovat emocionální rovnováhy, jelikož mívá potíže s přijetím ostatních:

[...] mě asi hodně uklidňuje. Hlavně s tím, že já mám problémy s tím, no, mě hrozně moc lidí strašně hodně vadí. Jakože mě, než se někdo zalíbí, tak to strašně dlouho trvá a třeba jakože mezi stovkou lidí se mi líbí 5 z nich. A ty ostatní prostě, já k některým cítím jako určitou nenávist a kdykoliv třeba jenom promluví, tak mě to hrozně naštvá a ta hudba mi pomáhá se uklidňovat.

Jako „uklidňující“ popsala hudbu svého oblíbeného hudebníka Vangelise, kterého objevila prostřednictvím filmového snímku *Bladerunner*, k němuž Vangelis v 90. letech nahrál soundtrack. Jeho hudbu užívá k podpoření představy o „své ideální realitě“, protože ji „hladí na mozků“:

Mě se hodně líbí zpracování jeho hudby. Je to – nevím, jak to mám říct – taková jako božská melodie. Já, jak si hodně představuju ten únik z reality, jakože si dokážu představit svou ideální realitu, tak on mi v tomhle hrozně pomáhá. Vždycky, když poslouchám ty jeho písničky, tak si představuju, že nějaký úplně krásný svět.

Zároveň je jí oporou ve chvílích, kdy pocítuje hněv:

[...] konkrétně tady tahle skladba *ukazuje mi skladbu na mobilu*, upřímně, ta mi nejvíc pomáhá s tou nenávisť. Když jsem na někoho prostě naštvaná nebo mě zkrátka někdo štvá. Tak ve škole si to samozřejmě pouštět nemůžeme – během vyučování, ale když jdu potom ze školy, tak si to pouštím a prostě, ona, jak je ta hudba prostě uklidňující, krásná, ladná.

Nedbat na mínění ostatních, nenechat se shodit

Vangelis ale není jejím jediným obzvláště oblíbeným interpretem. Oslovuje ji také zpěvačka Grimes, jíž poslouchá „odmala“. Nejsilněji vnímá její „hodně osobitý styl“ – výrazné písně i výrazný make-up, kvůli kterému se jí v minulosti nedostávalo příliš kladného přijetí. I přesto se nedala odradit:

Ona, když s tím začínala, tak samozřejmě to bylo takový, že to nikdo jako nepodporoval, protože ona má jako hodně výrazný make-up, hodně výrazný písničky, takový, který jsou fakt jiný a když vydala tohle album, ze kterého jsem pouštěla tu písničku, tak se dostala na vrchol jako třeba během měsíce, a to mě hrozně inspirovalo, jakože se nenechala shodit, i přesto, že roky na to měla prostě smůlu. To mě fakt, jakože nejvíce inspirovalo.

V současnosti se Barbaře nedaří na mínění druhých lidí nedbat, a tak ji inspirovalo že Grimes dělala věci podle sebe, i když se to někomu nelíbilo:

[...] Asi to, že nehleděla vůbec na to, co si o ní lidé myslí... a s tím jako už bojuju docela nějakou dobu... jakože se snažím ignorovat třeba to, když mi někdo řekne, že mi tohle nesluší... a ona prostě byla taková, že když jí někdo řekl, že se mu nelíbí její hudba, tak ona „dobře, nelíbí se ti, já to ale stejně budu dělat“... a to je asi... to mě jako inspirovalo nejvíce...

Povzbuzení k činnosti

Písničky své oblíbené interpretky poslouchá především, když o něčem přemýšlí nebo když se snaží „tak trochu jako uniknout z reality“. V době kovidové karantény často pociťovala úzkost a smutek, dodávala jí kuráž:

No, ono, jak byla karanténa, tak já jsem měla hodně jakože, že jsem byla furt smutná a trpěla jsem úzkostmi a když jsem bývala mezi lidma, tak mi dělalo problém si jen něco objednat nebo takhle. A vždycky jsem (při objednávání po telefonu) poslouchala ty písničky a úplně že „jo, já to zvládnu, ježíš, to je v pohodě“. Tak jsem si sundala ty sluchátka, objednala jsem to a dala jsem si zase sluchátka. Šlo to mnohem líp, než když bych tam šla bez té hudby.

Sebevědomí a pozitivní sebeobraz

Ještě předtím, než si oblíbila Grimes a Vangelise, často poslouchala rapperku Doja Cat, která jí jednou „vyjela“ v rámci výběru písní na platformě YouTube. Zaujala ji svou sebedůvěrou, díky tomu si pak připadala i hezká:

A ona měla takový jakože „confidence“. Teď nevím, jak se to řekne česky. Jo, že si věří, s tím mi taky pomohla. Předtím jsem si nemyslela třeba, že jsem hezká nebo tak, ale jakže ty její písničky, ony jsou takové jako, že ti úplně řeknou „ty seš pěkná, seš úplně kočka“, a to mi taky jako pomohlo.

Souvisí s tím i jedna konkrétní situace. Před nějakou dobou si Doja Cat v živém vysílání na sociální síti Instagram oholila hlavu a toho jsme se s respondentkou také dotkli:

To je něco, co mi právě přijde, že ona, že si jako věří, že pro ostatní... , že pro spoustu holek jsou vlasy jako úplně základ všeho. Hezký vlasy... , a že ona si prostě věří i bez těch vlasů, že si prostě řekla „no dobrý, tak si oholím vlasy“ a i tak si připadá pořád nádherná. A to je inspirující.

Rapperku i dnes vnímá stejně:

Pořád mi přijde hrozně krásná, má sebevědomí a je taková podporující a pořád jí mám ráda, akorát teď poslouchám i jiný lidi.

Díky porozumění textu cítí, že není jediná, kdo prožívá určité situace

V minulosti si Barbara „moc neuvědomovala ten text“, v důsledku čehož jí mnohdy unikal význam různých písní. Nyní text vnímá lépe, a tak ví, o čem její oblíbené skladby jsou:

Já jsem to prostě nevnímala, vždycky jsem znala každý text, ale prostě nikdy jsem jako úplně nepřemýšlela nad tím, o čem ta písnička vlastně fakt je. A teď už to víc vnímám a je to takový jakože, že u každé písničky, co já mám v playlistu, vím, o čem tak nějak je.

Když se nyní zaměřuje i na textový obsah písní, hodně jí pomohlo, když si uvědomila, že některé životní situace neprožívá jen ona sama:

Ono jakoby já se třeba hodně zaměřuju i na ten text a ona spousta těch písniček byla, jakože hodně podobných nějakým situacím, který jsem zažila nebo jsem zažívala. A to mi pomohlo v tom, že jsem si řekla, že „jako dobrý, prožívám to já, ale prožívají to i ostatní lidi, takže je to jako v pohodě“. Třeba, když jsem se nějak..., když mi třeba nadávala nová přítelkyně mého ex, i když mě vůbec neznala a v té písničce bylo úplně to samý, tak já jakože „aha, nejsem úplně jediná“.

Cecílie (R3)

V postoj ke zpěvu jí ovlivnili rodiče i kamarádi

Pro Cecílii, která hudbu poslouchá „24/7 – prostě neustále“, je hudba velice důležitá zejména proto, že sama zpívá:

Mého života je hudba velkou součástí, jsem zpěvačka, takže u mě je to podstatná část života, v podstatě už od první třídy.

Protože zpívala i písně, které nebyly vždy s libostí přijímány okolím, v jednu chvíli pochybovala, jestli to „má vůbec cenu“:

Celkově i to, co já zpívám. Zpívám i lidovky a potom i třeba německý písničky zpívám. [...] No a tenkrát to bylo tak, že tu radost k tomu zpěvu z té písničky hodně ovlivňovala má rodina a mí kamarádi, protože já zpívala i třeba komorní písničky a oni to poslouchat prostě nechtěli, tak jsem si říkala, jestli má vůbec cenu něco takovýho dělat. Ale zůstala jsem s tím a jsem za to ráda.

Postoj k poslechu jí ovlivnili vrstevníci

Pokud ovšem písně sama neinterpretuje, věnuje svůj volný čas i poslechu, „ale záleží na tom, jakou mám náladu“. Aby se začlenila, dříve přizpůsobovala poslech hudebnímu vkusu a názoru vrstevníků, což dnes považuje za chybu, jelikož to ovlivnilo, jaké interprety nyní k poslechu nevolí:

Já si myslím, že mě spoustkrát ovlivnilo to, že...já jsem v určité době neměla moc kamarádů, takže jsem se snažila docela zapadnout, což tehdy byla docela chyba. Spoustu těch interpretů neposlouchám doteď jen kvůli názorům ostatních.

Sdílení hudby s kamarádkou

Jednou by chtěla „být větší zpěvačka“, než je nyní, a proto je pro ni poslouchání interpretů, „kteří si už ten sen splnili“ „velice motivující“. Mezi tyto aktuálně oblíbené zpěváky a zpěvačky patří Taylor Swift, kterou pro sebe objevila „skrze rádio“. Poslech její tvorby ráda sdílí s kamarádkou, protože se tak potkávají jejich – jinak odlišné – hudební vkusy:

Ty její písničky jsou něco úžasného. U některých se vyřvu, u některých se zasměju a hlavně, my je posloucháme s kamarádkou, což je pro mě taky dost podstatná věc, protože já mám ráda jiné žánry, ona spíše poslouchá rock. Ale zrovna Taylor Swift máme rády obě, což jsem velmi spokojená, protože prostě když jdeme venku po ulici u ní v Neředíně, tak pouštíme ty písničky úplně nahlas, jak to jde, že. A to je zrovna jako interpretka, na kterou my vajibujem...

Obdivuhodně vede svou kariéru

Na Taylor obdivuje, jakým způsobem uvádí své písničky na veřejnost a že se drží své cesty:

U té Taylor se mi líbí, jak ona to vlastně pojala, že to není prostě jenom o tom, že vydává písničky a vydělává díky tomu peníze, ale prostě, že i pro ty své diváky to album vydává tak, že nejprve dává různé indicie, co tam asi bude, kolik toho bude a jak se to bude jmenovat. Přijde mi to úplně neskutečný. Hlavně asi to, že se dokázala tak „vyhrabat“, až na takovou úroveň, a že vydává písničky i v takovém věku (33), kdy většina lidí už vyhořela a už nejsou schopni vydávat ty písničky dál. Je to velmi obdivuhodné. [...] Nejen k té hudbě, ale přístup celkově k její kariéře, protože jako, myslím si, že to zvládá úplně parádně. Spousta lidí se v téhle chvíli už jako zhroutilo a nezvládlo jít dál a ona prostě furt jede. Neskutečný jako. [...] Právě to, jak ona tu hudbu pojímá svým způsobem, a že se nesnaží do ničeho, no, být jako ostatní prostě, a že si jede to svoje.

A ačkoli nerada přejímá „věci od ostatních“, i tak je pro ni vzorem v pěvecké dráze:

[...] nevím, jestli úplně ty vlastnosti, protože já celkově nerada přejímám věci od ostatních. Ráda si jedu v tom svém, ale určitě jí beru jako vzor pro mě, v mé pěvecké dráze. Víím, že to tak daleko nedotáhnu, ale je zajímavá, je rozhodně můj vzor.

Zlepší jí den, má to taky tak

Její hudba jí dokáže zlepšit den a pomoci k vyjádření vlastních pocitů:

Rozhodně mi to jako lepší den, jako trošku mě to i nabudí, samozřejmě podle toho, jaký poslouchám písničky, ale rozhodně je to jako lepší než jako ráno bez ničeho. To je takové, no, prostě nemám to ráda. [...] Některé ty písničky, u některých se jako i vyřvu, vyloženě řvu po celým pokoji. Rozhodně je to lepší, že řvu ta slova té písničky, než, když řvu jen tak normálně.

Dokáže si vztáhnout její písně k tomu, co sama prožila – není „v tom“ sama:

Tak před rokem a půl, to jsem si procházela celkově jako těžkým obdobím, i jako s rodinou, s kamarády. Tak to jsem si jako pouštěla ty její písničky a bylo to takový jako prostě, že jsem si říkala, že v tom nejsem sama. Ty její písničky jsou takové jako „relatable“, v češtině teď nevím. Jo, jakože se do nich vcítím, a že si říkám, že v tom nejsem jako sama, že to má někdo tak taky.

Hlasové kompetence a přístup k životním situacím

Dříve měla oblíbenou zpěvačku Adele, ke které se dostala prostřednictvím ročníkové práce, a která je u ní „na vysoké úrovni, ještě vyšší než Taylor Swift“. Zнала ji především v souvislosti s filmovým snímkem *Skyfall*:

Takže, to byla jako ikona, to je ikona doteď. [...] Ona měla docela otevřený rozvod, kterým zrovna procházela. Má i syna a byl to jako velmi zajímavé... vyloženě si o tom číst. Já jsem si tehdy půjčila i několik knížek o ní, bylo to hodně zajímavé. Já už jí milovala z filmu „Agent 007“, „Skyfall“, žejo a to byla jako písnička, která byla úplně parádní. Vyloženě to bylo takové jako, že já jsem ji hrozně ráda poslouchala v tu dobu, než že bych o ní něco jako věděla.

Obdivovala hlavně její hlasové kompetence, které jí byly oporou v náročném období s hlasovou hygienou:

Ona má úplně úžasný rozsah...hlasový! Má jej úplně neskutečný. V té době, já jsem si procházela i tím, že jsem, no, rok předtím jsem skončila ve sboru a zjistila jsem, že mi tam pokazili hlas. Zpívala jsem v altu, v nižším hlase a já jsem měla být soprán, ten nejvyšší hlas a zjistila jsem, že mám kvůli tomu problém s hlasivkami. Takže jsem s tím asi 2 roky bojovala a zrovna v té době mě to docela pomohlo, říkala jsem si „hej, ta to prostě vyzpívá, tak to vyzpívám taky“. A po nějaké době se mi to potom prostě povedlo.

Blízký byl respondentce i zpěvaččin životní postoj:

Cecilie: Já bych řekla, že ona, v té době, kdy jsem to ještě dělala...ona, no nějakou dobu byla docela „při těle“, ale ona to prostě jako nenechala projít „do sebe“ a po nějaké době na sobě začala i jako pracovat a musím říct, že teďka má i větší rozsah, díky tomu, že má zdravější tělo. Takže...

Já: Takže ne úplně vlastnost, ale spíše její přístup k životním situacím.

Cecilie: Jo, spíše to, jak se postavila k tomu rozvodu a celkově. Ve chvíli, kdy ona měla pauzu jsem přešla k té Taylor, ale teď se vlastně už vrátila s novými písničkama, což je úplně neskutečný. Jedna z nich je vlastně věnovaná tomu jejímu synovi, kde mu vysvětluje, proč se to vlastně všechno stalo.

Pochybovala, nyní si stojí za svým názorem

V minulosti Cecilie neuměla tolik anglicky, v důsledku čehož jí mnohdy unikal význam písní. Nyní se do toho ale dokáže lépe vcítit, protože hudbu k poslechu volí podle něj:

Celkově teď více rozumím těm slovům, významu té písničky. Když jsem byla v prváku na nižším gymnáziu, tak celkově ta má angličtina nebyla dobrá, ale, teďka už můžu říct, že rozumím všemu, co v těch písničkách je. Dokážu se do toho vcítit. Tehdy jsem to poslouchala hlavně proto, že se mi líbila ta melodie té písničky a celkově se tam zpívalo. [...] Ono, ta slova jsou hodně podstatná v té písničce, ale i ta melodie mi v podstatě řekla, o čem ta písnička je. Vnímala jsem, jestli je to smutná, nebo veselá písnička, ale bylo to samozřejmě trochu jiné.

[...] občas si říkám, jestli je vlastně lepší to, jak poslouchám ty písničky teď, nebo tak, jak jsem je poslouchala předtím. Bylo to takový bezstarostný. Teď už je to o tom významu – parádní melodie, blběj význam, tak to poslouchat nebudu.

Postoj rodiny byl ale v určování jejích hudebních preferencí také důležitým faktorem:

Hlavně musím říct, že mi to celkově změnila i rodina. To, že já ráda někoho poslouchám, potom to pustím doma mamce nebo tatkově a oni mi řeknou „ježiš maria, to je kravina, proč to posloucháš?“, přitom tomu nerozumí. No a pak je to takový jakože „no, tak já už to poslouchat nebudu“. [...] Je to už asi lepší, jednodušší, protože se mi daří stát si za svým názorem.

Daniel (R4)

Vyjadřoval, kdo vlastně je

Daniel v minulosti hudbu, kterou rád poslouchal, více sdílel:

[...] Určitě to nebyla tak velká část mého života. Bylo to dost takový, možná jsem tím tak trochu vyjadřoval, tou hudbou, kdo vlastně jsem. Třeba jsem hodně sdílel písničky, což teď nedělám, abych je znal jenom já. Málokomu ukážu, co poslouchám. Je to takový, jako bych žil v tom svém, jiným světě.

Introvert, sdílí s ním životní postoj

Jedním z oněch oblíbených interpretů, jež nerad sdílí, je rapper ZillaKami, na kterého narazil na sociální sítích, jelikož tam před nějakou dobou „trávil hodně času“:

Já jsem dříve trávil hodně času na Tik Toku a viděl jsem tam...projížděl jsem videa a občas jsem tam jeho jméno zahlédl, tak 2x, 3x a jednou jsem si řekl, že až přijedu domů, tak si ho pustím. No a první 3 písničky a už jsem věděl, že ho budu poslouchat ještě hodně dlouho, že mě to jen tak neomrzí. A řekl bych, že ještě doteď jsem neobjevil všechny jeho písničky.

S rapperem, jenž je podle něj „celkem introvert“, sdílí životní postoj, vyznačující se averzí vůči lidem:

Jako on je takovej celkem introvert, ale zároveň, hm, zároveň vůbec. [...] Já s ním hodně empatizuju v nenávisti kvůli lidem. On to tak nějak popisuje, že jsou vlastně všichni hloupí a já bych to taky tak řekl [...] Prostě člověk je strašná bytost.

Tento postoj vnímá i skrze jeho hudbu, v rámci které to ZillaKami „umí podat“:

Umí to podat, umí. Spíše teda v těch novějších. V těch, kde zpívá a rapuje o drogách, tak tam to málo kdo pochytí, ale jako občas se snažím ten text více poslouchat, občas si ten text čtu a všimnu si tam některých narážek, kterých jsem si nevšiml, když jsem to jenom tak poslouchal...

Motivace k činnosti

Na interpretových skladbách oceňuje rozmanitost jejich emocionálního ladění, jelikož je poslouchá při různých příležitostech:

[...] oni tam jako hodně řvou v těch písničkách, a tak jako o nelegálních věcech – vraždy, drogy a všechno možný a zároveň má ještě druhou stránku, a to jsou takový, ne, že jako úplně smutný, ale takový jako „chill“ písničky a ty taky rád poslouchám. Líbí se mi, že ho můžu poslouchat, ať už se chci namotivovat nebo jen tak jako, když si chci poslechnout hudbu.

Nejčastěji je mu ale jeho hudba nápomocná ve chvíli, kdy není zrovna v dobrém rozpoložení:

Jeho hudba mi většinou pomáhá, když trochu cítím, když jedu ze školy a cítím náznak takové, že jsem jakou unavenej, trochu smutnej, že mě to vůbec nebaví jako a vím, že mám trénink. No a mně se dříve často dělo, že když jsem tohle cítil, tak jsem si prostě řekl, že „kašlu na to“, že na ten trénink prostě nepůjdu. A když si pustím nějakou jeho muziku, když si jí pouštím postupně, nejdřív takovou tu „chillovou“ a potom stupňuju, tak se dostanu do nálady i s těma písničkama a najednou z toho smutného, unaveného jsem plnej energie a natěšenej na trénink.

Být unikátní a cítit se sám sebou

Součástí životního postoje sdíleného s rapperem je i určitý důraz na přirozené sebevyjádření primárně prostřednictvím oblékání:

Hodně se mi líbí, teď nevím, jak to přesně říkal, ale, že někteří lidé se moc snaží. Lidé, kteří si koupí neskutečný hadry a tak, tak, že vlastně nakonec se cítí mnohem hůře než člověk, kterej si tam vezme nějaký jeany, který si udělal sám nějakou mikinu a prostě bude šťastnej sám se sebou. [...] Jako já se celkem snažím, řekl bych, že mám takový unikátní styl oblékání. Trošku odlišný, občas třeba míň. Jo, jsem rád, když se cítím být sám sebou a nejsem ten, kterýho by oni chtěli mít. Takže v oblékání to občas dávám trochu znát. Ale jasně, jako nestyděl bych se někam jít v teplácích.

Stejný typ žen

Před nějakou dobou, ještě, než si oblíbil ZillaKamiho, často poslouchal jiného rappera, Lil Peepa:

Asi tak 3 měsíce dozadu jsem poslouchal Lil Peepa. Poslouchal jsem ho i dříve, asi tak v 6. třídě, ale to byly takový ty nejznámější písničky, a to poslouchal úplně každý a potom, no, všem se za to nadávalo. A mně se to potom už ani nelíbilo. Ale později jsem se do toho víc dostal, víc písniček jsem objevil. Takže jo, toho jsem hodně poslouchal.

Přes něj později objevil Lil Tracyho, kterého má „asi ještě o něco radši“. Rezonuje s ním jeho preference typu žen, konkrétně gotického stylu:

Tak na něho jsem přišel pomocí Lil Peepa, měli spolu písničky. A co se mi na něm líbí, no, mně se na něm dost líbí jeho typ žen. On to v jedné písničce perfektně popsal a to bylo, že „i need 02 goth bitch on my side“, takže to jsem si říkal, že s ním naprosto soucítím.

Hudbu nesdílí, skladby k poslechu si určuje sám

Ke vkusu ostatních se staví docela kriticky a užívá si, že sám poslouchá něco, co ostatní neobjevili:

Jo, mně se prostě líbí, že jsem jako jedinej...já jsem jako takovej trošku arogantní, občas a v některých věcech, takže když jsem jedinej, kdo někoho takovýho poslouchá, tak třeba, když se procházím nějakou chodbou, říkám si „mám tady ten nejlepší music taste ze všech“. Hodně rád kritizuju music taste ostatních lidí.

I proto k poslechu hudby užívá sluchátka, stejně tak, jako to dělal dříve:

Jo, asi jsem nejčastěji používal sluchátka. Bydlím s těma bráchama, jak jsem říkal a když poslouchám hudbu, tak nemám rád, když mě přitom někdo ruší a jakmile bych si pustil hudbu a někdo by přišel a třeba mi řekl „co to posloucháš za sračku?“, tak bych měl zkaženou náladu a už bych si to zkrátka tak nežíval. No, proto jsem si jí nahlas moc nikdy nepouštěl.

Dřív sice poslouchal to, co jeho bratři, teď už by si ale do toho nenechal mluvit:

Já jsem vlastně vyrůstal s dvěma staršíma bráchama, takže jsem byl takový jako zrcadlo, který odrazilo jenom to, co poslouchali oni. [...] Dříve ti bráchové, určitě, ale teď už bych si nenechal do toho mluvit. A potom trošku ti kamarádi, ale jinak vůbec bych už nikoho teď neposlouchal.

Eva (R5)

Hudbě se věnovala po vzoru rodinných členů

Eva se pro sebe snažila v průběhu dospívání najít způsob sebevyjádření především po vzoru některých členů její rodiny:

[...] Tím, že se někteří členové mé rodiny hudbě věnují ve volném čase, jsem během dospívání chtěla takto trávit čas taky, takže jsem začala v jednu chvíli hledat způsob, jak sama hudbu interpretovat. Nejdříve jsem hrála na klávesy, později na flétnu, a nakonec jsem zůstala u kytary.

Při zamyšlení se nad tím, jaký měla vztah k hudbě v minulosti, mi respondentka vysvětlila, že poslouchala více z rádia, protože byla „usměrňována rodiči“:

To jsem měla „Rivolovky“ a „Krysaře“, což byly prostě tři cedéčka, který mi rodiče dali jakože „povolený obsah, který můžeš poslouchat“. Byla jsem usměrňována. Brácha měl totiž svoje rádio, pařby, vypalovačky a já jsem chtěla taky trsat v tom svém pokojíčku. Tak mi rodiče dali jednu k narozeninám rádio.

V současnosti se tedy věnuje hře na kytaru, což je jí blízká forma sebevyjádření:

Já hraju na kytaru už fakt hodně dlouho. Snad 7 let. Ale nemyslím si, že su moc dobrá kytaristka, ale miluju hudbu, pomáhá mi fakt jako úplně v každodenním životě. [...] Když hraju, tak prostě můžu do toho dát kousek sebe, i když nehraju třeba něco svého. Já nemám moc talent na vytváření hudby, ale, i když hraju něco jinýho, tak se cítím tak jako uvolněněji, než bych třeba mluvila nebo tak.

Hudební vzory

I proto je jí už nějakou dobu učitel, u něhož si hru na nástroj osvojuje, vzorem:

Takhle, jako by já jsem vždycky vzhlížela k tomu svému učiteli, který mě momentálně učí. A i teď vzhlížím a snažím se mu přiblížit v různých oblastech toho hraní.

Současně si oblíbila také kytaristu Marcina Patrzalka, jehož ale vnímá na rozdíl od učitele odlišně:

To jsou dvě různé osobnosti, a i různý lidi. Učitele vidím pravidelně, vidím, jak přede mnou stojí a jak reaguje na to, co říkám a je to člověk, se kterým si můžu normálně povídat, zná mě a může mi poradit v hodně věcech. Marcin je ale vyloženě ten idol, ten, ke kterému jenom vzhlížím a ani jsem ho v životě neviděla. Je tam prostě velkej rozdíl.

Společná cesta ke kytáře

Životní příběh kytaristy a to, jak se k nástroji dostal, vnímá jako paralelu ke způsobu, jakým se dostala k nástroji ona sama:

Možná, že by jeho život mohl souviset i s mým, když to tak řeknu. Jakože ne konkrétně tady v tomhle, ale nějaká, něco by tam být mohlo. [...] Prostě k tý kytáře se taky dostal celkem náhodou, podobně jako já. Rodiče se mi cíleně snažili vybrat nějaký nástroj, aby mě donutili k hudbě. Ale taky to nebylo úplně, neřekli „ted' hraješ na kytaru“. No a zase jeho rodiče chtěli, aby měl nějaký koníček, aby se něčemu věnoval. Takže asi v tomhle, v tom začátku.

Nebojí se a je kreativní, chtěla by umět hrát jako on

Podle kytaristy si před nějakou dobou i „zpilovala nehty“, jež jsou ale v současnosti upravené takovým způsobem, aby seděly jejímu „stylu hraní“. Patrzałek je respondentce blízký i tím, že kombinuje její oblíbené hudební styly:

Je to člověk, který kombinuje klasickou hudbu a španělský techniky aaa přimíchá do toho aji trochu toho metalu, takže se tam potkávají ty mé styly, a to je prostě takovej můj idol bych řekla.

Obdivuje také jeho netypický přístup ke hře, jež je jí v mnoha případech inspirací v technice:

Hlavně tím, že se toho nebojí, tím, zvládne do toho nástroje vyloženě mlátit, to já bych si vůbec nedovolila. Ale právě jednou vysvětloval, jak to udělal, aby se mu to hned nerozpadlo. Fascinuje mě, jakože ho to napadlo. [...] Přijde mi, že je právě hodně kreativní, že ho napadají nové věci, a že se je nebojí vyzkoušet.

Jeho hudební projev je zkrátka geniální:

Jak jsme se před chvílí bavili o té technické stránce, tak to je ten logickejší stav, že když se dívám, jak mu běhají ty prsty po tom hmatníku, to je tak geniální, úžasný, že jak to vymyslel.

Dokáže své emoce dát najevo hudbou

Patrzalkovu hudební tvorbu nicméně nevnímá pouze z technického hlediska:

Občas se tam objevuje aji nějaká emoce do toho, že jako vím, proč některý skladby napsal, že třeba pro své kamarády a pak to jde fakt z toho slyšet.

Je jí rovněž blízká interpretova hudební exprese:

Jako by já jsem zkoumala hlavně prostě to, co dává na sobě jasně znát. To, co dává najevo. Úplně jsem nepřemýšlela o jeho osobnosti, mentalitě, jakože jak to vnímá, nebo tak. Prostě spíše mě přijde, že to dost vyznívá z toho, jak hraje a chtěla bych hrát jako on, chtěla bych prostě umět hrát takovým způsobem, aby ostatní lidé cítili to, co já cítím při poslouchání jeho.

Připomíná jí její životní situace, cítí vděčnost

Poslechne si jej také ve chvíli, kdy se cítí být „v podobné situaci“:

Občas si ho taky pustím, když se nějak cítím jako, když cítím, že jsem třeba v podobné situaci nebo tak. Třeba skladbu „Salt“ napsal pro ty jeho kamarády. Když si to poslechnu, tak mě napadají takové věci, co s kámošema děláme – chodíme ven, lítáme tam někde po polích. Já si na ně vzpomenu a tím, že jich až zase tolik nemám, tak jsem za ně vděčná.

Když se jí hroutil svět, nemusela to prožívat všechno najednou

Pomohla jí totiž v náročném období k emocionální rovnováze:

Jakoby pamatuju si, když jsem se necítila dobře, ono, bylo to období, kdy jsem ztratila blízkého, a to bylo dost brutální období pro mě. Jakoby ale nejsem si jistá, jestli to byl vyloženě ten moment. Bylo to období, největší puberta, všechno se hroutilo, celej můj svět. A on vydal pár skladeb a byly to takový meditativní, uklidňující skladby, které mi pomohly neprožívat všechno najednou.

Nebáli se

Nicméně předtím, než objevila Patrzalka, dostala se skrze bratra a částečně i kamarády ke kapele Rammstein:

Je to kapela, kterou poslouchal můj brácha, už když jsem byla fakt jako hodně malá. Tím jsem se k nim dostala. A spousta mých kámošů je poslouchá a poslouchala je a možná, že jsem takhle byla ovlivněna okolím.

Zaujal ji jazyk, v němž členové kapely zpívali a to, že se „nebáli hovořit o věcech“, o kterých „nikdy s nikým nemluvila“:

Takhle, mě určitě zaujala ta němčina, cizí jazyk, ale zároveň jsem tomu docela rozuměla, protože jsem si vždycky vzala slovník, a navíc jsem se potom začala učit německy, tak to nebylo tak hrozný, ten překlad. Ale, asi možná taky to, že se nebáli hovořit o věcech, o kterých jsem nikdy s nikým nemluvila. Jakože nebojí se fakt zpívat o dost kontroverzních tématech a tehdy jsem nebyla vůbec schopná tomu rozumět, to jsem neměla šanci. Ale zaujalo mě, že se tím někdo zabývá, že se to nebojí dát na internet.

Vyjádření pocitů a jiný význam skladeb

Navíc jí jejich hudba pomáhala k emocionální rovnováze, k vyjádření vlastních pocitů:

Občas se stane a stalo, že jsem to v sobě dusila, jakože „ted' na to není vhodná chvíle, nemůžu se takhle cítit“, ale když jsem si pustila Rammsteiny, tak to bylo „ted'kom to ze sebe dostanu, ted' to ze sebe vykřičím“ a jako by v některých skladbách je tam taková touha po něčem, co úplně nedokážu vyjádřit, ale takové jakože, to jde prostě ruku v ruce s takovým vyjádřením, je to jako by byl člověk připoutaný na řetězech a vyskočil z toho. Takže tak nějak jsem se občas trochu cítila a pomohlo mi to se zase zorientovat v těch mých pocitech.

Protože dříve méně rozuměla textům, dneska v jejich hudbě vnímá jiné významy a poslouchá je při jiných příležitostech:

Jednak jsem začala chápat, o čem vlastně zpívají, proč to vlastně zpívají a význam těch skladeb, a tak. Jsem schopná si představit, jak by to mohli vnímat oni z toho jejich úhlu pohledu, ale emočně a psychologicky mě to furt zůstalo jako takovej způsob, no, buď na uklidnění nebo na vypuštění všeho. Mají tam jak pomalý, tak rychlý písničky. Když se vlastně nad tím tak zamyslím, tak jsem to začala poslouchat k jiným příležitostem. Jakmile jsem se naučila vnímat význam těch slov, tak to bylo prostě, už jsem to necítila možná jakoby stejně. Jsem schopná si vzpomenout, co jsem cítila, ale ted' už to není v souladu s tím, co v té písničce stojí. Takže ted' už vím, že když zpívám, tak zpívám něco jiného, než jsem si myslela.

Psychologicky vnímá hudbu ale pořád stejně

Později si osvojila poslech ze sluchátek, když se někam přesouvala, ale ten následně omezila:

Eva: No, dříve jsem hodně poslouchala, ale jednak se mi rozbily sluchátka a taky jsem zjistila, že když někam jedu, tak se musím soustředit na to okolí, že musím být obezřetná. Už se mi stalo, že mě něco hrozně vylekalo, protože jsem se zrovna zaposlouchala.

Já: Takže si tenhle způsob poslechu omezila?

Eva: Jo, no, jako jo. Při cestování. Když jsem třeba v autě, tak pořád poslouchám, ale jakmile je to hromadná doprava, nebo někam jdu, tak prostě ne.

Nyní se mění pouze její logické nahlížení hudby:

Psychologicky, myslím si, že hudbu vnímám pořád stejně, ale rozvinulo se to v tom, že když hraju a mám pořád hodiny, chodím na ZUŠku, tak se o hudbě dovidám prostě nové věci a trochu to mění pohled na ni. Je to ale spíše z takového logického hlediska. Ehhhm, třeba způsob, jakým bych to zahrála, hudební teorie. Psychologický náhled se ale jako úplně nemění.

Fillip (R6)

S hrou na kytaru u něj nastal boom

Filip započal „sám ve větším konzumovat“ hudbu v momentě, kdy se rozhodl naučit se hře na kytaru:

Právě ten největší boom u mě byl ve chvíli, kdy jsem začal hrát na kytaru..., takže je to hodně i přes ten nástroj. Začínalo to tím, že jsem hrával takové ty lehčí písně, takový ty devadesátkový grungový věci a skrze to se hudba ke mně nejvíc dostala. A potom jsem to začal i sám ve větším konzumovat.

Poslechne si i rap

I přesto, že preferuje poslech rocku 60. a 70. let, v určitém rozpoložení si poslechne i jiné hudební styly, například rap:

[...] právě, že když jsem tak jakože v pohodě, tak rád poslouchám rapové, hip-hopové věci.

Právě rapper Ye (dříve známý jako Kanye West), jehož hudební tvorbě dal jednoho dne „šanci“, je jeho aktuálně oblíbeným interpretem. Nejprve jej vnímal ale odlišně, spíše mimo oblast hudby:

Vždycky to pro mě byla akorát kontroverzní osoba, která byla akorát na sociálních sítích. Spíše takový designér, o kterém jsem věděl, že dělá hudbu, ale jako tak rok, dva zpátky. Nevím, s jakým albem to bylo, ale dal jsem tomu šanci, protože jsem předtím rap úplně nebral, a právě ten Kanye je takový, že ta hudební složka je hodně taková melodická, a to mě na tom bavilo.

Kreativita, kterou nikdo jiný nemá

Na rapperovi jej oslovuje, že svůj žánr otevřel experimentování:

Taková ta jeho fakt autentická kreativita, kterou nikdo jiný nemá a prostě to hraní si se zvuky i v tomhle žánru, že předtím to prostě bylo hodně o té poetičnosti, o tom textu a najednou on tam přišel a začal s tím tímhle způsobem experimentovat. Tak tohle by se mi líbilo, kdybych něco takového dokázal.

Jeho hudbu poslouchá, když se zrovna nachází v kreativním rozpoložení:

[...] řekl bych, že ho poslouchám v nějakých jako více nabuzených náladách, kdy se cítím živěji nebo kreativněji, což určitě nemám každý večer. Takže možná, že asi večer po dni, který byl vydařený, který byl něčím specifický.

Pomocnou ruku hudby obecně spatřuje právě v probuzení kreativity:

[...] možná i takový nějaký impuls k přemýšlení nebo kreativitě, že často, když je ticho, tak se nemám k ničemu jinému než bytí na sociálních sítích, ale když si pustím hudbu, tak začnu cítit nějaké pohnutky k tomu něco dělat – hrát na nástroj, kreslit, cokoliv.

Je svůj, nedbá na mínění ostatních

Rapperovo sebevyjadřování je respondentovi také inspirací, byť zde pro sebe vnímá jisté hranice:

[...] je vlastně strašně svůj. Jako, asi bych nechtěl být v takové míře, jak je on, ale myslím si, že si z toho člověk může hodně věci vzít.

Oceňuje především jeho „nebojácnost v názorech“:

On je prostě odlišnej od všech jiných lidí. Říká přesně, co si myslí, takže občas je to, no, nejsou to třeba dobré věci, ale zároveň dokáže říct tolik pointů, které by si lidi, jak nedovolili říct nebo ani neuvědomovali, takže to mě na té jeho osobně nejvíc fascinuje. [...] Jde o to, že mu je docela jedno, jak ostatní lidé vnímají to, co říká. Příliš mu na jejich názoru nezáleží a stojí si za tím tak jak tak. Je to taková ta nebojácnost v jeho názorech, kdy mu je jedno, že je to úplně proti proudu názoru většinové společnosti. A právě, že to stání si za svými názory a nebýt ovlivněn společností, to je to, co mi na tom přijde super.

Upřímná reakce

Na hudebníka si vzpomene ve chvíli, kdy postřehne upřímnou reakci někoho jiného:

Občas, možná při nějaké upřímné reakci, že se mi vybaví, že někteří lidi by prostě na to reagovali přesně tak, jak to cítí a u toho se mi určitě někdy vybavil. Teďka si nemůžu vzpomenout přesně na ten moment, ale vím, že se mi to nedávno stalo.

Oddělit autora od jeho hudby, silná osobnost

Nějaký čas teď jeho skladby ale neposlouchal, protože se mu nedařilo oddělit „autora od jeho hudby“. Domnívá se, že je to „hloubkou“ umělcovy osobnosti, která je „prezentována na veřejnosti“:

U spousty ostatních rapperů, i když o nich člověk ví spoustu věcí, tak je to většinou něco o vztahu nebo o tom, že vydali nějaký nový boty, nějakou kolaboraci. U něj je to o dost hlubší. Není to jenom zpěvák nebo muzikant, ale i svým způsobem filozof, vizionář a v tom to asi bude. Normálně, u jiných zpěváků a umělců, ta jejich osobnost není tak silná, aby na to bral člověk ohled, když poslouchá tu jejich hudbu.

Spojuje si je s otázkou duševního zdraví

Před nějakou dobou si ale oblíbil také kapelu Black Country, New Road, jejichž hudba mu dopomáhá k emocionální rovnováze:

Protože to je takový ten londýnský post-punk, taková jistá, no, nevím, jak to úplně vyjádřit, ale taková jistá surovost v tom je, kterou si dokážu oblíbit u toho, že to nejsou jen krásné zvuky, vyštelované ve studiu. Navíc, oni všechno nahrávali live, tak v tom, jak je to upřímné, tak mě to uklidňovalo, řekl bych. Ono, i když to není úplně uklidňující hudba v tom, jak to zní, může to být totiž tvrdý, ale mělo to na mě takový uklidňující efekt, právě.

Mimo hudební poslech, když prožívá „nějaké ty úzkosti, deprese“, si vzpomene na frontmanův životní příběh:

Já k tomu mám takovej vztah, protože ten jejich frontman a hlavní textař, tak z důvodu mentálního zdraví odešel z té kapely ještě předtím, než se vydalo druhé album a řekl bych, že to je jeden z těch důvodů, proč tak silně vnímám ty jejich texty, protože člověk za tím najednou poznal to pozadí, že to ten člověk myslel opravdově, když to psal, že to nejsou jen nějaké umělé věci.

Období The Beatles

Ještě, než se dostal k těmto dvěma interpretům, oblíbil si Filip kapelu The Beatles:

Už docela dlouho a vlastně to pořád asi probíhá. Měl jsem takové období, kdy jsem strašně žral The Beatles.

S kapelou a jejími členy byl seznámen prostřednictvím sourozenců, ale nevnímal je vždy stejně:

Já vím, že když jsem byl mladší, to mi bylo asi 10 let, tak jsem je bral jako takovou kapelu, kterou poslouchají starší lidi a všichni jí berou jako klasiku a znal jsem jenom „Let it be“ a myslel jsem si „no, taková obyčejná kapela, která je z nějakého důvodu opěvována“. Ale potom jsem viděl, že můj bratr nebo má sestra to poslouchali, a tak jsem si řekl, že to taky zkusím. A právě jsem si poslechnul „Strawberry Fields (Forever)“ a hned se to ke mně dostalo, začal jsem si to užívat.

Otevřenost, nebát se přijímat nové věci

Na jejich hudbě obdivuje rozmanitost prvků mnoha stylů a na textech „myšlenky, které absolutně změnily vlastně nejenom hudební průmysl, ale celou kulturu v těch 60. letech“. Protože tehdy kapela „propagovala takovou tu otevřenější atmosféru vůči všemu“, a protože vyrůstal v „konzervativním prostředí, kde lidé moc věci nepřijímali“, věří, že byl díky tomu více „open-minded“:

Mě to vlastně možná docela naučilo, to období, kdy jsem je začal poslouchat mám spojený s tím, že jsem začal být takový více otevřen těm věcem. Vlastně čemukoliv, že jako nezůstávám uzavřen jen v jednom názoru, v jednom pohledu na věc, ale snažím se to vidět vždycky z více stran. No a mám pocit, že oni to taky tak měli. Čtyři silné osobnosti a každá to viděla jinak, každá píseň zněla jinak. Není to prostě jen jeden žánr, byla tam spousta žánrů, nebáli se experimentovat a nebáli se přijímat nové věci.

Hudba byla spíše zábavou

Dříve Filip vnímal hudbu „jednodušeji“ a méně rozuměl textům:

Asi jsem to více vnímal jednoduše. A více to, co se mi líbilo na první poslech. Masivní přehrávání a rozhodně jsem tolik nebral texty písní, neuměl jsem tolik anglicky, takže to hlavně bylo o té hudební stránce.

Zároveň pro něj byla hudba spíše zábavou, něčím „na co se dalo tancovat, řvát“. Také méně užíval sluchátka a upřednostňoval hudbu s vizuálním doprovodem:

Asi jsem poslouchal více z reproduktoru a byly to takový „youtubový“, no, s klipem. Když jsem začínal, potřeboval jsem mít i to vizuální hledisko.

Chtěl se odlišit, proto si dnes hledí svého

Navíc jeho hudební preference do určité míry usměrňovali vrstevníci a částečně přejímal postoje k hudbě rodinných příslušníků. Nyní si ale určuje hudební vkus sám:

To jsme tak jako se spolužáky poslouchali podobný věci a později přišlo období, kdy jsem chtěl poslouchat právě cokoli jinýho, než co poslouchali druzí, abych se nějak odlišil. Na jednu stranu jsem s nimi poslouchal tohle, na druhou jsem nadával na rap a říkal, že je metal lepší, což jsem taky trochu měl, no, určitě od bráchy a bratrance. No a teďka si už hledím svého.

Hana (R7)

Skrze hudbu vnímá sebe samu

Pro Hanu představuje poslech hudby „podkres každodenního fungování“, který jí pomáhá v sebevyjádření: „asi se dost bojím v některých momentech ticha, jakože když někde funguju“. Hudbu poslouchá „vlastně všude“:

Mám to tak, že v mojí hlavě, když třeba někam jdu, z bodu A do bodu B, tak si vždycky nastavím nějakou náladu. V ten moment, jak já chci působit na okolí, tak takovou hudbu já si pustím a takovým třeba i rytmem já jdu. Je to hodně o tom, jak sebe samu vnímám.

K poslechu používá sluchátka: „nebo jako asi si to nedokážu představit, že bych šla z nádraží do města a neměla bych puštěnou hudbu...to je jako divný“, ale hlasitá hudba je jí rovněž vlastní. Nerada ale poslouchá nahlas ve společnosti jiných, protože by se cítila „hloupě“:

Já mám ráda hudbu hodně nahlas. Mě se to jako, protože já jsem z prostředí., no, když jsem byla malá, tak jsem žila v Itálii, takže jsem z prostředí, kde ta hudba je nahlas a je jako všude a pořád a je dost intenzivní. Pustím si ale hudbu nahlas, jen když jsem sama v prostoru, protože se cítím tak jako hloupě. Proč bych si měla pouštět hudbu nahlas jako před někým.

Imponuje jí, když je to pro toho člověka úplně nejvíc

Na hudebnících, potažmo na jejich tvorbě oceňuje jedinečnost a surovost podání, prozrazující interpreta, který té hudbě dává víc:

Mně strašně imponují umělci, kteří té hudbě dávají víc, než třeba mají jako dobrý prostředky k tomu elektronickému zpracování. [...] Strašně ráda poslouchám ale hudbu, kde je surovej hlas nebo nějakej ten dobře ovládanej hudební nástroj [...] Když vím nebo někde slyším, že to dělá někdo jinak, tak to mě taky dost imponuje.

Je ráda, když někdo tu hudbu dělá jinak a je v tom úplně šílený, pak v ní hudba vyvolává velké emoce:

Mám ráda takovou tu živou hudbu, kde je slyšet, že jsou v tom ti lidi úplně šílení a já si můžu představovat nějaký spocenej bar ve Španělsku. [...] Mám ráda, když mi ta hudba působí nějaký velký emoce.

Podobné kvality vnímá v hudbě jí oblíbeného šansoniéra Jacquese Brela, jehož pro sebe objevila díky dědečkově sbírce vinylových LP nosičů. Sice je to spíš básník, ale hrozně tím žil:

Jo, tak jako on je spíše takovej básník, i když já francouzsky neumím, což mě docela mrzí. U něj jde cítit, on je prostě jako Edith Piaf. Hrozně tím žil, a to tam je cítit. Mám to tak i s výtvarným uměním, když cítím, že je to pro toho člověka úplně nejvíc, tak mi to imponuje.

Pokorný, dokáže jeho hudbu prožívat

V jeho osobnosti spatřuje člověka „pokorného, že jako ví, že je dobrej, ale nějak to jako nezveličuje“:

No, jakože vnímám ho jako takovýho, když jsem o něm četla četla různě, napříč všemi umělci, co já poslouchám, tak jsou spíše takoví jako. Přejde mi, že ze sebe nedělají jako nějaký hvězdy a celebrity, tak to nemusím prostě. Ono jako, je přirozené, že to člověka změní, ale pak už to jde do extrémů a současný celebrity, i když by tu hudbu měly dobrou, tak mě odrazují tím, co ze sebe dělají a myslí si, že jejich názory jsou jenom proto validní, že mají kolem sebe clout. Takže ho vnímám jako takového pokorného, že jako ví, že je dobrej, ale nějak to jako nezveličuje. Všechno, co s ním vyšlo, tak bylo vidět, že, i když byl jako fakt hodně na vrcholu, tak nikdy na mě nepůsobil tak jako, že by. Ještě v té jeho době, protože tam byly fakt hvězdy.

I když nerozumí textům jeho písní, které jsou spíš mluvené než zpívané, líbí se jí, že ty texty nesou emoci, kterou Brel prožívá:

Mě se tam líbí to, že on víc, než zpívá, tak skoro jako mluví a už jenom to, že mu nerozumím a stejně ho poslouchám. I když vlastně víc než vokálně pracuje, tak spíše mluví a nějak to prožívá, tak to se mi na tom líbí. Ty texty mají vlastně emoci, i když jim nerozumím. A to je to samé pro mě i s hudbou, kde není ten prvek textu. Poslouchám to, i když to pro mě nemá žádný příběh.

Jeho hudba jí působí radost, i když zní někdy melancholicky a střídají to teatrální gesta. Toto platí ostatně i pro „ty klasický skladby, už jenom tím, jak geniálně jsou udělaný a jsou naprosto tragický, smutný“:

[...] ač by to znělo někdy sentimentálně nebo jako melancholicky, je to takový, že když ta písnička hraje, tak se to někdy zpomalí, potom začne jako by až křičet, je to takový až teatrální a na mě to působí jako – na jednu stranu hrozně radostně, protože jak jsem říkala, mě imponují lidi, co jsou v tomhle geniální a je to prostě úplně jinde. Mě to teda působí radost, i když ta hudba zní melancholicky.

Jistota v poslechu

Zároveň pro ni Brelova hudba představuje určitou „jistotou“ ve chvílích, kdy neví, co si zrovna poslechnout. Ví totiž, co od jeho jednotlivých skladeb čekat, a to se jí líbí:

U něho vím, v něm cítím takovou jistotu, třeba stejně, jak s tou kapelou, že vždycky, že vím, co mám čekat. To je totiž pro mě taková ta věc toho komfortu, že vím, že mě nějaká písnička zrovna v tu chvíli, že se mi líbí. Ono je vlastně zajímavý, že jsou moji nejoblíbenější, ale poslechnu si je tehdy, když nevím, co zrovna poslouchat.

Sebevědomí v tom, co chce poslouchat, opora v temných chvílích

V období, kdy se její hudební vkus spíše řídil hudebním vkusem ostatních vrstevníků, si prostřednictvím interpretovy hudby uvědomila, že se nemusí svazovat preferencemi vrstevníků a poslouchat hudbu, jež je sice populární, ale která se jí nelíbí:

Já vždycky byla jako „českej rap, fuj, ježiš marja“. A nějak jsem to začala loni poslouchat. A najednou jsem si všimla, jak se ke mně lidi začali chovat, po tom, co jsem to začala poslouchat. Prostě někdy jsem si něco pustila a teď najednou byly ty reakce pozitivní: „to je jako super, že posloucháš rap, teď bude koncert v Sku, tak tam jako půjdeš ne“ a já: „jo, to víš, to je jasný“. A potom, když jsem si uvědomila, nebo jako, když jsem nabrala sebevědomí v tom, že to vlastně poslouchat nemusím, když se mi to nelíbí, každý si přece může poslouchat to, co chce, tak mi tím víc se vytvořilo to, že ho mám fakt ráda, protože jsem si k tomu našla to, že je to opravdu to, co chci poslouchat.

Brelova hudební tvorba jí byla rovněž oporou v náročných situacích, „v nějakých temných chvílích“, „třeba ve chvílích, kdy jsem měla nějaký stres“ nebo tehdy, když si „myslela, že už to jako nepůjde“. Pomáhala jí, když se necítila a ztrácela sebevědomí. Obavy z toho, jak ji vnímají druzí, mívá dodnes:

Vím, že jsem tu hudbu poslouchala i v době, kdy jsem se necítila s jídlem nebo jsem měla prostě nervy se sebevědomím, s tím, jak mě budou vnímat ostatní. Doteďka mám jako takový to, že se snažím vypadat co nejlíp před kýmkoli a mám trošku strach to nějak to...

Nyní se již nechce brát tak vážně, získala nadhled

Když jsem se Hany zeptal, jestli do jejího postoje k hudbě zasahovaly i postoje druhých lidí, souhlasně přikývla a dodala:

Oblékání, hudba, tetování. V té hudbě hodně, protože ať už jsem někdy zaujala postoj „teď jsem proti všem, protože všichni poslouchají to“, tak jsem v sobě měla to, že jsem chtěla s nima sdílet to, co poslouchají, takže. A už jenom to, že děda mi ukázal desku, tak to už je taky ovlivnění, žejo. Uzavírat se do něčeho, sice to taky někdy dělám, ale je to jako hloupý.

Hudbou už moc emoce neřeší, spíše se nechá inspirovat a pozitivně naladit:

Dříve bych řekla, že [mi hudba pomáhá] ve zpracování nějakých emocí, ale teď už to mám spíše tak, že když něco řeším, tak mě to spíše odvádí od toho. Ale pomáhá mi to třeba, že když něco tvořím, tak jako inspirace, si myslím. A taky, asi mám lepší náladu, když něco poslouchám.

Když se cítila špatně, s hudbou se v tom utápěla ještě víc a litovala se, teď už se nebere tak vážně:

Strašně jsem se litovala a utápěla se v tom. Protože já, když jsem se cítila špatně, tak jsem udělala přesně to, co by udělal každý – pustila jsem si něco smutného a to se mi ta písnička ani nemusela líbit. Bylo to jakože „mám strašný deprese a teď jako to...“. To už nedělám, nechci se brát tak vážně, takže jsem jí vnímala opravdu jinak. Hlavně s těma negativníma emocema. Byl to v tu chvíli prostředek, jak se litovat. Jo a taky jsem používala jiný sluchátka! Potřebovala jsem Airpody, protože byly cool a přitom mě vůbec nevyhovovaly. Bylo mi ale blbý nosit ty přes hlavu.

Později totiž získala určitý nadhled:

Já si myslím, že určitě, že tam vznikl nadhled, ale jako úplně nad vším. I nad těma blbejma situacema v hudbě, i v poslechu. I vlastně nad tím, jak mě lidi hodnotí, protože tehdy jsem si myslela, že mě hodnotí na základě toho, co poslouchám.

Ivo (R8)

Hudbu vnímal prostřednictvím tance, už mu nepřinášela nic pozitivního

Ivo byl odmala součástí profesionálního tanečního uskupení a v té době byl v poslechu ovlivňován především okolím, vrstevníky:

Tím, že jsem neposlouchal hudbu sám, jako, že bych si řekl „teď si jí pustím“, tak v podstatě na mě měly extrémní vliv ty písničky, co poslouchali lidé kolem. Ať už to byli kamarádi, protože každou chvíli někdo přiběhl a „pojď sem, to musíš slyšet!“. Byla to jediná hudba, kterou jsem aktivně poslouchal. Takže na mě měla vliv fakt velkej.

Hudbu poslouchal velmi intenzivně jako součást tanečního tréninku, až z toho byl „přeposlouchanej“:

My jsme to slyšeli vždycky z repráku, který byl asi 2 metry ode mě. Když už bylo po tréninku, tak jsem byl tak rád, že tu hudbu neslyším. Já jsem nemohl ani s rodinou koukat na muzikály. Mě by z toho prostě hráblo. Ale jasně, třeba Mamma Mia jsme viděli několikrát, proto si to pamatuju, žejo, ale už jsem toho byl přeposlouchanej. Když jsem zaslechl nějakou znělku, tak jsem musel jít do jiný místnosti. Potřeboval jsem ticho nebo normální lidskou mluvu.

Trénování choreografií na skladbách, které byly v té době velmi populární a často se hrávaly v rádiích, později narušilo jeho vztah k hudbě:

Tak jsem potom strašně dlouho nebyl schopen poslouchat písničky vůbec. Zvláště takový ty z rádia, protože tam jsou vždycky ty trendy, trendový písničky a přesně na ty se tančí, žejo [...] A po dvou letech, kdy jsem si uvědomil, že to mám opravdu už jenom jako povinnost a nic pozitivního mi to nepřináší, tak jsem to prostě stopnul a utnul jsem to úplně. [...] Takže jo, neposlouchal jsem vůbec, snažil jsem se tomu dlouhou dobu vyhýbat.

Pokorná a vděčná, má nadhled

Jako významnou hudební interpretku považuje zpěvačku Adele, byť mu její hudební tvorba není až tak blízká:

Vnímám jí ale jako člověka, kterého znám, protože je zpěvačka. Její hudba mi ale nijak zvlášť neimponuje, ani neimponovala. Má určitě krásnej hlas, to nepopírám, ale žánrově se to schyluje k té melancholii, k takovým hlubším prožitkům, a to já v té hudbě nevyhledávám.

Adele pro sebe objevil pomocí filmového snímku *Skyfall*, k němuž zpěvačka nahrála ikonický single. Později si o ní začal dohledávat informace na internetu, a tak se mu částečně rozkryl její životní příběh. Velmi si cení zpěvaččiny ohleduplnosti vůči blízkým, kteří nejsou vždy součástí její popularity:

Jo a ještě, co se týče jejího syna, to je taky velice zajímavěj příběh, kdy ona se vlastně rozvedla s tím svým manželem, ale dokážou naprosto klidně – skoro o tom nejdou dohledat články, což si myslím, že je taky vítězství. Fakt se dokázali i přes nějaký svý osobní spory nad to relativně povznést, a i když k tomu měli ty prostředky, tak na sebe neházeli špínu, nedělali z toho nějaký drama, což si myslím, že bylo strašně důležitý zvlášť pro toho syna. Dnešní celebrity právě při takových choulostivých věcech dost často tu špínu na sebe vytahují a vůbec u toho nemyslí na své děti, což si myslím, že je strašně nezodpovědný a hloupý. A na tohle ona prostě přišla.

Proto je pro něj interpretka příkladem slavného člověka, který „dokáže vybalancovat ten profesní a osobní život“:

Spousta lidí se vymlouvá na to, že jako oni (celebrity) jsou slavní, že ta média mají v tom životě pořád, že nemají na výběr. Není to asi jenom Adele, ale přijde mi v tomhle prostě výrazná, je jedna z nejvlivnějších hudebních osobností tohoto století, žejo. Přesto dokáže vybalancovat ten profesní a osobní život a netahat to mezi sebe a své vztahy, což je určitě umění v rámci jejího postavení.

Na Adele si rovněž cení pokory, s níž ke své hudební kariéře přistupuje. S tou podle osmého respondenta úzce souvisí vděčnost (nejen) za fanoušky, kteří k popularitě interpretů přispívají, a která tak často chybí „moderním celebritám typu influenceři, youtubeři, kardashienky“:

Ivo: Pokora a respekt – to jsou pro mě její klíčový vlastnosti. A ještě nějakěj nadhled, řekněme, který získala díky svému postavení. Dokáže mít nad věcma nadhled a zároveň ho ale nezneužívá a nepovyšuje se.

Já: Řekl bys, že jsou ti tyhle vlastnosti něčím blízké? Že by sis je sám rád jednou osvojil?

Ivo: Určitě! Myslím si, že by mi to moc prospělo, protože, zvláště, co se týče nadhledu, tam totiž ještě nejsem moc daleko. Zase si ale říkám, že je dobrý vidět lidi, který ho maj, být s nima ideálně v osobním kontaktu a pokud ne, tak alespoň, co se týče těch vzorů, idolů.

V současnosti se k poslechu vrací, oblíbené interprety ale nemá

Ivo mi nejprve vysvětlil, že k hudbě obecně přistupuje jako k druhu odpočinku, u kterého dokáže „vypnout“:

Hudba je pro mě prostředek, jehož jsem jenom konzument. Nemusím do toho nic dávat a jenom dostávám, a to je pro mě povznášející. Nemusím nijak zvlášť reagovat, ani se soustředit. A tím, že neznám texty, tak nad tím nemusím ani přemýšlet. Je to prostě jenom druh odpočinku, ať nemusím být úplně v tichu. Dokážu u toho vypnout.

Proto si v současnosti nechává hrát „úplně náhodný, zapomenutý písničky“:

A v tuhle chvíli mám k té hudbě postavení takový, že neposlouchám žádný konkrétní autory a normálně mám Apple Music a tam je prostě funkce „rádio pro tebe“. Tam si nechávám hrát úplně náhodný, zapomenutý písničky, který, u kterých neznám autora, ani neznám překlad, text, protože je to teď nějaká španělština, portugalština, takže tomu vůbec nerozumím. Akorát tam potom kliknu, jestli se mi to líbí nebo ne, a to právě ovlivňuje to, co mi to nabízí dál, takže nad tím nemusím moc přemýšlet.

Hudbu poslouchá i proto, že mu dokáže zlepšit náladu, dokáže si ale představit, že je to jen proto, že na svůj problém zapomene:

Myslím si, že mě to hodně dokáže ovlivnit, co se týče změny nálady. Přijde mi, že když jsem smutnej, tak, no, neříkám, že jsem po doposlouchání šťastnej, ale vnímám, že mi v tomhleto dokáže pomoci. Ale nejsem si úplně jistý, jestli je to přímo tou hudbou nebo jenom tím, že prostě nejsem v tom problému a dělám něco jinýho. Takže možná, když bych šel dělat nějakou fyzickou aktivitu, když bych šel prostě sekat dřevo, tak by mi to pomohlo dost podobným způsobem.

A ve srovnání s obdobím, kdy hudbu neposlouchal, protože se z ní „stala povinnost“, se nyní k poslechu hudby pomalu vrací a jeho vztah k hudbě se možná bude vyhraňovat:

Rozhodně se mi změnilo to, jak tu hudbu vnímám, prostě od toho, že to byla zábava, koníček, se mi z toho stala povinnost. [...] Řekl bych ale, že teď se k tomu postupně vracím přes nějaký jako. Člověk

je v kontaktu s hudbou pořád, žejo. Nejde hudbu neposlouchat vůbec. Dovedu si představit, že kdybychom se spolu bavili za rok, tak ti řeknu už i konkrétní interprety.

Květa (R9)

K hudbě ji vedli rodiče

Květa sama hovořila o tom, že ji k hudbě vedli rodiče, přičemž to byl především otec, kdo z hudby vytvořil i každodenní rituál:

No, mě k tomu vedli rodiče, hlavně taťka. Hodně hudbu poslouchá a každé ráno nás budil tím, že pustil nějakou „vypalovačku“, takže jsme už byly nalazené na to, že je nový den.

Hudbou je neustále prodchnuto její rodinné prostředí i nyní, i když každý člen rodiny poslouchá jinou – svou oblíbenou hudbu:

U nás doma hraje hudba pořád, takže automaticky, když někam jdu, vím, že si tu hudbu zapnu v těch sluchátkách, protože jsem na to už navyklá. [...] My to doma mámě udělané nějakým způsobem tak, že zdi moc nepropouští, takže my jsme, že mamka je na repráku, já jsem na repráku, ségra je na repráku a taťka má ještě rádio a každý si „jedeme“ ty svoje písničky.

Nicméně oblibu své zpěvačky sdílí s maminkou:

No, mamka jí taky poslouchala a já že jako „mamko, ona vydala nové album“, no, a tak máme lístky na koncert!

Střelená, nebojí se a žije přítomností

Svou aktuálně oblíbenou zpěvačku Avril Lavigne pro sebe objevila prostřednictvím poslechu hudební tvorby jiného interpreta: „...já jsem poslouchala jx dna a z ničeho nic mi tam vyskočila její písnička...pustila jsem si jí a řekla si ‚jo, tu znám‘, a pak jsem si jí rozjela víc, a pak jsem si pouštěla ty její staré písničky...“ Interpretka ji oslovuje svou mladickou energií, s níž se vrhá do každého okamžiku:

Neznám jí sice natolik, abych mohla říct, jaká je, ale přijde mi, že je prostě taková střelená. Ale dobrým způsobem. I když už je starší, furt je v ní ta mladá energie. [...] Působí tak, že jde jako do každé té blbosti, vypadá, že se toho nebojí, že žije tou přítomností a chce si ten moment užít, a to se

mi na ní hodně líbí. Podle mě by to tak měl mít nastavený skoro každý. Žít teď, protože to třeba už neprožiješ za 20 let, protože tě každým dnem může srazit auto.

Trochu pomstychtivá, ale chytrá

V souvislosti s tím oceňuje, jakým způsobem prezentuje vlastní pocity v hudbě a z toho pro sebe odvozuje, jaká asi je:

Nevím, jestli si ty písničky píše všechny sama, nebo jestli jí to píše někdo jiný, ale podle mě musí být v sobě aji nějakým způsobem ublížená a taková pomstychtivá trošku. Ale jako v dobrém slova smyslu, ne, že by přijela a zabila, ale, že prostě vyčká a až se jí to bude hodit, tak vytáhne nějakou věc a zavaří tomu člověku. Že jako asi nebude úplně blbá. [...] Hlavně v tom, že jako, když ona zpívá ten text, tak mi přijde, že o tom dost přemýšlí, že je chytrá. Než aby vrátila hned někomu úder, tak jako spíše počká a pak se k tomu vrátí.

Nedá se to oposlouchat

V její hudbě oceňuje jakousi nevyčerpatelnost významů, proto také nepřekvapí, že ji hudba nejvíc pomáhá v „pochopení těch pocitů“:

Přijde mi, že každá ta písnička, i když jí slyším po osmé za sebou, že je tam pokaždé něco jiného, čeho si třeba nevšimnu, nebo mi to nepřijde důležité. Je to pokaždé, jako bych slyšela poprvé tu písničku. Podle mě se to nedá ani oposlouchat. [...] Má tam prostě ten příběh, ale ten nemusí vyjít napovrch hned napoprvé, ale když si jí pustíš znova a s něčím si to spojíš, tak ti to přijde jako úplně normální věc ze života, akorát ona tomu dala prostě jiná slova.

Dříve jí význam písni docela unikal, protože textu moc nerozuměla a hudbu vnímala spíše podle melodie:

Podle mě, když jsem byla mladší, tak jsem ani nerozuměla tomu, co říká ten text. Nebo jako rozuměla, dokázala jsem si to přeložit, ale spíše jsem nechápala, co to má předat tomu člověku. Vnímala jsem to spíše podle melodie. I když to bylo třeba o tom, že se chce někdo zabít, ale byla u toho „sluníčková“ melodie, tak jsem si „jela“ tu sluníčkovou melodii. Asi to tedy na mě působilo jinak, než to působí teď.

Právě hudební exprese Avril je to, co je jí blízké. Zároveň jí její hudba pomáhá projevit některé vlastní pocity:

A když jí poslouchám, tak uvolňuju některým svým smutným nebo našťvaným emocím cestu. Že si řeknu, že „dobré, ona to má stejně, má o tom už i písničku, takže pohoda“.

Připomíná jí její životní situace

Oslovuje ji písnička o životní situaci, kterou Květa právě prožívá a spojuje si ji s určitým očekáváním:

Je tam i jedna písnička, která mi hrozně připomněla mojí situaci v životě. Ona ještě nedopadla, ale doufám, že dopadne podle té písničky, a pak bych se cítila dobře.

Jednou už jí zpěvaččino zhudebnění životní situace pomohlo se rozhodnout:

[...] a ona tam měla jednu písničku, že když jsem byla v té situaci, tak jsem věděla, že kdybych si musela vybrat, tak se vždycky vrátím k němu, protože u něj mám už komfortní zónu. A ona tam i popisuje v té písničce, že jako měla plno těch možností, ale zůstala u té jedné, která pro ni byla nejlepší, takže mi vlastně pomohla v nějakém i tom rozhodnutí, že jako se do toho tak zaposlouchám a řeknu si „jo, to se může stát i mi“ a tak tomu předejdu.

Uklidňující, ale cítila k němu i nechuť, typický idol všech holek

Před nějakou dobou byl ale jejím nejoblíbenějším interpretem zpěvák Justin Bieber, kterého byt' zpočátku sama odsuzovala, později objevila prostřednictvím mladší sestry:

V té době jsem začínala poslouchat Justina (Biebera), po tom, co jsem jako hejtila ségru, fakt jako jsem na ní byla zlá, že jako jak může poslouchat Justina, takovou fetku. Ona totiž začínala tím, že se jí líbily jiné věci a ne to, co se líbilo mi, tak jsem se cítila ublížena. A pak jsem to začala poslouchat a byla jsem taková jako, že jsem se to bála říct nahlas, protože on byl hodně odsuzován a navíc, co mi na to řekne ségra. Ale jo, Justin mi potom zůstal dlouhou dobu.

Po tom, co odhalil část svého soukromého života, respondentce „přirostl k srdci“:

Hlavně on si vzal rychle potom tu Hailey a hlavně na tu tajňačku. Vždycky jsem ho jako poslouchala, ale jak potom vyšlo to video z té jejich svatby, že bylo jako veřejné, tak to mi hrozně přirostl k srdci. Líbilo se mi, že jsem se dozvěděla nějakou určitou část jeho života blíž.

Oslovovala jí melodičnost skladeb, jeho vzhled a uklidňující hlas:

Možná asi ne úplně tím textem těch písniček jako spíše melodií. Taky se mi líbil jeho hlas. Že i videa, kde jenom mluvil, tak jsem si uměla pustit, protože ta jeho barva hlasu byla taková jako fajn, uklidňující. Taková bezpečná jako. Ten hlas bych dokázala poslouchat při usínání. [...] Já jsem se v té době hodně hádala s taťkou. [...] Ale vím, že vždycky, když jsem pak byla našťvaná, dala jsem si ty sluchátka a poslouchala jsem ty jeho písničky. Ne ty energické, ale spíše ty pohodovější. Bylo to takové, že jsem si řekla jako „dobré“. Nemusela jsem slyšet ostatní a ten jeho hlas mě uklidňoval. [...] Navíc byl hezký, takže to byl takový ten typický idol všech holek, dalo by se říct. A pak měl všechny ty tetování, tak to bylo taky jako – to se mi líbilo!

I přesto, že jí dopomáhal k emocionální vyrovnanosti, inspirací jí tolik nebyl:

Popravdě asi úplně moc ne. Uklidňoval mě, protože to byla moje taková ta „vztekačí“ éra, že jsem jako dělala všechno pro to, abych našťvala ostatní. On mě tak jako uvnitř dokázal zklidnit, že jsem byla jako „a, pohoda“. Byl uklidňující, ale ne inspirativní. Navíc, to jeho chování – nebylo moc inspirující.

Právě chování a některé z Justinových životních voleb byly důvody, proč se Květě nedařilo oddělovat osobu interpreta od jeho hudební tvorby. Navíc jí tyto skutečnosti přinesly pocity zklamání:

Květa: Oni ho hodně odsuzovali, ale já jsem – neuměla jsem to úplně oddělit. Ale snažila jsem se oddělovat charakter toho člověka od jeho hudby, kterou dělá, protože jako, souvisí to dohromady, ale prostě v té hudbě je více těch pocitů a nikdo neví, jak přesně to bylo a každý, kdo napsal ten článek si to mohl upravit.

Já: Takže pokud to chápu správně, on byl „hudební společností“, řekněme, odsuzován za to jeho...

Květa: Jo, chování, jakože nemůžeš poslouchat někoho, kdo způsobil bouračku a je „fetka“.

Já: Jasně. A ty si vlastně zmínila, že si jeho samotného později začala více vnímat skrze to zveřejnění svatby s Hailey a i to, jak vlastně „oficiálně“ poodkryl tu minulost s drogami.

Květa: Jako asi, když jsem to zjistila, tak jsem z toho byla celkem smutná. Že jako někdo, kdo vytvoří fajn písničku, která člověku dá fajn pocit, tak z ničeho nic je ten jeho život

nalazený na něco úplně jiného. Myslím si, že to pro mě nebylo nejjednodušší, docela ho to pro mě shazovalo.

Já: Že tě to jako zklamalo.

Květa: Jo, že jsem ho „měla“ na té fajn pozitivní vlně a pak on dělal ty blbosti a tím pádem jsem měla k němu celkem i nechuť, že jsem si říkala „jako kamaráde, tak to už je dost“.

Dnes k němu ale cítí také lítost:

Jako, asi furt vnímám ten jeho hlas, když ho slyším jako uklidňující. Dává mi takovou tu euforii v těle, ten dobrý pocit. Ale pohled na něj mám jako asi i více lítostivý. Předtím jsem si to vůbec neuvědomovala – to, že ho pořád fotili pomalu na každém kroku a tím pádem tam začal ty drogy, aby uklidnil sám sebe. Takže mi teď přijde, že byl celkem chudák, ale předtím jsem si to neuvědomovala. Cítím vůči němu lítost.

Poslech je pro ni soukromý, ale už ho umí i sdílet

I přesto, že se ne vždy ráda o svou hudbu dělí: „[...] ale já to takhle nerada před něma pouštím. Beru to jako své soukromí, hudbu si pouštím podle své nálady a najednou by to bylo takové, jakože se musím dělit o to, co cítím“, později se ale naučila sdílet poslech s ostatními a dodnes s kamarádkami diskutují o svých oblíbených písních:

[...] taťka a jeho kámoši. Ti byli jakože „Justin, to ne snad“. To bylo asi nejvíce hejtů, co jsem na něj slyšela. Ale já jsem to jako dokázala pak prostě ukázat ostatním, co poslouchám a co se mi na tom líbí a naučila jsem je to poslouchat i v moji přítomnosti. A doteď, s holkama, my si ukážeme písničku, pustíme si ji a pak si to navzájem zhodnotíme, jestli se nám to líbí nebo ne. Takže já, když jim pustím písničku, která se mi fakt líbí, je má oblíbená a ony mi pak řeknou, že se jim nelíbí, tak je to takové pro mě –, že nad tím pak začnu přemýšlet víc, že jestli je ta písnička fakt tak dobrá, nebo jestli jí už mám tak naučenou, tak naposlouchanou, že se mi líbí prostě automaticky.

Leontýna (R10)

Cítila se jako já, otevřela se sama sobě

Pro Leontýnu nastal ve vnímání hudby zlomový okamžik, když jí bylo 12 let, potom, co zhlédla dokument zachycující životní příběh Freddie Mercuryho: „já jsem potom začala vnímat hudbu

jinak po tom, co jsem viděla *Bohemian Rhapsody*“. V té době chodila na základní školu, kde se „v okruhu místních děcek“ „nikdy necítila úplně v celku“, jakože by tam „zapadala“:

Potom jsem teda viděla ten film a zaujaly mě ty zvonáče, bundy a do toho ta hudba a něco se ve mně rozzářilo. Nedokážu to popsat, ale bylo to úplně super! Vyšla jsem z toho kina a byla jsem úplně „wow, to je husté“!

Vyčlenila se z preferencí, sdílených jejími vrstevníky, a změnil se tak její vztah k hudbě, ale i k ní samotné:

Cítila jsem se jako já, když jsem to poslouchala, protože v okolí, na té základce holky poslouchaly tu Taylor a popík, prostě to, co jelo v té době. A já jsem nějak unikala z téhle velké bubliny. Neříkám, že to bylo špatně, ale já jsem se díky němu tak nějak začala více otevírat sama sobě.

Našla díky němu svou cestu

Uvědomila si, že na Mercury m jí oslovuje jeho celková sebe prezentace, která jí pomáhá odkrývat její vlastní osobnost, a to konkrétně i tvořivé využití:

[...] jsem začala zjišťovat, že se mi líbí ta extravagance, a že se mi líbí, když se ten člověk prostě nebojí. [...] Líbilo se mi, jak byli jako tým sehraní. [...] Myslím si, že to ve mně zažehlo ten osobní rozvoj tvořivosti, že jsem začala experimentovat s různými technikami, co se týče fotografie. Takže si myslím, že mě to ve vztahu k umění nějakým způsobem ovlivnilo. A líbilo se mi, že se fakt nebáli, že zkoušeli.

V současné době je pro ni ale důležité něco již jiného: „neinspiruje mě to asi stejně, jako mě to inspirovalo v minulosti“, ale Mercury zůstal součástí jejího (nejen) hudebního světa:

Tak to byla moje éra retro a furt jí mám, furt se mi líbí ta hudba. [...] V minulosti jsem objevila tenhle styl díky němu, ale nikdy jsem se neoblékala přímo za účelem, abych vypadala jako on. Je to spíše o tom, že já díky němu našla tu svou „cestu módy“.

Ženské sebevědomí

Svou aktuálně velmi oblíbenou interpretku Lanu Del Rey objevila díky své kamarádce: „tak nějak jsme si k ní potom obě našly společně cestu.“ Lana ji oslovuje především jako žena se

sebevědomým vystupováním, díky kterému si respondentka dnes uvědomuje, že má život „ve vlastních rukou“:

Já ji hlavně poslouchám, protože mi dává nějakým způsobem to ženské sebevědomí. [...] Jak jsem ti říkala, že jsem ve 14 vůbec nevnímala, že jsem jako žena, a že vlastně můžu mít moc. [...] Uvědomila jsem si, že já, jako osoba, mám moc a můžu si vybrat svůj vlastní život. Můžu být sama, pokud chci a můžu být s někým, pokud budu chtít. Mám svoji moc si to vybrat.

Vyjádření „ženského sebevědomí“ u interpretky vnímá primárně v oblasti tělesného sebeobrazu, resp. sebe prezentace a oblékání. Zdůraznila, že se mnohdy sama bojí, co si o jejím oblečení řeknou ostatní, a že právě v tomhle je jí Lana Del Rey oporou:

U té Lany to беру tak, že se například obléká tak, jak to cítí. Ukazuje své ženské křivky, a to mě strašně podporuje, no, inspiruje mě to. Nebojí se tohle ukázat, vyjádřit. Jak už jsem ti říkala, já mám s tímhle problém, bojím se, co si o mě řeknou ostatní. Například, když si vezmu krátkou sukni, ve které se cítím dobře, ostatní na to můžou reagovat jinak, a to mi není příjemné. Líbí se mi takové ty maličkosti na ženách, jak umí vyjádřit to své sebevědomí a dokážou jej rozvíjet. Nebojí se ukazovat i své nedokonalosti.

Sebejisté vyjadřování spatřuje také v interpretčině hudbě, konkrétně v hudebních prostředcích, které v rámci hudební produkce používá:

A právě u ní to vnímám i skrze ty písničky, to, že se nebojí. Prostě dá tam i vyty vlků, nebo to, jak se někde směje, a to se mi líbí.

Nebát se

Je si vědoma toho, že vzhlíží (a v minulosti vzhlížela) k hudebním personám, u nichž vnímá sebejistotu, různě se projevující v úrovni sebevyjádření:

[...] asi potom z toho vydedukuješ, že jsem poslouchala a poslouchám lidi, kteří měli nebo mají sebevědomí, protože já s tím mám fakt dost problém, přijde mi. I když to třeba na mě nejde znát, tak já jsem fakt „stressman“. [...] Celkově bych chtěla mít svobodu v životě a nechtěla bych být závislá na ostatních, což mi přijde, že ona taky prostě není.

Pozitivní a vyrovnaný

Další důležitou inspiraci pro Leontýnu představuje zpěvák Sting, u něhož oceňuje především emocionální vyrovnanost:

Toho poslouchám, když se cítím dobře, když chci mít v uších něco takového prostě pěkného, co mi dává tu radost nebo mi vyzdvihuje to, že se cítím dobře, protože chci, abych se cítila ještě lépe. Přišel mi takový jako vyrovnaný člověk se strašně pěkným hlasem. A celkově na mě působí dobře. [...] Inspiruje mě tím, jaký je člověk, tou jeho klidností. Vždycky mi přijde, když ho poslouchám – nedávno jsem se dívala i na nějaké „live“ video –, že je prostě spokojený.

Vnímá ho jako upřímného, člověka, který naslouchá sám sobě:

Přijde mi, že je dost upřímný člověk, že dělá to, co ho baví a nijak se do toho netlačí, což bych chtěla v budoucnu i já.

Jeho hudba v ní probouzí pozitivní emoce, které jí také dokážou dodat odvalu:

[...] a mě přináší radost a přináší mi to to, že se nebojím v tu chvíli jít mezi lidi a přijdu si – ne vyloženě sebevědomě, ale dává mi to určitou sílu, abych se cítila dobře a abych neměla sklopené oči dolů.

Navíc ji má spojenou s minulým osobním zážitkem, který je tak schopna znovu začleňovat do svého současného já:

Jakoby já ho mám spojeného s jednou osobou, takže když si vzpomenu na tu osobu, tak si vzpomenu na ten zážitek. [...] Díky té hudby si zase tu minulost potom „dávám do sebe“ a prožívám to.

Playlisty podle pocitů

Když Leontýna porovnávala svůj současný a dřívější poslech hudby, vysvětlila mi, že se dříve neodvažovala pustit si hudbu nahlas, zatímco dnes je jí „jedno, co si o tom řeknou“:

Já jsem v té době právě hodně „jela“ ty sluchátka, protože jsem v té době ještě nebyla na tom tak komfortně, abych si pustila něco, co se mi líbí, doma nahlas.

Především si ale hudbu k poslechu nevybírala podle toho, jak se cítí, jako spíše podle interpreta. V současnosti si ale vytváří vlastní playlisty, které jí „podtrhují“ náladu, v níž se nachází:

A předtím to bylo, že jsem si pustila ty Queeny a bylo mi jedno, jak se v tu chvíli cítím. [...] Teď, jak si dělám ty playlisty, pustím si to, na co mám náladu. [...] Mám to tak, že já si je ráda vytvářím, baví mě objevovat novou hudbu. [...] Je to sice většinou náhodné, ale dává mi to zároveň smysl, a proto já si z těch náhodných písní, které se k sobě nějak hodí, udělám potom playlist, který ve mně něco vyvolává. Většinou jsou to písně na stejné bázi, ale nemyslím to tak, že by byly stejné třeba rytmicky, ale je to o tom, že se při nich cítím tak, jak se cítit chci. Všechny ve mně vyvolávají ten daný pocit.

Martin (R11)

K hudbě byl veden členy rodiny

Martin byl v minulosti veden otcem ke hře na kytaru, což jej ale úplně nenaplňovalo, a tak později od nástroje upustil:

Já, když jsem byl mladší, řekl bych, že když jsem byl tak na prvním stupni základky, tak jsem hrál na kytaru. Bylo to ale takové hraní, že spíše táta chtěl, abych se na to učil. Chodil jsem někam do hudebky, kde mě učili hrát etudy, takže mě to moc nebavilo. Teďka už teda nehraju, i přesto, že bych chtěl začít, takže možná, že se k tomu někdy dokopu.

Nyní se tak považuje z větší části za posluchače preferujícího „starší“ hudbu, protože mu přijde mnohdy „kvalitnější než ta aktuální“. Pod pojmem „starší“ má na mysli jednak hudbu klasickou, jednak hudbu 70. a 80. let, konkrétně pak The Beatles a Johna Lennona, které pro sebe objevil díky sestřenicí:

Beatles poslouchala hodně. Byl jsem s ní na jenom táboře, kde to pouštěla často..., třeba večer, když jsme dělali nějaké aktivity. A já přišel na to, že se mi tato hudba líbí mnohým více než cokoliv jinýho. Vlastně jí dokážu poslouchat, když jsem smutnej, ale i veselej, protože je pro mě taková jako neutrální. Na tom táboře jsem poznal taky spoustu lidí, kteří byli takoví jako pohodáři a často Beatles taky poslouchali.

„Co by udělal Lennon?“

Na Lennonově osobnosti jej oslovují především hodnoty, které zastával a komunikoval skrze vlastní skladby. Cítí, že by si potřeboval osvojit větší schopnost projevit lásku, která byla podle něj Lennonovi vlastní:

Líbí se mi, že byl proti válkám. Snažil se ukázat lidem, že je lepší být v míru, neválčit. [...] Já bych od něj asi potřeboval mít lepší takový ten smysl pro lásku. Často se nervuju a dokážu být hnusnej na okolí. Potřeboval bych ten jeho klid, naučit se pracovat s tím pocitem lásky – jako být milejší na to okolí.

Proto si v některých situacích představí, jak by asi reagoval:

Když jsem v nějaké situaci, kde bych dříve vybuchnul a začínal kolem sebe šířit tu negativní energii, myslím, že si podvědomě na něj vzpomenu a vlastně si řeknu: „Co by udělal Lennon?“ nebo takhle, a taky to, že byl pro tu lásku, pro soucit. Takže se často hecnu a nechám to být, vyřeším to tou klidnější cestou.

Nedbat na mínění ostatních

V rovině sebevyjádření je pro něj hudebník vzorem „pohodáře“, který si „našel svůj styl, pod kterým ho zná dneska spousta lidí“. Styl oblékání vnímá jako důležitý prvek autentičnosti každého člověka a sám by rád jednou takového sebevyjádření dosáhnul. V současnosti je ale pro něj obtížně nedbat na mínění ostatních:

R11: Třeba, hrozně se mi líbí tvé kalhoty, už jenom tím, že mají obrácený ty kapsy. Obecně, jak se oblékáš, máš jako takovej „pohodářskej“ styl. A to mám rád. [...] No a přijde mi, že Lennon a hippies tohle taky nosili. Ten jejich styl byl takovej, že se snažili odlišit od těch ostatních, tak to na mě působí. Neměli prostě ty sériově vyráběný věci.

Já: Cítíš tedy, že z toho pro tebe plyne nějaká inspirace?

Martin: Jakože bych to chtěl dělat stejně?

Já: No, třeba, že by ses chtěl oblékat podobně nebo, že by ses rád oblékal podle toho, jak to cítíš.

Martin: Hrozně rád bych, ale nějak to asi ještě nedokážu. Automaticky tak nějak splývám s davem, když si třeba vezmu to, co mám teď na sobě. [...] Možná, že mám občas strach, co by si řeklo okolí, když bych přišel v něčem jiným...

Našel v jeho hudbě útěchu

Co se týče samotné Lennonovy hudební tvorby, Martín vnímá její odlišnost v tom, že „ukazuje, jak je ten svět krásnej, zdůrazňuje, že musíme najít v sobě tu lásku, kterou sdílíme s ostatními“. V náročném období, kdy ztratil blízkého a čekala jej konfrontace s překonáváním jistého životního mezníku v podobě přijímacích zkoušek na střední školu, v ní nacházel „útěchu“:

[...] byla tam ještě spousta dalších věcí a teď do toho přišly ty přijímačky, ze kterých jsem byl dost vystresovanej, i přesto, že jsem se na ně dlouho připravoval a bál jsem se, jak to dopadne. Hledal jsem útěchu a našel jí v jeho hudbě. Mohl jsem se uzavřít do toho svého světa a tím, že ty jeho písničky jsou často o tom míru a té lásce, tak jsem si říkal, že to prostě musí nějak dobře dopadnout. Našel jsem nějaký jeho citát, který zní „vždycky všechno dobře dopadne a pokud to nedopadlo, tak není ještě konec“, nebo tak nějak to bylo. A to jsem si vždycky říkal, každý den před těma přijímačkama a i potom, na těch přijímačkách. No a dostal jsem se sem! Takže jo, v tomhle mi to pomohlo. I soustředit se na ten test, nepohořet na tom, že budu vystresovanej.

Už není takový stresář, zjistil, jaká hudba mu nejvíce sedí

V minulosti Martin sám „tolik hudbu neposlouchal“, spíše zaznamenával, co poslouchají lidé kolem něj, například při malování, při společné jízdě autem nebo ve škole. Hudba byla tedy spíše „záležitostí v pozadí“. Později se mu ale podařilo vyjasnit si vlastní hudební preference, které přetrvávají dodnes:

Zjistil jsem, jak různé žánry různě zní a co mi asi tak nejvíce sedí. Jakou hudbu nesnáším, a naopak jaká mi nevadí a jaký ve mně vyvolává pocity.

V současnosti se mu daří lépe si udržovat emocionální vyrovnanost, a tak Lennonovu hudbu poslouchá méně. Má ji ale stále rád, i z určité nostalgie:

No, teď jsem se právě naučil...nejsem už takový stresář jako dříve, takže nemám ani moc potřebu tenhle typ písniček poslouchat. Rád si ho ale poslechnu, i kdyby jen z té mojí nostalgie. Mám k němu vybudovanej vztah a jeho hudba mi přijde kvalitní.

Tematická analýza celku

Tabulka 1. Reprezentace témat a podtémat v rámci zkušeností respondentů

Téma	Podtéma	Respondenti										
		R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9	R10	R11
Osobní identita	Osobnostní rozvoj	✓					✓		✓			✓
	Sebevědomí		✓			✓	✓	✓		✓	✓	
	Sebevymáření	✓			✓						✓	✓
	Sdílení emocí, životních událostí		✓	✓		✓	✓			✓	✓	
	Sdílení hudebního vzoru	✓		✓						✓	✓	
	Spojení s osobním zážitkem, blízkou osobou	✓										✓
Hudební identita	Tvůrčí rozvoj											✓
	Sebevědomý přístup k tvoření					✓	✓					✓
	Prezentace emocí a hodnot v hudbě	✓			✓			✓		✓	✓	✓
	Hudební kompetence	✓		✓		✓	✓		✓			
Regulace emocí	Pozitivní emoce							✓		✓	✓	
	Motivace k činnosti		✓		✓							
	Vyjádření pocitů			✓		✓				✓		
	Emocionální vyrovnanost		✓			✓	✓			✓	✓	✓

Z přepisů rozhovorů byla identifikována 3 hlavní témata (viz Tabulka č. 1). Osobní identita (viz Tabulka č. 2) zachycuje významy, jež nesou osobnostní vlastnosti hudebníků pro sebepojetí dospívajících z dlouhodobého hlediska. Současně reflektuje způsoby, jakými se respondenti ke

svým oblíbeným hudebníkům vztahují a co si z toho berou pro svůj každodenní život. Hudební identita (viz Tabulka č. 3) popisuje, jaké kvality účastníci nejvíce oceňují na hudbě interpretů a co z toho vyplývá pro utváření jejich vlastních hudebních identit. Regulace emocí (hudba HRM) (viz Tabulka č. 4) potom představuje vliv hudby interpretů na prožívání dospívajících a také to, v čem je jim jejich hudba nápomocná a co jim přináší.

Výsledky analýzy studií jako celku přinesly důležitý vhled do vývoje každodenního vztahu dospívajících k hudbě, jelikož někteří z participantů na úvodní otázku, jakým způsobem je hudba součástí jejich života, přirozeně odpovídali tak, že mě nejprve poměrně detailně uvedli do situací, kdy se jim nějakým způsobem postoj k hudbě změnil a následně vysvětlili, jak tato zkušenost zapadá do jejich současného života s hudbou. Nejpatrnější je tato dynamika v případě Leontýny (R10), která po shlédnutí filmového snímku o životě Freddie Mercuryho „začala hudbu vnímat jinak“. Dříve neměla vyhraněné hudební preference nicméně po tomto zážitku cítila –, protože ji hudba Mercuryho velmi oslovila –, že se začíná vyčleňovat z preferencí sdílenými jejími vrstevníky, čímž se změnil i její vztah k sobě samé, cítila se totiž „jako já“. Postupně si začala uvědomovat, že ji oslovuje jeho celková sebejistá prezentace, například to, že se extravagantně oblékal, že se „nebojí“. V této době ale nevolila hudbu k poslechu podle toho, jak se cítila, jako spíše podle interpreta, a navíc se neodvažovala pustit si hudbu nahlas.

Pozdějším zásadním okamžikem bylo objevení zpěvačky Lany Del Rey prostřednictvím její kamarádky, ke které si „obě našly společně cestu“. Zjistila, že ji poslech její hudby přináší „to ženské sebevědomí“, a tak si uvědomila – byť se dříve „nevnímala jako žena“ –, že má „moc“ a může si „vybrat svůj vlastní život“. Dalším konkrétním interpretem, jenž je pro Leontýnu představuje inspiraci je zpěvák Sting, o němž míní, že je „upřímný člověk“. Jeho si poslechne ve chvílích, kdy se cítí „dobře“, protože chce, aby se „cítila ještě lépe“. Přináší jí totiž „radost“ a to, že se nebojí v tu chvíli „jít mezi lidi“.

V současnosti si osvojila tvoření playlistů, protože ráda objevuje „novou hudbu“. Poslouchá tedy to, na co má zrovna náladu a i přesto, že „je to sice většinou náhodné“, tak jí to dává smysl, jelikož si z těch „náhodných písní, které se k sobě nějak hodí“ udělá „potom playlist“, který v ní „něco vyvolává“. Při těchto písních se tedy cítí tak, jak chce a už se nebojí hudbu s ostatními sdílet, protože je jí „jedno, co si o tom řeknou“.

Je zde tedy vidět určitý vývoj, od „mechanické“ preference hudby, potažmo interpreta k poslechu, přes poslech konkrétních interpretů, jejichž hudba je dospívající něčím blízká, až po tvoření playlistů podle nálady. Zároveň je tento posun patrný v oblasti respondentčina

sebepečetí, protože časem oblíbenou hudbu dokázala sdílet s druhými, a navíc vyčlenit se z hudebních preferencí vrstevníků vyžadovalo jistě také určitou míru sebevěvěry (podobně tomu bylo v případě Hany [R7], která „nabrala sebevědomí“, v tom neposlouchat skladby, jež sice byly oblíbené mezi jejími vrstevníky, ale jí se nelíbily).

Osobní identita

Téma osobní identity prozrazuje, že dospívající jsou velmi vnímaví k osobnosti svých oblíbených hudebníků. Všimají si toho, jak svou osobnost vyjadřují ve své hudební činnosti, ale také mimo ni, či toho, jakou jistotu v tomto projevují. Respondenti integrují nebo se snaží integrovat tyto vyzorované vlastnosti do vlastní identity, což se promítá do jejich schopnosti sebevyjádření.

Identifikovanými podtématy jsou: osobnostní rozvoj; sebevědomí (sebejistota, pozitivní sebeobraz); sebevyjádření (vnější projev např. prostřednictvím oblékání či postojů); sdílení emocí, životních událostí; sdílení hudebního vzoru – aspekty sociální identity; spojení s osobním zážitkem, blízkou osobou.

Tabulka 2. Citace k tématu „Osobní identita“

Pseudonym respondenta	Podtéma	Znění citace
Amálie (R1)	Osobnostní rozvoj	„Jsem člověk, co strašně plánuje a co má všechno jako hodně nastavený a vím, že mě to občas hrozně zabíjí. Tím, že je můj mozek často velkéj rozvrh a jeden velkéj diář a občas si myslím, že bych měla nechat tu flow, žejo a to mi chybí. A to se mi právě líbí, že on to má, a že v tomhle to mě mohl inspirovat nebo mě vlastně inspiruje.“
Filip (R6)	Osobnostní rozvoj	„Mě to vlastně možná docela naučilo to období, kdy jsem je začal poslouchat mám spojený s tím, že jsem začal být takový více otevřen těm věcem. Vlastně čemukoliv, že jako nezůstávám uzavřen jen v jednom názoru, v jednom pohledu na věc, ale snažím se to vidět vždycky z více stran. No a mám pocit, že oni to taky tak měli. Čtyři silné osobnosti a každá to viděla jinak.“
Ivo (R8)	Osobnostní rozvoj	„Takže jo, pokora a respekt – to jsou pro mě její klíčové vlastnosti. A ještě nějaký nadhled, řekněme, který získala díky svému postavení. Dokáže mít nad věcma“

nadhled a zároveň ho ale nezneužívá a nepovyšuje se. [...] dokáže vybalancovat ten profesní a osobní život a netahat to mezi sebe a své vztahy, což je určitě umění v rámci jejího postavení.“

„Myslím si, že by mi to moc prospělo, protože zvláště, co se týče nadhledu, tam totiž ještě nejsem moc daleko.“

Martin (R11)	Osobnostní rozvoj	„Já bych od něj asi potřeboval mít lepší takový ten smysl pro lásku. Často se nervuju a dokážu být hnusnej na okolí. Potřeboval bych ten jeho klid, naučit se pracovat s tím pocitem lásky, jako být milejší na to okolí. [...] „Když jsem v nějaké situaci, kde bych dříve vybuchnul a začínal kolem sebe šířit tu negativní energii. Myslím, že si podvědomě na něj vzpomenu a vlastně si řeknu: ‚Co by udělal Lennon?‘ nebo takhle, a taky to, že byl pro tu lásku, pro soucit. Takže se často hecnu a nechám to být, vyřeším to tou klidnější cestou.“
Barbara (R2)	Sebevědomí	„A ona měla takový jakože ‚confidence‘. Teď nevím, jak se to řekne česky. Jo, že si věří, s tím mi taky pomohla. Předtím jsem si nemyslela třeba, že jsem hezká nebo tak, ale jakže ty její písničky, ony jsou takové jako, že ti úplně řeknou ‚ty seš pěkná, seš úplně kočka‘! A to mi taky jako pomohlo.“ „Asi to, že nehleděla vůbec na to, co si o ní lidé myslí a s tím jako už bojuju docela nějakou dobu. Jakože se snažím ignorovat třeba to, když mi někdo řekne, že mi tohle nesluší a ona prostě byla taková, že když jí někdo řekl, že se mu nelíbí její hudba, tak ona ‚dobře, nelíbí se ti, já to ale stejně budu dělat‘. A to je asi to, co mě jako inspirovalo nejvíc.“
Eva (R5)	Sebevědomí	„Takhle, mě určitě zaujala ta němčina. [...] asi možná taky to, že se nebáli hovořit o věcech, o kterých jsem nikdy s nikým nemluvila. Jakože nebojí se fakt zpívat o dost kontroverzních tématech a tehdy jsem nebyla vůbec schopná tomu rozumět, to jsem neměla šanci. Ale zaujalo mě, že se tím někdo zabývá, že se to nebojí dát na internet.“
Filip (R6)	Sebevědomí	„Říká přesně, co si myslí, takže občas je to, no, nejsou to třeba dobrý věci, ale zároveň dokáže říct tolik pointů, které by si lidi, jak nedovolili říct nebo ani neuvědomovali, takže to mě na té jeho osobně nejvíc fascinuje. Jde o to, že mu je docela jedno, jak ostatní lidé vnímají to, co říká. Příliš mu na jejich názoru nezáleží a stojí si za tím tak jak tak. Je to taková ta nebojácnost

v jeho názorech, kdy mu je jedno, že je to úplně proti proudu názoru většinové společnosti. A právě, že to stání si za svými názory a nebýt ovlivněn společností, to je to, co mi na tom přijde super.“

- | | | |
|----------------|---------------|--|
| Hana (R7) | Sebevědomí | „A potom, když jsem si uvědomila, nebo jako, když jsem nabrala sebevědomí v tom, že to vlastně poslouchat nemusím, když se mi to nelíbí. Každý si přece může poslouchat to, co chce, tak mi tím víc se vytvořilo to, že ho mám fakt ráda, protože jsem si k tomu našla to, že je to opravdu to, co chci poslouchat.“ |
| Květa (R9) | Sebevědomí | „Jo, působí tak, že jde jako do každé té blbosti, vypadá, že se toho nebojí, že žije tou přítomností a chce si ten moment užít, a to se mi na ní hodně líbí. Podle mě by to tak měl mít nastavený skoro každý. Žít teď, protože to třeba už neprožiješ za 20 let, protože tě každým dnem může srazit auto“

„Jo, i taťka a jeho kámoši. Ti byli jakože ‚Justin, to ne snad‘. To bylo asi nejvíce hejtů, co jsem na něj slyšela. Ale já jsem to jako dokázala pak prostě ukázat ostatním, co poslouchám a co se mi na tom líbí a naučila jsem je to poslouchat i v moji přítomnosti.“ |
| Leontýna (R10) | Sebevědomí | „Já ji hlavně poslouchám, protože mi dává nějakým způsobem to ženské sebevědomí. [...] Hlavně, jak jsem ti říkala, že jsem ve 14 vůbec nevnímala, že jsem jako žena, a že vlastně můžu mít moc ohledně těch vztahů, že si vlastně můžu vybrat toho, koho bych chtěla. [...] Celkově, já se nevnímám jako emancipovaná žena, ale líbí se mi takové ty maličkost na ženách, jak umí vyjádřit to své sebevědomí a dokážou jej rozvíjet. Nebojí se ukazovat i své nedokonalosti.“ |
| Amálie (R1) | Sebevyjádření | „Určitě jak vypadá, strašně moc jako. Díky ní mám prostě náušnici. Ona má totiž tady *ukazuje na horní část levého ucha* piercing a mě se to strašně líbilo. A předtím jsem nevěděla, že to vůbec je a když jsem sledovala tu Slunečnou, tak jsem to tam jako viděla říkám ‚tak to musím mít‘.“ |
| Daniel (R4) | Sebevyjádření | „No, já s ním hodně empatizuju v nenávisti vůči lidem. On to tak nějak popisuje, že jsou vlastně všichni hloupi a já bych to taky tak řekl.“

„Co se mi na něm líbí, no, mě se na něm dost líbí jeho typ žen. On to v jedné písničce perfektně popsal a to bylo, že |

‚i need 02 goth bitch on my side‘, takže to jsem si říkal, že s ním naprosto soucítím.“

„Jako já se celkem snažím, řekl bych, že mám takový unikátní styl oblékání. Trošku odlišný, občas třeba míň. Jo, jsem rád, když se cítím být sám sebou a nejsem ten, kterýho by oni chtěli mít. Takže v oblékání to občas dávám trochu znát.“

Leontýna
(R10) Sebevyjádření

„U té Lany to беру tak, že se například obléká tak, jak to cítí. Ukazuje své ženské křivky, a to mě strašně podporuje, no, inspiruje mě to. Nebojí se tohle ukázat, vyjádřit. Jak už jsem ti říkala, já mám s tímhle problém, bojím se, co si o mě řeknou ostatní, například, když si vezmu krátkou sukni, ve které se cítím dobře, ostatní na to můžou reagovat jinak, a to mi není příjemné. Na tom chci pracovat, abych se cítila dobře a nehleděla na názor ostatních.“

„Já jsem se díky němu tak nějak začala více otevírat sama sobě, že jsem začala zjišťovat, že se mi líbí ta extravagance, a že se mi líbí, když se ten člověk prostě nebojí.“

Martin (R11) Sebevyjádření

„Mám rád, když přijedu k babičce, kde můžu odhodit tady ty věci, co nosím já – třeba tyhle kapsáče a vezmu si tam nějaký starý kalhoty po dědovi, který pro mě mají nějaký příběh. Já na tom vidím všechny ty díry, mám k tomu ten vztah. No a přijde mi, že Lennon a hippies tohle taky nosili. Ten jejich styl byl takovej, že se snažili odlišit od těch ostatních, tak to na mě působí. Neměli prostě ty sériově vyráběný věci.“

„Hrozně rád bych, ale nějak to asi ještě nedokážu. Automaticky tak nějak splývám s davem, když si třeba vezmu to, co mám teď na sobě. Jsem ale rád, že mám to místo u těch prarodičů, že se tam k tomu můžu vrátit. Možná, že mám občas strach, co by si řeklo okolí, když bych přišel v něčem jiným.“

Barbara (R2) Sdílení emocí,
životních
událostí

„Ona spousta těch písniček byla, jakože hodně podobných nějakým situacím, který jsem zažila nebo jsem zažívala, a to mi pomohlo v tom, že jsem si řekla, že ‚jako dobrý, prožívám to já, ale prožívají to i ostatní lidi, takže je to jako v pohodě‘. Třeba, když jsem se nějak, když mi třebas nadávala nová přítelkyně mého ex, i když mě vůbec neznala a v té písničce bylo úplně to samý, tak já jakože ‚aha, nejsem úplně jediná‘.“

Cecílie (R3)	Sdílení emocí, životních událostí	„Řekla bych, že tak před rokem a půl, to jsem si procházela celkově jako těžkým obdobím i jako s rodinou, s kamarády, tak to jsem si jako pouštěla ty její písničky a bylo to takový jako prostě, že jsem si říkala, že v tom nejsem sama. Ty její písničky jsou takové jako ‚relatable‘, v češtině teď nevím. Jo, jakože se do nich vcítím, a že si říkám, že v tom nejsem jako sama, že to má někdo tak taky.“
Eva (R5)	Sdílení emocí, životních událostí	„Občas si ho taky pustím, když se nějak cítím jako, když cítím, že jsem třeba v podobné situaci nebo tak. [...] třeba skladbu ‚Salt‘ napsal pro ty jeho kamarády. Když si to poslechnu, tak mě napadají takové věci, co s kámošema děláme – chodíme ven, lítáme tam někde po polích. Já si na ně vzpomenu a tím, že jich až zase tolik nemám, tak jsem za ně vděčná.“
Filip (R6)	Sdílení emocí, životních událostí	„Joo, asi právě ty mentální, psychické problémy, když prožívám nějaké ty úzkosti, deprese, tak tam se mi vybaví, díky té backstory toho frontmana.“
Květa (R9)	Sdílení emocí, životních událostí	„Je tam i jedna písnička, která mi hrozně připomněla moji situaci v životě. Ona ještě nedopadla, ale doufám, že dopadne podle té písničky a pak bych se cítila dobře. [...] ona tam měla jednu písničku, že když jsem byla v té situaci, tak jsem věděla, že kdybych si musela vybrat, tak se vždycky vrátím k němu, protože u něj mám už komfortní zónu. A ona tam i popisuje v té písničce, že jako měla plno těch možností, ale zůstala u té jedné, která pro ni byla nejlepší, takže mi vlastně pomohla v nějakém i tom rozhodnutí, že jako se do toho tak zaposlouchám a řeknu si ‚jo, to se může stát i mi‘ a tak tomu předejdu.“
Leontýna (R10)	Sdílení emocí, životních událostí	„Ona i zpívá o jejích problémech a o tom, co asi tak občas každý zažije. Třeba zpívá o nenaplněné lásce a takových věcech. No a do toho se teďkom jako celkem dokážu vžít.“
Amálie (R1)	Sdílení hudebního vzoru	„Když jsme s děčkama, tak vím, že spousta mých kamarádů jako ho má taky ráda, takže si to prostě pustíme spolu a jedem si! Můžeme u toho jen sedět a zpívat si, nebo něco dělat a u toho si jako hrát na koncert.“

		„[...] ale přijde mi, že nám to strašně zlepšilo vztah se ségrou, protože má ségra je o 6 let mladší. My jsme jako nikdy neměly špatnej vztah, ale prostě je tam hrozně viditelnej ten rozdíl, jakože je to tam takový, no, myslím, že to tomu dost prospělo, protože ona ségra jí má ráda. Sledovaly jsme spolu tu Slunečnou a vždycky, když vydala nějakou písničku, tak jsem jí to pustila a zpívaly jsme si to.“
Cecílie (R3)	Sdílení hudebního vzoru	„My ji posloucháme s kamarádkou, což je pro mě taky dost podstatná věc, protože já mám ráda jiné žánry, ona spíše poslouchá rock. Ale zrovna Taylor Swift máme rády obě, což jsem velmi spokojená, protože prostě když jdeme venku po ulici u ní v Neředíně, tak pouštíme ty písničky úplně nahlas, jak to jde, že, a to je zrovna jako interpretka, na kterou my vajibujem.“
Květa (R9)	Sdílení hudebního vzoru	„[...] mamka jí taky poslouchala a já že jako ‚mamko, ona vydala nové album‘, no, a tak máme lístky na koncert!“
Leontýna (R10)	Sdílení hudebního vzoru	„Mi o ní řekla jedna kamarádka. Pustila mi její písničku a v tu chvíli jsem byla jakože ‚wow, co to je, to zní fakt dobře‘. Takže tak nějak jsme si k ní potom obě našly společně cestu.“
Amálie (R1)	Spojení s osobním zážitkem, blízkou osobou	„Spolu jsme právě byly i na koncertě, kde jsem prožívala, že se mě dotknul.“ „Já jsem jako by to poslouchala často u babičky a my jsme hrozně měly rády písničku ‚Čas‘, a tak právě teď nedávno, jako babička neumřela, ale bylo to takový těžký období. Tak, když jsem si říkala, že se může stát cokoli, tak skrze to se mi ta písnička často vybavovala, protože jsem to měla s ní spojený.“
Leontýna (R10)	Spojení s osobním zážitkem, blízkou osobou	„Mám s jeho hudbou i takový hlubší zážitek, takže možná, že i proto ho pořád poslouchám, protože chci zažít to, co jsem prožila v minulosti. [...] tak, když jsem byla ve vlaku, když jsem se dívala na Ostravu během toho, co ten vlak jel, vzpomněla jsem si. Jakoby já ho mám spojeného s jednou osobou, takže když si vzpomenu na tu osobu, tak si vzpomenu na ten zážitek.“

Osobnostní rozvoj se vztahuje k oblastem, v rámci kterých dospívající určitých kompetencí nabyli (Filipův případ) nebo aktuálním kompetencím, které chtějí zdokonalit, přičemž právě interprety, kteří kýžených vlastností či kompetencí již dosáhli, v tomto pojmají za vzory. Výrazným prvkem tak zde představuje vědomí určité neúplnosti, jelikož někteří z nich vysvětlili, že jim určitá dovednost „chybí“ nebo, že by ji „potřebovali“.

Amálie (R1) mi vysvětlila, že „strašně plánuje“, a že má „všechno jako hodně nastavený“. Chybí jí určitá uvolněnost v jednání, a tak míní, že by někdy „měla nechat tu flow“, podobně jako to umí Tomáš Klus. V případě Filipa (R6) jde o vytvoření si jakéhosi prostoru pro názory ostatních. Popsal, že vyrůstal v konzervativním prostředí, „kde lidé moc nepřijímali“ a on tehdy v hudbě The Beatles vnímal, že propagovali „takovou tu otevřenější atmosféru vůči všemu“. Dle vlastních slov začal být více otevřen a je nyní schopen vidět věci z různých úhlů pohledu. Ivo (R8) si na Adele nejvíce cení pokory a respektu, který prokazuje svým nejbližším, Zdůraznil také, že „dokáže mít nad věcma nadhled“, v čemž by se on sám rád zlepšil, jelikož v tomto směru ještě není „moc daleko“. Pro Martina (R11) je zase důležitá schopnost empatie. Vysvětlil totiž, že v interakcích s ostatními bývá často necitlivý, a tak dokáže být i „hnusnej na okolí“. U Johna Lennona tuto schopnost vnímá, a věří, že by „ten jeho klid, naučit se pracovat s tím pocitem lásky“, potřeboval. Protože chce mít prožívání v různých situacích více pod kontrolou a nechce „šířit tu negativní energii“, připomene si, že byl Lennon „pro lásku, soucit“ a následně se zeptá sám sebe: „Co by udělal Lennon?“. Touto cestou tak dojde ke schůdnějšímu vyřešení situace (souvisí tedy rovněž s **regulací emocí**).

Podtéma **sebevědomí** představuje takové rysy hudebníků, které podporují respondenty ve snaze nalézt odvahu k tomu, aby se vydali vlastní cestou, podněcují u nich touhu jistě definovat či bez obav prezentovat sebe sama.

Barbara, Eva (R5) a Filip (R6) obdivují na svém oblíbeném interpretovi to, že nedbá na mínění ostatních. Grimes se podle Barbary nenechala odradit od vlastní tvorby, i když ne každý ji schvaloval. Evu zase zaujala skupina Rammstein tím, že se její členové nebáli zpívat o kontroverzních tématech, tématech, o nichž „nikdy s nikým nemluvila“, a následně skladby sdílet na internetu. Rapper Ye pak podle Filipa „říká přesně to, co si myslí“, přičemž „mu je docela jedno, jak ostatní lidé vnímají to, co říká“, „příliš mu na jejich názorů nezáleží a stojí si za tím tak, jak tak“, což mu přijde „super“.

V případě Barbary (R2) a Leontýny (R10) se jedná o pozitivní sebeobraz ve vztahu k ženské postavě. Barbara totiž vysvětlila, že si o sobě dříve nemyslela, že je „hezká“, a že ji

Doja Cat oslovila právě tím, že jí její písničky dodaly odvalu k přijetí vlastního pozitivního sebeobrazu. Leontýna zase na ženách, konkrétně pak na Laně Del Rey, obdivuje sebejistý projev. Propůjčuje jí „nějakým způsobem to ženské sebevědomí“ a pomáhá jí k uvědomění, že má „moc“ vybrat si život podle sebe. Navíc se jí líbí, když ženy dokážou vyjádřit a dále rozvíjet „své sebevědomí“.

Výpovědi Hany (R7) a Květy (R9) spojuje sebejistota ve vyjádření vlastních hudebních preferencí (souvisí též s **hudební identitou**, jelikož tak obě respondentky definují a vyjadřují své hudební preference). Hana popsala okamžik, kdy si uvědomila, že se nemusí přizpůsobovat hudebním preferencím ostatních, pokud se jí písně, jež mají druzí v oblíbě, nelíbí. Poznamenala, že si každý „přece může poslouchat to, co chce“, a tak se její obliba Jacquesa Brely upevnila. Navíc jeho hudbu poslouchala i v době, kdy se „necítila s jídlem“ nebo „měla nervy se sebevědomím“, což mívá dodnes. Později nicméně získala „i nad těma blbějma situacema v hudbě, i v poslechu“ a nad tím, jak ji druzí hodnotí, nahlédla. Pro Květu zase „nedbat na mínění ostatních“ znamenalo naučit se s jistotou sdílet skladby Justina Biebera s lidmi, kteří jej zpočátku neměli rádi.

Podtéma **sebevyjádření** se vztahuje k oblastem jako je například oblékání, prostřednictvím kterých respondenti dávají najevo své hodnoty a postoje – vyjadřují, jací vlastně jsou.

Amálie (R1) mi vysvětlila, že při sledování televizního seriálu ji velmi oslovil vzhled Evy Burešové, a tak po jejím vzoru dnes nosí náušnici, prvek, který ji zaujal nejsilněji. Daniel hovořil o tom, že sdílí se ZillaKamim životní postoj vyznačující se averzí vůči lidem. Navíc se mu líbí ženy, které „mají“ gotický styl, podobně jako Lil Tracymu a klade důraz na autentické sebevyjádření – právě prostřednictvím oblékání – sebe i ostatních. Pro Leontýnu (R10) je důležité oblékat se podle toho, „jak to zrovna cítí“, což tak činí Lana Del Rey. Navíc se nebojí „ukázat své ženské křivky“, nebojí se „vyjádřit“, a na tom by Leontýna ráda zapracovala, aby se „cítila dobře a nehleděla na názor ostatních“. Rovněž ocenila extravagantní oblékání Freddie Mercuryho a vysvětlila, že by chtěla „mít spíše bohémský život“, podobně jako jej měl on. Martin (R11) pak vyjádřil touhu po tom oblékat se podle sebe, stejně tak, jako to dělali hippies a John Lennon. V současnosti se mu ale nedaří nedbat na mínění ostatních, a tak se podle sebe obléká pouze u prarodičů, kde si vezme „nějaký starý kalhoty po dědovi“, které pro něj mají „nějaký příběh“.

Prosvítá zde také souvislost se sebestijetím a sebeobrazem, jelikož Amálie imitovala zpěvaččin vzhled a Martin s Leontýnou vyjádřili touhu dosáhnout podoby ideálního já –

takového, které vnímají u svého oblíbeného hudebníka. Určitá naléhavost sdělení „nebát se“ tak prostupuje i napříč výpověďmi, které se týkají především sebevyjádření.

Sdílení emocí, životních událostí je podtéma, které popisuje, jakým způsobem vztahují dospívající situace z vlastního života a své prožitky k situacím ze života a z písní oblíbených hudebníků. Protože hudebníci do svých skladeb vnášejí různé, vlastní významy, které posléze jsou nesené převážně textem, je přirozené, že se obvyklé zkušenosti dospívajících mohou shodovat s těmi „obvyklými“ zkušenostmi interpretů. Nejčastěji však tyto paralely k vlastnímu, zpravidla vztahovému životu nacházejí ve skladbách oblíbených interpretů dívky. Díky tomu cítí, že nejsou samy, kdo prochází určitým náročným obdobím. Navíc skutečnost, že se do skladeb zpěvaček dokážou „vžít“, považují za určitou hudební kvalitu.

Barbara (R2) a Cecílie (R3) si prostřednictvím skladeb svých oblíbených interpretek uvědomily, že určité životní (vztahové) situace neprožívají jenom ony samy, ale i ostatní. Barbaře tato skutečnost pomohla dospět k určitému přijetí, že „jako dobrý, prožívám to já, ale prožívají to i ostatní lidé, takže je to v pohodě“. Cecílie, protože se snadno dokáže vcítit do skladeb Taylor Swift, si v náročném období připomínala, že to „má někdo tak taky“.

Eva (R5) si písně Marcina Patrzalka „občas“ pustí ve chvíli, kdy cítí, že je „v podobné situaci“ a Filipovi (R6) se vybaví frontman kapely Black Country New Road vždy, když prožívá „nějaké ty úzkosti, deprese“.

Květa (R9) si jednu situaci z vlastního života spojovala s určitou nadějí, že dopadne tak, jak ji prožila Avril Lavigne, pak by se totiž „cítila dobře“. Navíc už jí zpěvaččino zhudebnění jedné životní situace pomohlo učinit rozhodnutí, jelikož nechtěla prožít to samé. Leontýna (R10) se zase aktuálně dokáže „vžít“ do příběhů skladeb Lany Del Rey, která totiž „zpívá i o jejích problémech a o tom, co asi tak občas každý zažije. Třeba zpívá o nenaplněné lásce“.

Podtéma **sdílení hudebního vzoru** zachycuje, čím se společná obliba, společný poslech konkrétního hudebníka vyznačuje a lze na něj nahlížet vícero způsoby. Jednak totiž může být součástí **sociální identity**, což je dobře patrné u Amálie (R1), která ráda poslouchá, zpívá a případně i hraje na kytaru písně Tomáše Kluse v kolektivu kamarádů na táboře. Zároveň je aspekt sdílení oblíbeného hudebníka s druhými součástí **hudební identity** každé z respondentek, jelikož tak vyjadřují, jakou hudbu mají rády a jakým způsobem jsou hudba, potažmo ony oblíbené interpretky součástí jejich vztahů.

Amálie (R1) si oblíbila Evu Burešovou společně se svou mladší sestrou. I přesto, že „nikdy neměly špatnej vztah“, domnívá se, že je to sblížilo, protože vždycky, když „vydala nějakou písničku“, tak si ji zpívaly spolu. Zároveň ráda poslouchá a případně i zpívá skladby Tomáše Kluse se svými kamarády, protože mnoho z nich má k jeho hudební tvorbě blízko. Květa (R9) svou oblibu Avril Lavigne sdílí s maminkou, a tak v průběhu rozhovoru poznamenala, že jakmile jí oznámila, že Avril vydává nové album, pořídily si společně lístky na koncert. Navíc dodnes sdílí oblíbené písně s kamarádkami a následně si je vzájemně hodnotí. V případě, že se její skladba kamarádkám nelíbí, přemítá, jestli je „fakt tak dobrá“, nebo je to tím, že se jí v důsledku opakovaného poslechu „líbí prostě automaticky“.

Pro Cecílii (R3) je důležité sdílení písni Taylor Swift s její kamarádkou, se kterou, byť nemají stejný hudební vkus, si pouští „ty písničky úplně nahlas, jak to jde“. Dle jejích slov je to interpretka, na kterou si „vajibujou“. Rovněž Leontýna (R10) sdílí svou oblíbenou zpěvačku s kamarádkou, která ji s Lanou Del Rey dokonce seznámila. Leontýnu – podobně jako její kamarádku – Lana zaujala, a tak si k ní „potom obě našly společně cestu“.

Spojení s osobním zážitkem, blízkou osobou představuje právě asociace něčím významných chvil, nebo osob s hudbou oblíbených interpretů.

Amálie (R1) se na koncertě, na němž byla společně s kamarádkou, dotkla ruky Tomáše Kluse, a zároveň, když to se zdravím její babičky nevypadalo dobře, vybavovala se jí jeho písnička, kterou si s babičkou oblíbily. Leontýna (R10) má intenzivní zkušenost, „hlubší zážitek“ se skladbou „Shape Of My Heart“ od Stinga, a tak si vzpomene a na osobu, která se s tímto zážitkem pojí, vždy, když skladbu slyší. Navíc poznamenala, že Stinga poslouchá často, pravděpodobně proto, že by ráda zažila to, co zažila v minulosti.

Hudební identita

Téma hudební identity předkládá, čím je hudební tvorba oblíbených interpretů dospívajícím blízka, co obdivují na jejich skladbách, potažmo hudební produkci a jak hodnotí jejich hráčské a pěvecké schopnosti. Identifikovanými podtématy jsou: tvůrčí rozvoj, prezentace emocí a hodnot v hudbě; sebevědomý přístup k tvoření a hudební kompetence.

Tabulka 3. Citace k tématu „Hudební identita“

Pseudonym respondenta	Podtéma	Znění citace
Amálie (R1)	Prezentace emocí a hodnot v hudbě	„Mi přijde, že do toho fakt dává emoce, že vlastně...možná je to způsobeno tím, že je herečka, to, že to dokážeš takhle prožít.“
Daniel (R4)	Prezentace emocí a hodnot v hudbě	„Umí to podat, umí. Spíše teda v těch novějších. V těch, kde zpívá a rapuje o drogách, tak tam to málo kdo pochytí, ale jako občas se snažím ten text více poslouchat, občas si ten text čtu a všimnu si tam některých narážek, kterých jsem si nevšiml, když jsem to jenom tak poslouchal.“
Eva (R5)	Prezentace emocí a hodnot v hudbě	<p>Já hraju na kytaru už fakt hodně dlouho. Snad 7 let [...] Je to způsob, jak se můžu sama vyjádřit. Když hraju, tak prostě můžu do toho dát kousek sebe, i když nehraju třeba něco svého. Já nemám moc talent na vytváření hudby, ale, i když hraju něco jinýho, tak se cítím tak jako uvolněněji, než bych třeba mluvila nebo tak.“</p> <p>„Takhle, jako by já jsem vždycky vzhlížela k tomu svému učiteli, který mě momentálně učí. A i teď vzhlížím a snažím se mu přiblížit v různých oblastech toho hraní.“</p> <p>„To jsou dvě různé osobnosti, a i různé lidi. Učitele vidím pravidelně, vidím, jak přede mnou stojí a jak reaguje na to, co říkám a je to člověk, se kterým si můžu normálně povídat, zná mě a může mi poradit v hodně věcech. Marcin je ale vyloženě ten idol, ten, ke kterému jenom vzhlížím a ani jsem ho v životě neviděla. Je tam prostě velké rozdíly.“</p>
Hana (R7)	Prezentace emocí a hodnot v hudbě	„Mě se tam líbí to, že on víc, než zpívá, tak skoro jako mluví a už jenom to, že mu nerozumím a stejně ho poslouchám, i když vlastně víc, než vokálně pracuje, tak spíše mluví a nějak to prožívá, tak to se mi na tom líbí. Ty texty mají vlastně emoci, i když jim nerozumím.“
Květa (R9)	Prezentace emocí a hodnot v hudbě	„[Líbí se mi] to, jak zpívá, jak jsou napsané ty její písničky. To, že tam je i fajn emoce, jakože se cítí dobře. Pak je tam i to naštvání a takové jako, že tam smíchá všechno do kupy. Je to těžké říct nahlas, ale vím, jak to na mě prostě působí vevnitř. [...] vypráví to ten příběh, lovestory, ale dává do toho takovou tu agresi a procítěnou emoci ...“

Martin (R11)	Prezentace emocí a hodnot v hudbě	„Lennon ukazuje, že je ten svět krásnej, zdůrazňuje, že musíme najít v sobě tu lásku, kterou sdílíme s ostatními. V tom vidím ten zásadní rozdíl. Tím se jeho hudba liší.“
Eva (R5)	Sebevědomý přístup k tvoření	„[Líbí se mi] jeho styl hraní. Hlavně tím, že se toho nebojí, tím, že zvládne do toho nástroje vyloženě mlátit – to já bych si vůbec nedovolila. Ale právě jednou vysvětloval, jak to udělal, aby se mu to hned nerozpadlo. Fascinuje mě, jakože ho to napadlo. [...] Přijde mi, že je právě hodně kreativní, že ho napadají nové věci, a že se je nebojí vyzkoušet.“
Filip (R6)	Sebevědomý přístup k tvoření	„[Líbí se mi] asi taková ta jeho fakt autentická kreativita, kterou nikdo jiný nemá a prostě to hraní si se zvuky i v tomhle žánru. Že předtím to prostě bylo hodně o té poetičnosti, o tom textu a najednou on tam přišel a začal s tím tímhle způsobem experimentovat. Tak tohle by se mi líbilo, kdybych něco takového dokázal.“ „[...] každá píseň zněla jinak. Není to prostě jen jeden žánr, byla tam spousta žánrů. Nebáli se experimentovat a nebáli se přijímat nové věci, takže ...“
Leontýna (R10)	Sebevědomý přístup k tvoření	„Líbilo se mi, jak byly jako tým sehraní. Víím to, protože jsem viděla ten film. Vážně mě ovlivnil! Díky němu jsem i viděla, jak vymýšleli nové zvuky, jak je přidávali do té hudby – například tam hráli na kastroly! A celkově se mi zarylo do paměti, jak byli tvořiví. [...] A líbilo se mi, že se fakt nebáli, že zkoušeli.“ „A zase na té jejich hudbě se mi líbilo, že hráli rock, ale zároveň tam měli prvky tehdejšího popu. Přímo ve skladbě ‚Bohemian Rhapsody‘ se mi líbila...jednak délka té skladby a potom prostě ten šmrnc, který do své hudby dává i ta Lana.“ „A právě u ní to vnímám i skrze ty písničky, to, že se nebojí. Prostě dá tam i vytí vlků, nebo to, jak se někde směje, a to se mi líbí.“
Leontýna (R10)	Tvůrčí rozvoj	„A celkově se mi zarylo do paměti, jak byli tvořiví. Myslím si, že to ve mně zažehlo ten osobní rozvoj tvořivosti, že jsem začala experimentovat s různými technikami, co se týče fotografie. Takže si myslím, že mě to ve vztahu k umění nějakým způsobem ovlivnilo.“

Amálie (R1)	Hudební kompetence	<p>„No, ona, mě se líbí strašně její hlas. Když se mě někdo zeptá, kdo má nejhezčí hlas z českých zpěváků, tak určitě řeknu Evu Burešovou, jako 100%! Má takovej jako – je to hranice mezi jako totálně pronikavým hlasem a příjemným, upištěným, nevím, jak to mám srovnat jako. Ten její hlas se mi prostě strašně líbí, to, jak to dokáže vyzpívat.“</p> <p>„[...] i když ty písničky jsou dost často na stejné brdo, tak mě se líbí, že si je můžu hrát. U toho Kluse to zní dobře prostě vždycky, takže z toho mám potom dobrej pocit, no.“</p>
Cecílie (R3)	Hudební kompetence	<p>„[Rozsah] hlasový! Má jej úplně neskutečný. V té době, já jsem si procházela i tím, že jsem, no, rok předtím jsem skončila ve sboru a zjistila jsem, že mi tam pokazili hlas. Zpívala jsem v altu, v nižším hlase a já jsem měla být soprán, ten nejvyšší hlas a zjistila jsem, že mám kvůli tomu problém s hlasivkami. Takže jsem s tím asi 2 roky bojovala a zrovna v té době mě to docela pomohlo, říkala jsem si ‚hej, ta to prostě vyzpívá, tak to vyzpívám taky‘ a po nějaké době se mi to potom prostě povedlo.“</p> <p>„Mého života je hudba velkou součástí, jsem zpěvačka, takže u mě je to podstatná část života, v podstatě už od první třídy. Navíc, já bych jednou chtěla být větší zpěvačka, než jsem teď, a proto poslouchám ty interprety, kteří si už ten sen splnili. Tak je to i velice motivující! [...] Určitě jí беру jako vzor pro mě, v mé pěvecké dráze. Víím, že to tak daleko nedotáhnu, ale je zajímavá. Je rozhodně můj vzor.“</p>
Eva (R5)	Hudební kompetence	<p>„Mě přijde, že to dost vyznívá z toho, jak hraje a chtěla bych hrát jako on, chtěla bych prostě umět hrát takovým způsobem, aby ostatní lidé cítili to, co já cítím při poslouchání jeho. [...] Podle něho jsem si zpilovala nehty jako na kytaru, že, no, to jsem udělala už nějakou dobu zpátky, teď jsou upravený tak, aby seděly mému stylu hraní.“</p> <p>„Jeho poslouchám v drtivé většině případů, když hledám inspiraci, a to vyloženě při mém hraní. Když hledám novou techniku, když hledám novou kombinaci tónů, barev, všeho možného, takže je to spíše z toho analytičtějšího hlediska.“</p>

Filip (R6)	Hudební kompetence	„Mám rád taky jejich hlasy a vůbec tu tvorbu.“
Ivo (R8)	Hudební kompetence	„Má určitě krásnej hlas, to nepopírám, ale žánrově se to schyluje k té melancholii, k takovým hlubším prožitkům, a to já v té hudbě nevyhledávám.“

Podtéma **tvůrčí rozvoj** zachycuje, jakým způsobem kreativní práce oblíbených hudebníků inspiruje vlastní kreativní činnost dospívajících. Leontýně (R10) se totiž „zarylo do paměti“, jak byli Freddie Mercury a kapela Queen „tvořiví“ a to v ní podnítilo „osobní rozvoj tvořivosti“, a tak „začala experimentovat s různými technikami, co se týče fotografie“.

Jak již bylo zmíněno u tématu osobní identity, z výpovědí respondentů vyplývá, že na oblíbených interpretech výrazně oceňují, když se „nebojí“, když „mají sebevědomí“. Tato skutečnost se projevila i ve chvíli, kdy dospívající hovořili o kreativním vyžití hudebníků. Podtéma **sebevědomý přístup k tvoření** tedy poukazuje k tomu, že hudební produkci svých oblíbených interpretů charakterizovali nebojácností.

Evě (R5) se líbí „styl hraní“ kytaristy Marcina Patrzalka, a to především proto, že se „toho nebojí, že zvládne do toho nástroje vyloženě mlátit“, což by si ona „vůbec nedovolila“. Patrzalka „napadají nové věci“ a on se je „nebojí vyzkušet“.

Filip (R6) vnímá rappera Ye jako někoho, kdo přinesl nové prvky do zaběhlého žánru, kdo se nebál „experimentovat“ a líbilo by se mu, kdyby „něco takového dokázal“. Stejně tak vnímá The Beatles, kteří ve svých skladbách spojovali různé žánry a jejichž hudba není vždy tak jednoduchá, „jak se zdá“. „Nebáli se experimentovat a nebáli se přijímat nové věci“, vysvětlil. Podobně vnímá Leontýna (R10) Freddie Mercuryho a kapelu Queen. Líbí se jí, „že se fakt nebáli, že zkoušeli“, což do jejich písní vnášelo jakýsi „šmrnc“, který do své hudby dává i Lana Del Rey. U ní totiž vnímá „to, že se nebojí“, právě skrze její písně.

Podtéma **prezentace emocí a hodnot v hudbě** osvětluje, čeho si dospívající na hudebním sebevyjádření interpretů cení nejvíce, resp. jaká součást osobností oblíbených hudebníků je pro ně skrze písně „nejdostupnější“.

Amálie (R1) dokáže snadno hudbu Evy Burešové prožívat, protože „do toho dává fakt emoce“ a domnívá se, že je to tím, že je také herečkou. Hana (R7) textům písní Jaquesa Brela nerozumí, i tak podle ní „mají emoci“ a líbí se jí, jak zpěvák své skladby prožívá. Rovněž Květa

(R9) oceňuje, „jak jsou napsané“ písničky Avril Lavigne. Podle ní jsou tam zastoupeny různorodé emoce – „jakože se cítí dobře“ a „pak je tam i to naštvání“.

Do tohoto podtématu rovněž spadá okruh výpovědí dospívajících týkajících se **vyjádření emocí a postojů v hudbě**, jako je tomu v případě Daniela (R4), Evy (R5) a Martina (R11). Daniel, když se někdy snaží text ZillaKamiho skladeb „více poslouchat“, „občas si ten text“ číst, tak si všimne „některých narážek“, které představují rapperův odtažitý postoj k lidem, který je mu také blízký. Martin (R11) pak spatřuje odlišnost Lennonovy hudby v tom, že skrze ni prezentuje vlastní hodnoty a to, jak vnímá svět, přičemž zdůrazňuje, že „musíme najít v sobě tu lásku, kterou sídlíme s ostatními.“

Eva (R5) hraje na kytaru, což je pro ni „způsob“, jak se může „sama vyjádřit“, jak „do toho“ může „dát kousek sebe“. Jelikož v tomto směru vzhlíží jednak ke svému učiteli, kterému by se ráda přiblížila v technice, jednak k Marcinu Patrzalkovi, který je pro ni „ten idol“, představuje její zkušenost touhu po dosažení způsobu sebevyjádření, jež je podobný tomu jejich.

Když respondenti hovořili o svých oblíbených interpretech, přirozeně se dotkli i kvalit, které (pro ně) ze zmiňovaných hudebníků činí mimořádné hudební interprety. **Hudební kompetence** tak představuje, jak dospívající popisují jejich schopnosti hudebního projevu. U několika z nich se jedná o hlasové kvality jejich oblíbených zpěváků, v případě páté respondentky pak o hudební dovednosti, které by si chtěla osvojit.

Podle Amálie (R1) má Eva Burešová „nejhezčí hlas z českých zpěváků“, líbí se jí, že se nachází v poloze někde „mezi jako totálně pronikavým hlasem a příjemným, upištěným“. Líbí se jí, „jak to dokáže vyzpívat“. Také je ráda, že si dovede písničky Tomáš Kluse, které „zní dobře prostě vždycky“ kdykoliv zahrát. Cecílie (R3) na hlase od Adele obdivuje rozsah, jenž jí byl motivací v období, kdy si procházela náročnou hlasovou hygienou. Navíc se věnuje zpěvu „v podstatě už od první třídy“ a jednou by chtěla být „větší zpěvačka“, než je nyní, proto poslouchá interprety, „kteří si už ten sen splnili“, jelikož je to „velice motivující“. Právě Taylor Swift považuje za svůj vzor pěvecké dráhy.

Filip (R6) podobně jako Ivo (R8), který o hlase Adele míní, že je „krásnej“, poznamenal, že má hlasy všech čtyř členů kapely The Beatles rád.

Eva (R5) by ráda, stejně jako kytarista Marcin Patrzalek, hrála takovým způsobem, „aby ostatní lidé cítili to“, co ona sama cítí při poslouchání jeho. Poslouchá jej ve chvílích, kdy

nenalézá inspiraci ve hře, když hledá „novou techniku“. Navíc si podle něj před nějakou dobou „zpilovala nehty“, nicméně v současnosti je má upravené tak, aby seděly jejímu „stylu hraní“.

Zkušenosti Amálie s hudbou Tomáše Kluse, Cecílie s hlasovými dovednostmi a Evy s hudební expresí Patrzalka a nalézáním nových technik, souvisí také se **sebeúčinností**.

Regulace emocí

Výsledování tématu regulace emocí v jakékoli souvislosti s problematikou hudby v kontextu každodenního poslechu není nijak překvapující. Podívejme se však na konkrétní zjištění našeho výzkumu. Ačkoli se téma regulace emocí vztahuje především k hudbě interpretů, z rozhovorů vyšlo také najevo, že dospívající jsou si vědomi, jak na ně působí hudba obecně – tedy nejen tvorba konkrétních oblíbených hudebníků. Někteří s ní dokonce docela záměrně pracují tak, aby si zlepšili náladu.

Velmi významným účinkem hudby na prožívání adolescentů se ukázalo být „uklidnění“, což lze patrně přičíst rozjitřené emocionalitě v tomto období. Účinek uklidnění, navození vnitřního klidu, byl patrný i u hudby oblíbených interpretů, čemuž se věnuje níže podtéma **emocionální vyrovnanost**. Téma regulace emocí tedy zahrnuje působení hudby oblíbených interpretů na prožívání dospívajících.

Tabulka 4. Citace k tématu „Regulace emocí“

Pseudonym respondenta	Podtéma	Znění citace
Hana (R7)	Pozitivní emoce	„Ač by to znělo někdy sentimentálně nebo jako melancholicky – je to takový, že když ta písnička hraje, tak se to někdy zpomalí, potom začne jako by až křičet – je to takový až teatrální a na mě to působí jako, na jednu stranu hrozně radostně, protože jak jsem říkala, mě imponují lidi, co jsou v tomhle geniální a je to prostě úplně jinde. Mě to teda působí radost, i když ta hudba zní melancholicky.“
Květa (R9)	Pozitivní emoce	Možná jsem si už ale navykla na ten její hlas, a když jí poslouchám, tak se můžu soustředit jen ta ten její hlas. Prostě se cítím fajn, když jí poslouchám.
Leontýna (R10)	Pozitivní emoce	„[Stinga] toho poslouchám, když se cítím dobře, když chci mít v uších něco takového, prostě pěkného, co mi dává tu radost nebo mi vyzdvihuje to, že se cítím dobře,

protože chci, abych se cítila ještě lépe.“ [...] A když svítí slunko, tak si dám do sluchátek právě Stinga, písničku „English Man“. A mě přináší radost ...“

Barbara (R2)	Motivace k činnosti	„No, ono, jak byla karanténa, tak já jsem měla hodně jakože, že jsem byla furt smutná a trpěla jsem úzkostmi, a když jsem bývala mezi lidma, tak mi dělalo problém si jen něco objednat nebo takhle a vždycky jsem (při objednávání po telefonu) poslouchala ty písničky a úplně že „jo, já to zvládnou, ježíš, to je v pohodě“! Tak jsem si sundala ty sluchátka, objednala jsem to a dala jsem si zase sluchátka. Šlo to mnohem líp, než když bych tam šla bez té hudby.“
Daniel (R4)	Motivace k činnosti	„Jeho hudba mi většinou pomáhá, když trošku cítím, když jedu ze školy a cítím náznak takové, že jsem jakou unavenej, trošku smutnej, že mě to vůbec nebaví jako a vím, že mám trénink. No a mě se dříve často dělo, že když jsem tohle cítil, tak jsem si prostě řekl, že „kašlu na to“, že na ten trénink prostě nepůjdu. A když si pustím nějakou jeho muziku, když si jí pouštím postupně, nejdřív takovou tu „chillovou“ a potom stupňuju, tak se dostanu do nálady i s těma písničkama a najednou z toho smutnýho, unavenýho jsem plnej energie a natěšenej na trénink.“
Cecílie (R3)	Vyjádření pocitů	„[...] protože ty její písničky jsou něco úžasného, u některých se vyřvu, u některých se zasměju. [...] vyloženě řvu po celým pokoji...rozhodně je to lepší, že řvu ta slova té písničky, než, když řvu jen tak normálně.“
Eva (R5)	Vyjádření pocitů	„Při různých příležitostech, když jsem se cítila špatně a občas se stane a stalo, že jsem to v sobě dusila, jakože „teď na to není vhodná chvíle, nemůžu se takhle cítit“. Ale když jsem si pustila Rammsteiny, tak to bylo „teďkom to ze sebe dostanu, teď to ze sebe vykřičím“. A jako by v některých skladbách je tam taková touha po něčem, co úplně nedokážu vyjádřit, ale takové, jakože to jde prostě ruku v ruce s takovým vyjádřením. Je to jako by byl člověk připoutaný na řetězech a vyskočil z toho, takže tak nějak jsem se občas trochu cítila a pomohlo mi to se zase zorientovat v těch mých pocitech.“
Květa (R9)	Vyjádření pocitů	„A když jí poslouchám, tak uvolňuju některým svým smutným nebo našťvaným emocím cestu, že si řeknu, že „dobré, ona to má stejně, má o tom už i písničku, takže pohoda“.“

Barbara (R2)	Emocionální vyrovnanost	„Konkrétně tady tahle skladba *ukazuje mi skladbu na mobilu*, upřímně, ta mi nejvíc pomáhá s tou nenávisťou. Když jsem na někoho prostě naštvaná nebo mě zkrátka někdo štve, tak...ve škole si to samozřejmě pouštět nemůžeme (během vyučování), ale když jdu potom ze školy, tak si to pouštím a prostě, ona, jak je ta hudba prostě uklidňující, krásná, ladná.“
Eva (R5)	Emocionální vyrovnanost	„Jakoby pamatuju si, když jsem se necítila dobře, ono, bylo to období, kdy jsem ztratila blízkého, a to bylo dost brutální období pro mě. Jakoby ale nejsem si jistá, jestli to byl vyloženě ten moment. Bylo to období, největší puberta, všechno se hroutilo, celej můj svět. A on vydal pár skladeb a byly to takový meditativní, uklidňující skladby, které mi pomohly neprožívat všechno najednou.“
Filip (R6)	Emocionální vyrovnanost	„Jak je to upřímné, tak mě to uklidňovalo, řekl bych. Ono, i když to není úplně uklidňující hudba v tom, jak to zní – může to být totiž tvrdý, ale mělo to na mě takový uklidňující efekt, právě.“
Květa (R9)	Emocionální vyrovnanost	„Taky se mi líbil jeho hlas, že i videa, kde jenom mluvil, tak jsem si uměla pustit, protože ta jeho barva hlasu byla taková jako fajn, uklidňující. Taková bezpečná jako. Ten hlas bych dokázala poslouchat při usínání.“ [...] Uklidňoval mě, protože to byla moje taková ta „vztekačí“ éra, že jsem jako dělala všechno pro to, abych naštvála ostatní. On mě tak jako uvnitř dokázal zklidnit, že jsem byla jako „a, pohoda“.“
Leontýna (R10)	Emocionální vyrovnanost	„[Její hudba] mi přináší vnitřní klid. Opravdu, když si jí poslechnu, tak se najednou cítím klidně a vyrovnaně celkem. [...] a taky má krásný hlas. Ten mi taky dává vždycky takový jako pocit klidu. Je takový čistý.“
Martin (R11)	Emocionální vyrovnanost	„To bylo období přijímaček, kdy...ještě trošku dřív mi zemřel dědeček a já z toho byl docela smutnej. Byla tam ještě spousta dalších věcí a teď do toho přišly ty přijímačky, ze kterých jsem byl dost vystresovanej, i přesto, že jsem se na ně dlouho připravoval a bál jsem se, jak to dopadne. Hledal jsem útěchu a našel jí v jeho hudbě. Mohl jsem se uzavřít do toho svého světa a tím, že ty jeho písničky jsou často o tom míru a té lásce, tak jsem si říkal, že to prostě musí nějak dobře dopadnout.“

Podtéma **pozitivní emoce** představuje důraz na kladné emoce, jež dospívající při poslechu skladeb oblíbených interpretů pociťují.

Haně (R7) hudba „nepůsobí smutek nikdy“, a tak při poslechu písní Jacquesa Brela prožívá radost, „ač by to znělo někdy sentimentálně nebo jako melancholicky“. Také Leontýně (R10) radost přináší Stingova skladba „English Man In New York“. Navíc jej poslouchá vždy, když se cítí „dobře“, protože chce, aby se „cítila ještě lépe“. Květa (R9) se zase cítí „fajn“, když se může soustředit na hlas Avril Lavigne.

Motivace k činnosti znamená vliv interpretovy hudby na prožívání dospívajícího. Vyznačuje se povzbuzením k překonání nežádoucího prožívání a následnému konání.

Barbara (R2) se v období karantény často cítila „smutná“ a „trpěla úzkostmi“, takže jí činilo potíže „si jen něco objednat“ přes telefon. Při objednávání si zvykla poslouchat hudbu zpěvačky Grimes, protože jí povzbuzovala, a protože „šlo to mnohem líp“, než kdyby „tam šla bez té hudby“. Daniel (R4) zase vysvětlil, že si ZillaKamiho hudbu poslechne ve chvíli, kdy se cítí být docela „unavenej“ a „trošku smutnej“. Aby své rozpoložení zlepšil, poslechne si jeho skladby postupně – od klidnějších po energické –, a nakonec se cítí „plnej energie a natěšenej na trénink“.

Vyjádření pocitů zahrnuje, v jakém směru hudba interpretů pomáhá dospívajícím vlastní emoce vyjádřit, když to zrovna potřebují.

Cecilie (R3) a Eva (R5), v některých chvílích při poslechu svých oblíbených interpretů křičí, aby tak daly průchod vyjádření svých aktuálních emocí. Eva toto vyjádření přirovnala k situaci, kdy se člověk cítí, jako by byl připoután v řetězech a posléze se mu podaří z pout uniknout.

Květa (R9) pak hovořila o uvolnění cesty „některým svým smutným nebo našťvaným emocím“ v momentně, kdy si uvědomila, že Avril Lavigne „má už o tom i písničku“, což pro ni znamená určitý oddech – „takže pohoda“.

Podtéma **emocionální vyrovnanost** představuje náročnější chvíle nebo náročná období dospívajících na prožívání, ve kterých jim hudba oblíbených interpretů pomohla nebo pomáhá k dosažení emocionální rovnováhy.

Barbara (R2) mi ukázala konkrétní skladbu Vangelise, která jí „nejvíce pomáhá s tou nenávistí“. Když jde ze školy, obvykle si jeho hudbu poslechne, protože je „uklidňující“. Eva

(R5) zase vysvětlila, že v jednom období, kdy „ztratila blízkého“, kdy se „necítila dobře“ a „všechno se hroutilo“, vydal Marcin Patrzalek „meditativní, uklidňující“ skladby a ty jí „pomohly neprožívat všechno najednou“. Martin (R11) prožil podobnou situaci, když mu „zemřel dědeček“ a byl z toho „docela smutnej“. Navíc ho v té době čekaly přijímací zkoušky na střední školu a on se cítil „vystresovanej“. Hledal útěchu v hudbě a našel ji u Johna Lennona, protože jeho písně „jsou často o tom míru, o té lásce“.

Filip (R6) oceňuje na hudební tvorbě kapely Black Country New Road určitou kvalitu upřímnosti. I přesto, že jejich hudba „není úplně uklidňující v tom, jak to zní, může to být totiž tvrdý“, má na něj díky své surové upřímnosti „uklidňující efekt“. Podobně Leontýně (R10) přináší hudba Lany Del Rey „vnitřní klid“, protože se po poslechu najednou cítí „klidně a vyrovnaně celkem“.

Květa (R9) a Leontýna (R10) nicméně zdůraznily, že je to především hlas interpretů, z čeho pro ně pocit uklidnění plyne. Květa totiž popsala barvu hlasu Justina Biebera jako „fajn, uklidňující“ a zároveň je pro ni „bezpečná“. V době její „vztekačí éry“ ji „dokázal zklidnit“. Leontýna zase o hlase Lany Del Rey poznamenala, že je „takový čistý“, že jí „dává vždycky takový jako pocit klidu“. Květa a Leontýna tak vnímají efekt uklidnění jako určitou kvalitu hlasů interpretů, a tak jejich zkušenosti souvisí i s podtématem **hudebních kompetencí**.

Diskuse

Dosažená zjištění v řadě případů korespondují s poznatky předchozích výzkumů. Primárním cílem aktuální studie však nebylo zjistit, ke komu dospívající nejčastěji vzhlíží, jako tomu bylo u Duckové (1990) nebo jaké konkrétní hudebníky mají dospívající zrovna v oblíbě a čeho si na nich nejvíce cení, jako to zjišťovali Raviv a kol. (1996), byť se tyto skutečnosti ve výpovědích respondentů projevíly také.

Tedy výchozí studii, jejíž kvalitativní část má k povaze mého výzkumu nejbližší, a proti které se pokusím své výsledky vymezit, představuje práce *Why adolescents admire famous musical role models: implications for aspirations, expectations and identity* A. Ivaldiové (2003). Autorka realizovala nejprve ohniskové skupiny, poté jednu případovou studii s dospívající Lucy. U dívky se nejvýrazněji ukázalo, jakým způsobem se hudební rolové modely mohou podílet na utváření identity mladých lidí. Téma, které v rozhovoru Ivaldiová identifikovala, nazvala „source of empowerment“. Lucy totiž vnímala svou oblíbenou zpěvačku jako někoho, kdo má moc, koho se ostatní bojí a spojovala si její zevnějšek („image“) s podobou čarodějnice, jelikož nosila černé oblečení. Protože chtěla na druhé působit stejně, imitovala zpěvaččino chování a osvojila si stejný styl oblékání.

Popsanou zkušenost Lucy lze chápat jako určitou paralelu k některým aspektům zkušeností účastníků mého výzkumu, spadajících do tématu osobní identity. Amálie (R1) – podobně jako Lucy – imitovala zpěvaččin vzhled, byť se nejednalo o celkový styl oblékání. Sebevyměření prostřednictvím osobitého stylu oblékání se pro dospívající v mém výzkumu nicméně ukázalo jako důležité. Ačkoli žádný z nich přímo interpretův styl oblékání nenapodobuje, někteří vyjádřili touhu oblékat se podobně, nebo alespoň stejně – tak, jak to „cítí“. Referovali tedy především o podpoře k hledání vlastního osobitého stylu.

Za výrazné téma mého výzkumu lze považovat propojení sebevyměření a hodnotícího aspektu sebepojetí, totiž sebevědomí, a to především u Leontýny (R10) a Barbary (R2). Obě dívky vzhlíží ke svým oblíbeným interpretkám, protože obdivují jejich sebevědomé vystupování a to, že se oblékají podle sebe. I přesto, že nejistota ohledně sebevědomí v oblasti oblékání byla patrná také u Martina (R11), z výpovědí Leontýny a Barbary lze usuzovat, že v období dospívání jsou obtíže v rámci sebehodnocení a sebeobrazu opravdu výraznější u dívek, což koresponduje se zjištěním například Shapky a Keatinga (2005). Interpretky do jisté míry inspirovaly nebo inspirují dívky v tom, aby si osvojily určitý typ chování, který v jejich případech náleží sebe prezentaci ženy, což se částečně shoduje s Jungovým (1986, s. 533) pojetím

rolového modelu, totiž s tím, že „[rolové modely] mohou inspirovat a motivovat pozorovatele k osvojení si určitého typu chování, jež může, ale nemusí náležet určité roli“. Tedy vzhledem k tomu, že sebevědomí u dívek bývá během adolescence nižší než u chlapců, lze z výpovědí Leontýny a Barbary usuzovat, že podpora hudebního rolového modelu přispívá jejich osobní pohodě.

Tato zjištění úzce souvisí s problematikou „různých já“, jak o ní napsali Oyserman a Fryberg (2006), jelikož někteří z respondentů, například Amálie (R1), Ivo (R8) nebo Martin (R11), považují některé ze svých charakterových kompetencí za nedostačující, a tak nalézají inspiraci k jejich zdokonalení u svých oblíbených interpretů. Tyto zkušenosti dospívajících představují snahu o dosažení podoby ideálního já, přičemž vědomí jeho dosažitelnosti – právě díky hudebnímu rolovému modelu – je zde spíše motivačním činitelem, než, že by kvůli rozdílu skutečného a možného já respondenti pociťovali psychickou nepohodu, jak o tom napsali Papadakis a kol. (2006). Negativní důsledky pro jejich sebepřijetí tak zde nejsou prokazatelné.

V případové studii s Lucy vyšlo najevo, že ji zpěvačka oslovuje primárně tím, jak na ni působí a jak se obléká, jelikož ani okrajově nezmínila zpěvaččiny hudební kompetence nebo její hudební tvorbu. V mém výzkumu se o hudbě oblíbených interpretů zmínili všichni respondenti, byť Ivovi (R8) skladby Adele nejsou tolik blízké.

Do určité míry lze Lucyino napodobení zpěvačky považovat za aspekt sebeúčinnosti (ačkoliv to Ivaldiová nezmiňuje), o níž napsal Bandura (1997), jelikož tak chtěla dosáhnout pozornosti a „leaderské“ pozice mezi vrstevníky. Právě spojitost hudebních kompetencí interpretů a sebeúčinnosti dospívajících se v mém výzkumu projevila u Amálie (R1) a Evy (R5). Pro obě dívky je hra na hudební nástroj důležitá. Amálii přináší pozitivní emoce a Eva se jejím prostřednictvím může vyjádřit a po vzoru oblíbeného kytaristy navíc i zlepšovat. Lze tedy vyčíst, že tyto faktory přispívají k jejich osobní pohodě, což se shoduje se zjištěními Hallamové a kol. (2012).

Hra na hudební nástroj se skrze každodenní zkušenosti dospívajících s hudbou objevila několikrát, a to převážně v souvislosti se zájmem o poslech. Proto lze usuzovat, že většina z respondentů prochází „zdravou“ cestou utváření identity v oblasti hudby, zakládající se na faktorech explorace a závazku, jak ji popsali Evans a McPherson (2015).

Lucy se během vyprávění svého životního příběhu zmínila, že se odmala její hudební preference odlišovaly od těch, které sdíleli její vrstevníci, v důsledku čehož se považovala za „jinou“. Nikdy ji totiž nezaujali popoví zpěváci, a tak hledala žánr, který by jí více sedl, kterým by přispěla do své hudební identity, o které píšou MacDonald a kol. (2017). Vývoj hudebních

preferencí se v mém výzkumu ukázal jako důležitá součást každodenního vztahu dospívajících k hudbě. Některé z výpovědí tuto dynamiku poměrně precizně rozkrývají, například ta od Leontýny (R10). Ačkoliv jí sdílení oblíbené interpretky mohlo s kamarádkou sblížit, dříve se prostřednictvím hudebního vkusu vymezila proti svým vrstevníkům. Podobně to měla s vyčleněním a prosazením své oblíbené hudby i Hana (R7). Domnívám se, že tato zjištění lépe osvětlují problematiku komunikace hudebních preferencí mezi vrstevníky, než je tomu v případě zjištění Selfhouta a kol. (2009). Navíc určitá důvěra ve vlastní hudební preference, prostřednictvím které se respondentky vymezily vůči hudebnímu vkusu vrstevníků, tak propojuje v mém výzkumu problematiku hudební identity a sebepojetí, resp. sebevědomí.

Zjištění v případě Cecílie (R3) jsou nicméně od zjištění Selfhouta a kol. (2009) poněkud odlišná. V době, kdy se věnovala pěvecké interpretaci německých písní, jí její hudební vkus neschvalovali rodiče ani vrstevníci. Zároveň tak reprezentuje opačná zjištění k těm Zillmana a Gana (1997). Amálie (R1) a Květa (R9) ovšem výsledky Zillmana a Gana (1997) podporují, jelikož Amálie mluvila o zlepšení vztahu s mladší sestrou, s níž oblibu zpěvačky sdílí, a Květa o sdílení obliby preferované zpěvačky s matkou.

Napříč několika rozhovory byly zmíněny hudební playlisty, jež si dospívající vytváří na streamovacích platformách. Amálie (R1) zdůraznila, že díky nim sdílí své hudební preference s vrstevníky, což odkazuje ke zjištěním Selfhouta a kol. (2009). Také ráda sdílí společně oblíbenou hudbu v kolektivu na táboře, což odkazuje ke způsobu, jakým se hudba podílí na utváření sociální identity, které se – v souvislosti se školním prostředím – věnuje Lamontová (2002). Případně lze toto sdílení oblíbené hudby považovat za prvek, který spoluutváří kolektivní identitu, byť se jako komunita kvůli odlišným hudebním preferencím nikoho vylučovat nesnaží, o čemž pojednávala studie McKinlayho a McVittieho (2017).

Pro Leontýnu poslech skladeb z vlastního playlistu však znamená to, že prožívá takové emoce, jaké zrovna potřebuje. Toto zjištění pak navazuje na výsledky studie Mirandy a Gardreaueho (2011), že totiž prožívání emocí, jež si dospívající zrovna žádá prožívat, přispívají k jeho osobní pohodě.

Úvodní okruh otázek k rozhovorům mého výzkumu se týkal obecného, každodenního vztahu dospívajících k hudbě. Participanti mi vysvětlili, jakým způsobem se hudba v jejich životě vyskytuje, při jakých příležitostech hudbu poslouchají, co jim poslech do života přináší a jakou hudbu mají rádi. Otázky se tedy netýkaly přímo oblíbených interpretů, nicméně někteří z nich hned v rámci tohoto úvodu o jejich hudbě, potažmo přímo o jejich osobě hovořili samovolně, tedy například o tom, proč poslouchají zrovna je nebo kdy a jakým způsobem jim

ovlivnili postoj k hudbě. Jelikož tedy u většiny respondentů podoba aktuálního poslechu koresponduje se současnými oblíbenými hudebníky a jejich hudbou, ukazuje se, že nelze hudbu v každodenním životě dospívajících od hudebních rolových modelů zcela oddělit.

Výzkum se zaměřoval primárně na hudební rolové modely spjaté s hudebními interprety. Při vědomí jejich vsazení do bohatého kontextu každodenního zacházení s hudbou však bylo možné zaznamenat také význam jiných osob, zejména členů rodiny, kteří respondenty například vedli k určitému postoji k hudbě, hodnotí jejich hudební vkus či s nimi oblibu interpreta sdílí.

Závěr

Hudba je důležitou součástí každodenní zkušenosti lidí již mnoho let. Provází je různými vývojovými obdobími, z nichž je to právě dospívání, které význam hudby vyzdvihuje. Jako ještě stále dospívající člověk si nepřestávám všimnout obdivuhodných vlastností, kterými hudebníci, již svou tvorbou poskytují posluchačům rozmanité prožitky, disponují. Uvědomuji si, jak může být inspirace druhými v určitých chvílích přínosná, proto jsem se pokusil nahlédnout do těchto zdrojů inspirace dospívajících –, byť mladších, než jsem já sám – v oblasti hudby.

Hudební rolové modely tvoří nedílnou součást života respondentů, které mohou například provést náročnými situacemi či jim dodat odvalu k vlastnímu aktivnímu přístupu. Výzkum ukázal jejich význam pro dospívající ve třech hlavních oblastech: osobní identity, hudební identity a regulace emocí. Uplatňují se jako nositelé určitých vlastností či dovedností jako jsou sebevědomé vystupování či technická zdatnost ve hře na kytaru, kteří motivují dospívající k tomu si tyto vlastnosti či dovednosti osvojit. Za výrazné téma mého výzkumu lze v tomto smyslu považovat „ženské sebevědomí“, jelikož do této oblasti rozvoje sebepečení desátá respondentka poskytla poměrně detailní vhled, následovaná výpovědí druhé respondentky. Podtéma sebevědomí se ukázalo také výrazně propojené s podtématem sebevyjádření, resp. vnějším obrazem dospívajících. V několika případech totiž respondenti zmínili, že na svém oblíbeném interpretovi obdivují osobitý styl oblékání a také to, že v tomto směru nedbá na mínění druhých, čehož by chtěli dosáhnout i oni. Představují tak motivační činitele dosažení ideálního já dospívajících.

Oblíbení interpreti jsou také dospívajícími vnímáni prostřednictvím jejich hudební tvorby, která jim v mnoha případech pomáhá s regulací emocí, konkrétně s dosažením emocionální rovnováhy – pocitem uklidnění, což se skrze zkušenosti respondentů mého výzkumu ukázalo být klíčové. Navíc písně oblíbených interpretů ve dvou případech pomohly dospívajícím překonat nežádoucí prožívání a povzbudily je k činnosti. K osobní pohodě dospívajících přispívá také fakt, že se dokážou v určitých chvílích – nejčastěji v souvislosti se vztahy – vcítit do obsahu písní oblíbených interpretů, protože tak vnímají, že tyto události neprožívají jen oni sami, ale interpret také. Rovněž sdílení oblíbené hudby, potažmo jeho hudby, se jeví jako přispívající osobní pohodě dospívajícího, jelikož jedna respondentka referovala o zlepšení vztahu s mladší sestrou a další zase o důležitosti sdílení oblíbené zpěvačky s kamarádkou, protože se tak potkávají jejich – jinak odlišné – hudební preference.

Ačkoli to nebylo primárním záměrem této studie, ukázalo se, že nelze úplně dobře hudební rolové modely od každodenní zkušenosti dospívajících s hudbou oddělit, jelikož se jako určité hudební rolové modely uplatňují také někteří z rodinných příslušníků. Domnívám se, že právě tato zjištění přinesla hlubší vhled do toho, jakým způsobem se hudební rolové modely v životech dospívajících uplatňují a jakým způsobem k nim získávají vztah, případně co z toho plyne pro jejich osobní pohodu. Představují ovšem také limity, jejichž odbouráním by se poznatky o rolových modelech adolescentů pravděpodobně rozšířily.

Vzhledem k tomu, že vztah respondentů k hudebnímu rolovému modelu byl zjišťován nejen v současnosti, ale také ve zpětném pohledu, výzkum nastínil rovněž dynamiku tohoto vztahu. Ukázal například, že obliba hrm se prosadila spolu s posunem v oblasti osobní identity – s osamostatněním vůči vrstevnické skupině. O tom respondenti mnohdy referovali s odkazem k nedávné minulosti. Naopak jako aktuální výzva se objevovala potřeba rozmanitosti výrazu, resp. emocionálních kvalit, a oceňování interpretů s takovouto škálou, anebo případně opouštění hudebních rolových modelů ve prospěch emocionální rozmanitosti různých interpretů. Regulace emocí se tak jeví jako téma nastupující po vnímavosti v rámci osobní identity.

Anotace

Název práce: Význam hudebních rolových modelů v životě dospívajících

Název fakulty a katedry: Filozofická fakulta, Katedra muzikologie

Autor práce: Bc. Jakub Fischer

Vedoucí práce: Mgr. et Mgr. Martina Stratilková, Ph.D.

Počet znaků: 247 726

Počet příloh: 0

Počet titulů: 220

Tato diplomová práce se zabývá významem hudebních rolových modelů v kontextu života dospívajících ve věku 16–17 let. V první, teoretické části práce čtenáři přibližují některé ze stěžejních poznatků o vývoji v období dospívání, především problematiku rozvoje emocionality, utváření identity a osobní pohody (well-being). Dále se zabývám souvislostí lidské emocionality s hudebním poslechem a významem hudebních rolových modelů pro každodenní život dospívajících, resp. také přínosem pro utváření jejich identity. Stěžejní koncepty této práce tak představují osobní pohoda, osobní a hudební identita a hudební rolové modely. Druhá část práce představuje kvalitativní studii, realizovanou s jedenácti studenty, jejímž cílem bylo porozumět způsobu, jakým vzhlížení k hudebnímu rolovému modelu přispívá k osobní pohodě dospívajícího.

Klíčová slova: dospívání, hudební rolové modely, osobní pohoda, osobní identita, hudební identita, interpretativní fenomenologická analýza

Abstract of thesis

Title: The significance of musical role models in the lives of adolescents

Faculty and Department: Faculty of Arts, Department of Musicology

Author: Bc. Jakub Fischer

Supervisor: Mgr. et Mgr. Martina Stratilková, Ph.D.

Number of characters: 247 726

Number of appendices: 0

Number of references: 220

This thesis explores the importance of musical role models in the context of the lives of adolescents aged 16–17. In the first, theoretical part of the thesis, I introduce the reader to some of the key findings about development during adolescence, especially the issues of emotionality development, identity formation and personal well-being. Furthermore, I discuss the connection of human emotionality with music listening and the importance of musical role models for the everyday life of adolescents, or the contribution to the formation of their identity. Thus, the core concepts of this thesis are personal well-being, personal and musical identity, and musical role models. The second part of the thesis is a qualitative study, conducted with eleven students, which aimed to understand the way in which looking up to a musical role model contributes to an adolescent's personal well-being.

Keywords: adolescence, musical role models, well-being, identity, musical identity, interpretative phenomenological analysis

Resumé

Téma mé diplomové práce vychází z předpokladu, že hudba tvoří nepostradatelnou součást našeho každodenního života. Důležitost hudby byla prokázána zvláště v období dospívání, jež na mladé lidi klade vysoké nároky při překonávání různých vývojových úkolů. Právě ve zvládání těchto změn je mohou podpořit osoby, jež úkoly úspěšně zvládly tím, že dospívající pozorují jejich chování a jednání a následně je imitují, tj. pojmají je za své vzory. Dospívající mohou nalézt takovéto vzory například u rodinných příslušníků, ale také u známých a často úspěšných osobností, jimiž jsou kupříkladu herci, sportovci nebo hudebníci. *Význam hudebních rolových modelů v životě dospívajících* se tedy jeví jako závažné téma, jehož rozpracováním lze přispět k poznání významu rolových modelů v adolescentním období.

Teoretická část práce nejprve rozpracovává problematiku dospívání v obecné rovině. Přibližuji zde především rozvoj kognice, emocionality a osobní pohody (well-being). Dále se zabývám otázkou utváření identity, kde čerpám zejména z poznatků Erika Eriksona a Jamese Marcii, v souvislosti se společenským kontextem a každodenní zkušenosti dospívajících. Poté představuji některé ze self-konceptů a navazuji podkapitolou o rolových modelech. V teoretické části dále rozvíjím téma hudby v období dospívání. Přibližuji zde místo a funkce hudby v životě adolescentů a také souvislosti hudebních činností s osobní pohodou dospívajících. V závěru prezentuji stěžejní koncept hudební identity, který vyjadřuje, jakým způsobem se lidé k hudbě vztahují, a také problematiku hudebních rolových modelů s důrazem na fenomén popových idolů.

Výzkumná část nejprve představuje metodologický rámec výzkumu a podrobněji charakterizuje zvolený přístup k analýze dat prostřednictvím metody IPA (interpretativní fenomenologické analýzy). Ta je realizována ve dvou fázích. Výsledky jsou nejprve prezentovány jako jednotlivé případové studie, kladoucí důraz na význam individuálních zkušeností v životech adolescentů, poté následuje jejich tematická analýza jako celku.

Dosažená zjištění v řadě případů korespondují s poznatky předchozích výzkumů, nejbližší pak s výsledky případové studie A. Ivaldiové. Nicméně aktuální studie poukazuje na možnost hlubšího porozumění významu hudebních rolových modelů pro dospívající ve třech hlavních oblastech: osobní identity, hudební identity a regulace emocí.

Summary

The topic of my thesis is based on the assumption that music is an indispensable part of our everyday life. The importance of music has been demonstrated especially during adolescence, which places high demands on young people in overcoming various developmental challenges. It is precisely in coping with these changes that they can be supported by personalities who have successfully mastered the tasks by having adolescents observe their behaviour and actions and then imitate them, i.e. take them as their role models. Adolescents can find such role models in family members, for example, but also in well-known and often successful personalities such as actors, sportsmen or musicians. *The significance of musical role models in the lives of adolescents* thus appears to be a serious topic, the elaboration of which can contribute to the understanding of the importance of role models in the adolescent period.

The theoretical part of the thesis first elaborates the issue of adolescence in general terms. In particular, I focus on the development of cognition, emotionality and personal well-being. Next, I address the issue of identity formation, drawing in particular on the insights of Erik Erikson and James Marcia, in relation to the social context and the everyday experiences of adolescents. I then introduce some of the self-concepts and follow with a subsection on role models. In the theoretical section, I further develop the theme of music in adolescence. Here I provide an overview of the place and function of music in adolescents' lives, as well as the connections of musical activities to adolescents' personal well-being. Finally, I present the core concept of musical identity, which expresses how people relate to music, as well as the issue of musical role models, with an emphasis on the phenomenon of pop idols.

The research section first introduces the methodological framework of the research and describes in more detail the chosen approach to data analysis through the method of IPA (Interpretative Phenomenological Analysis). This is implemented in two phases. The results are first presented as individual case studies, emphasizing the importance of individual experiences in the lives of adolescents, followed by a thematic analysis of the data as a whole.

The findings correspond in many cases with the findings of previous research, most closely with the results of A. Ivaldi's case study. However, the current study points to the possibility of a deeper understanding of the meaning of musical role models for adolescents in three main areas: personal identity, musical identity, and emotion regulation.

Resumen

El tema de mi tesis se basa en el supuesto de que la música es una parte indispensable de nuestra vida cotidiana. La importancia de la música ha quedado demostrada especialmente durante la adolescencia, que plantea grandes exigencias a los jóvenes a la hora de superar diversos retos evolutivos. Precisamente para hacer frente a estos cambios pueden contar con el apoyo de personalidades que hayan superado con éxito estas tareas, haciendo que los adolescentes observen su comportamiento y sus acciones y luego los imiten, es decir, que los tomen como modelos de conducta. Los adolescentes pueden encontrar esos modelos de conducta en miembros de su familia, por ejemplo, pero también en personalidades conocidas y a menudo de éxito, como actores, deportistas o músicos. Así pues, *la importancia de los modelos musicales en la vida de los adolescentes* parece ser un tema serio, cuya elaboración puede contribuir a la comprensión de la importancia de los modelos de conducta en la adolescencia.

La parte teórica de la tesis aborda en primer lugar el tema de la adolescencia en términos generales. En particular, me centro en el desarrollo de la cognición, la emocionalidad y el bienestar personal. A continuación, abordo la cuestión de la formación de la identidad, basándome en particular en las ideas de Erik Erikson y James Marcia, en relación con el contexto social y las experiencias cotidianas de los adolescentes. A continuación, presento algunos de los autoconceptos y sigo con una subsección sobre los modelos de conducta. En la sección teórica, desarrollo el tema de la música en la adolescencia. Aquí ofrezco una visión general del lugar y la función de la música en la vida de los adolescentes, así como de las conexiones de las actividades musicales con el bienestar personal de los adolescentes. Por último, presento el concepto central de identidad musical, que expresa cómo se relacionan las personas con la música, así como la cuestión de los modelos musicales, haciendo hincapié en el fenómeno de los ídolos del pop.

La sección dedicada a la investigación presenta en primer lugar el marco metodológico de la investigación y describe con más detalle el enfoque elegido para el análisis de datos a través del método IPA (Análisis Fenomenológico Interpretativo). Éste se aplica en dos fases. En primer lugar, se presentan los resultados como estudios de casos individuales, haciendo hincapié en la importancia de las experiencias individuales en la vida de los adolescentes, seguidos de un análisis temático de los datos en su conjunto.

Los resultados se corresponden en muchos casos con los de investigaciones anteriores, sobre todo con los del estudio de caso de A. Ivaldi. Sin embargo, el presente estudio apunta a la posibilidad de una comprensión más profunda del significado de los modelos musicales para

los adolescentes en tres áreas principales: identidad personal, identidad musical y regulación de las emociones.

Seznam použité literatury

- Adams, G. R., & Fitch, S. A. (1983). Psychosocial environments of university departments: Effects on college students' identity status and ego stage development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 1266–1275.
- Adams, G. R., & Marshall, S. K. (1996). A developmental social psychology of identity: Understanding the person in context. *Journal of Adolescence*, 19(5), 429–442.
- Alberts, A., Elkind, D., & Ginsberg, S. (2007). The personal fable and risk-taking in early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(1), 71–76.
- Aldao, A., & Tull M. T. (2015). Editorial overview: New directions in the science of emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 1(3), 4–10.
- Alexander, N., & Clare, L. (2004). You still feel different: The experience and meaning of women's self-injury in the context of a lesbian or bisexual identity. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 14(2), 70–84. <https://doi.org/10.1002/casp.764>
- Anderson, K. J., & Cavallaro, D. (2002). Parents or pop culture?: Children's heroes and role models. *Research Library*, 78(3), 161–168.
- Ansdell, G., & DeNora T. (2012). Musical flourishing: Community music therapy, controversy, and the cultivation of wellbeing. In R. MacDonald, G. Kreutz & L. Mitchell (Eds.), *Music, Health, and Wellbeing* (97–112). Oxford University Press.
- Archer S. L. (1989). Gender differences in identity development: issues of process, domain and timing. *Journal of adolescence*, 12(2), 117–138.
- Arnett, J. (1992). Reckless behavior in adolescence: A developmental perspective. *Developmental Review*, (12), 339–373.
- Arnett, J. J. (1995). Adolescents' Uses of Media for Self-socialization. *Journal of Youth and Adolescence*, 24(5), 519–533.
- Arnett, J. J. (1996). *Metalheads: Heavy metal music and adolescent alienation*. Westview Press.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68–73.
- Arnett, J. J. (2013). *Adolescence and emerging adulthood: a cultural approach* (5. vyd.). Pearson.

Atif, H., Peck, L., Connolly, M., Endres, K., Musser, L., Shalaby, M., Lehman, M., & Olympia, R. P. (2022). The Impact of Role Models, Mentors, and Heroes on Academic and Social Outcomes in Adolescents. *Cureus*, 14(7), 1–11.

Awan, F. (2007). *Young People, Identities, and the Media* [Disertační práce, Bournemouth University]. <http://www.artlab.org.uk/fatimah-awan-phd.htm>

Bailen, N. H., Green, L. M., & Thompson, R. J. (2019). Understanding Emotion in Adolescents: A Review of Emotional Frequency, Intensity, Instability, and Clarity. *Emotion Review*, 11(1), 63–73.

Balk, D. E., Zaengle, D., & Corr, C. A. (2011). Strengthening grief support for adolescents coping with a peer's death. *School Psychology International*, 32(2), 144–162.

Bandura, A. (1964). The stormy decade: Fact or fiction? *Psychology in the Schools*, 1(3), 224–231.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action. A social cognitive theory*. Prentice Hall.

Bandura, A. (1995). Exercise in of personal and collective efficacy in changing societies. In A. Bandura (Ed.), *Self Efficacy in changing society* (1–45). McGraw Hill.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. W.H. Freeman.

Bandura, A. (2006). Toward a psychology of human agency. *Perspectives on Psychological Science*, 1, 164–180.

Barker, E., T., & Bornstein, M. H. (2010). Global self-esteem, appearance satisfaction, and self-reported dieting in early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 30(2), 205–224.

Benetti-McQuoid, J., & Bursik, K. (2005). Individual Differences in Experiences of and

Responses to Guilt and Shame: Examining the Lenses of Gender and Gender Role. *Sex Roles: A Journal of Research*, 53(1-2), 133–142.

Bennet, A., & Nikulinsky, L. (2019). Wellbeing, young people, and music scenes. In K. McFerran, P. Derrington & S. Saarikallio (Eds.), *Handbook of Music, Adolescents, and Wellbeing* (187–197). Oxford University Press.

Bennett, A., & Hodkinson, P. (Eds.). (2012). *Ageing and Youth Cultures. Music, Style and Identity*. Berg.

Bennett, L. (2013). Discourses of order and rationality: drooling REM fans as “matter out of place.”. Continuum: *Journal of Media & Cultural Studies*, 27(2), 214–227.

Blatný, M., Hřebíčková, M., Millová, K., Plháková, A., Říčan, P., Slezáčková, A., & Stuchlíková, I. (2010). *Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy*. Grada Publishing.

- Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). Regulatory Flexibility: An Individual Differences Perspective on Coping and Emotion Regulation. *Perspectives on Psychological Science*, 8(6), 591–612.
- Bood, S. A., Archer, T., & Norlander, T. (2004). Affective personality in relation to general personality, self-reported stress, coping, and optimism. *Individual Differences Research*, 2(1), 26–37.
- Bosma, H. A., & Kunnen, E. S. (2001). Determinants and mechanisms in ego identity development: a review and synthesis. *Developmental Review*, 21, 39–66. <https://doi.org/10.1006/drev.2000.0514>.
- Branje, S. (2022). Adolescent identity development in context. *Current Opinion in Psychology*, 45, 1–6.
- Brinkmann, S., & Kvale, S. (2018). *Doing interviews*. SAGE Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781529716665>
- Brinkmann, S., & Steinar, K. (2005). Confronting the ethics of qualitative research. *Journal of Constructivist Psychology*, 18(2), 157–181. <https://doi.org/10.1080/10720530590914789>
- Bromnick, R. D., & Swallow, B. L. (1999). I Like Being Who I Am: A Study of Young People's Ideals. *Educational Studies*, 25, 117–129. <https://doi.org/10.1080/03055699997855>
- Buchanan, C. M., Eccles, J. S., & Becker, J. B. (1992). Are adolescents the victims of raging hormones: Evidence for activational effects of hormones on moods and behavior at adolescence. *Psychological Bulletin*, 111(1), 62–107.
- Busseri, M. A., Choma, B. L., & Sadava, S. W. (2012). Subjective temporal trajectories for subjective wellbeing. *Journal of Positive Psychology*, 7, 1–15.
- Casey, L. (2013). Stress and Wellbeing in Australia Survey 2013. *Australian Psychological Society*, 1–60.
- Cicognani, E (2011). Coping strategies with minor stressors in adolescence: relationships with social support, self-efficacy, and psychological well-being. *Journal of Applied Social Psychology*, 41(3), 559–578.
- Coe-Odess, S. J., Narr, R. K., & Allen, J. P. (2019). Emergent emotions in adolescence. In V. LoBue, K. Pérez-Edgar & K. A. Buss (Eds.), *Handbook of emotional development* (595–625). Springer Nature Switzerland AG.
- Collins, K., & Nicolson, P. (2002). The meaning of 'satisfaction' for people with dermatological problems: reassessing approaches to qualitative health psychology research. *Journal of health psychology*, 7(5), 615–629. <https://doi.org/10.1177/1359105302007005681>
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Progress, problems, and potential. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87–127.

- Copeland, E. P., Hess, & R. S. (1995). Differences in young adolescents' coping strategies based on gender and ethnicity. *Journal of Early Adolescence*, 15(2), 203–219.
- Costa P., & McCrae, R. (1980). Influence of extraversion neuroticism on subjective well-being: happy unhappy people. *Journal of personality and social psychology*, 38, 668–678.
- Costello, D. M., Swendsen, J., Rose, J. S., & Dierker, L. C. (2008). Risk and protective factors associated with trajectories of depressed mood from adolescence to early adulthood. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(2), 173–183.
- Côté, J. E. (1996). Identity: A multidimensional analysis. In G. R. Adams, R. Montemayor & T. P. Gullotta (Eds.), *Psychosocial development during adolescence: Advances in adolescent development* (130–180). Sage.
- Crockett, L. J., Petersen, A. C., Graber, J. A., Schulenberg, & J. E., Ebata. (1989). A. School Transitions and Adjustment During Early Adolescence. *Journal of Early Adolescence*, 9(3), 181–210.
- Crosnoe, R., & Johnson, M. K. (2011). Research on Adolescence in the Twenty-First Century. *Annual review of sociology*, 37, 439–460.
- Dahl, R. E. (2001) Affect regulation, brain development, and behavioral/emotional health in adolescence. *CNS spectrums*, 6(1), 60–72.
- Damsgaard, J. B., & Jensen, A. (2021). Music Activities and Mental Health Recovery: Service Users' Perspectives Presented in the CHIME Framework. *International journal of environmental research and public health*, 18(12), 1–14.
- De Moor, E. L., van der Graaff, J., van Dijk, M. P. A., Meeus, W., & Branje, S. (2019). Stressful life events and identity development in early and mid-adolescence. *Journal of Adolescence*, 76, 75–87.
- Deiner, E., Sandvik, E., & Larsen, R. J. (1985). Age and sex effects for emotional intensity. *Developmental Psychology*, 21, 542–546.
- DeNeve, J. E., Diener, E., Tay, L., & Xuereb, C. (2013). The objective benefits of subjective well-being. In J. Helliwell, R. Layard & J. Sachs (Eds.), *World Happiness Report* (54–79). UN Sustainable Network Development Solutions Network.
- DeNora, T. (2000). *Music in Everyday Life*. Cambridge University Press.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Eds.). (2018). *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (5. vyd.). Sage.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575.
- Diener, E., & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective-well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 926–935.

- Dodge, R., Daly, A., Huyton, J., & Sanders, L. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 222–235.
- Duck, J. M. (1990). Children's ideals: The role of real-life versus media figures. *Australian Journal of Psychology*, 42(1), 19–29. <https://doi.org/10.1080/00049539008260102>
- Dumontheil I. (2014). Development of abstract thinking during childhood and adolescence: The role of rostral lateral prefrontal cortex. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 1(10), 57–76.
- Eatough, V., & Shaw, K. (2019). “It’s like having an evil twin”: an interpretative phenomenological analysis of the lifeworld of a person with Parkinson’s disease. *Journal of Research in Nursing*, 24(1), 49–58. <https://doi.org/10.1177/1744987118821396>
- Eatough, V., & Smith, A. J. (2017). Interpretative phenomenological analysis. In: C. Willig & W. Stainton-Rogers (Eds.), *Handbook of Qualitative Psychology* (193–211, 2. vyd.). Sage.
- Eccles, J. S., Midgley, C., Wigfield, A., Buchanan, C. M., Reuman, D., Flanagan, C., & Iver, D. M. (1993). Development during adolescence: The impact of stage-environment fit on young adolescents’ experiences in schools and in families, *American Psychologist*, 48(2), 90–101.
- Elkind, D. (1967). Egocentrism in adolescence. *Child Development*, (38), 1025–1034.
- Erasmus, E., & van der Merwe, L. (2017). An interpretative phenomenological analysis of the lived musical experiences of three Williams syndrome individuals. *Psychology of Music*, 45(6), 781–794. <https://doi.org/10.1177/0305735616689829>
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. Norton.
- Erikson, E. H. (1959). Identity and the life cycle. *Psychological Issues*, 1, 1–171.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton.
- Evans, P., & McPherson, G. E. (2015). Identity and practice: The motivational benefits of a longterm musical identity. *Psychology of Music*, 43(3), 407–422.
- Evans, P., & McPherson, G. E. (2017). Processes of Musical Identity Consolidation During Adolescence. In R. MacDonald, D. J. Hargreaves & D. Miell (Eds.), *Handbook of musical identities* (213–231). Oxford University Press.
- Fabes, R. A., & Martin, C. L. (1991). Gender and age stereotypes of emotionality. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17(5), 532–540.
- Fischer, K. W., & Ayoub, C. (1994). Affective splitting and dissociation in normal and maltreated children: Pathways for self in relationships. In D. Cicchetti, S. L. Toth (Eds.), *Rochester symposium on developmental psychopathology: Disorders and dysfunctions of the self* (5. vyd., 149–222). University of Rochester Press.
- Flick, U. (2018). *Designing Qualitative Research* (2. Vyd.). Sage.
- Fredrickson, B. L. (2003). The value of positive emotions. *American Scientist*, 91, 330–335.

- Frith, S. (1983). *Sound Effects: Youth, Leisure, and the Politics of Rock*. Constable.
- Frost, A., Hoyt, L. T., Chung, A. L., & Adam, E. K. (2015). Daily life with depressive symptoms: Gender differences in adolescents' everyday emotional experiences. *Journal of Adolescence*, 43, 132–141.
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1991). Adolescent coping: The different ways boys and girls cope. *Journal of Adolescence*, 14(2), 119–133.
- Fujioka, T., Ross, B., Kakigi, R., Pantev, C., & Trainor, L. J. (2006). One year of musical training affects development of auditory cortical-evoked fields in young children. *Brain*, 129(10), 2593–2608.
- Galambos, N. L., Barker, E. T., & Krahn, H. J. (2006). Depression, anger, and self-esteem in emerging adulthood: Seven-year trajectories. *Developmental psychology*, 42(2), 350–365.
- Gauntlett, D. (2002). *Media, Gender and Identity: An Introduction*. Routledge.
- Gauntlett, D. (2008). *Media, Gender and Identity: An Introduction* (2. vyd.). Routledge.
- Gilbert, K. E. (2012). The neglected role of positive emotion in adolescent psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 32(6), 467–481.
- Gilligan, C., Lyons, N. P., & Hanmer, T. J. (Eds.). (1990). *Making Connections: The Relational Worlds of Adolescent Girls at Emma Willard School*. Harvard University Press.
- Gohm, C. L., & Clore, G. L. (2000). Individual differences in emotional experience: Mapping available scales to processes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(6), 679–697.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299.
- Gross, J. J. (2013). Emotion regulation: Taking stock and moving forward. *Emotion*, 13, 359–365.
- Gross, J. J., & Jazaieri, H. (2014). Emotion, emotion regulation, and psychopathology: An affective science perspective. *Clinical Psychological Science*, 2(4), 387–401.
- Hall, G. S. (1904). *Adolescence: Its psychology and its relation to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion, and education*. D. Appleton & Company.
- Hallam, S. (2010). The power of music: Its impact on the intellectual, social and personal development of children and young people. *International Journal of Music Education*, 28(3), 269–289.
- Hallam, S., Creech, A., Varvarigou, M., & McQueen, H. (2012). Perceived benefits of active engagement with making music in community settings. *International Journal of Community Music*, 5(2), 155–174.

- Hargreaves, D. J., Macdonald, R. A. R., & Miell, D. (2012). Musical identities mediate musical development. In G. E. McPherson & G. F. Welch (Eds.), *The Oxford Handbook Of Music Education* (125–142). Oxford University Press.
- Hargreaves, D. J., Miell, D., & Macdonald, R. A. R. (2002). What are musical identities, and why are they important?. In D. J. Hargreaves, D. Miell & R. A. R. Macdonald (Eds.), *Musical Identities* (1–20). Oxford University Press.
- Harter, S. (1990). Self and identity development. In S. S. Feldman & G. R. Elliott (Eds.), *At the threshold: The developing adolescent* (388–413). Harvard University Press.
- Harter, S. (2006). The development of self-esteem. In M. H. Kernis (Ed.), *Self-esteem issues And answers: A sourcebook of current perspectives* (144–150). Psychology Press.
- Headey, B., & Wearing, A. (1991). Subjective well being: A stocks and flows framework. In F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (48–73). Pergamon Press.
- Hebdige, D. (1979). *Subculture: The Meaning of Style*. Routledge.
- Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. (4. vyd.). Portál.
- Heydon, R., & O'Neill, S. A. (2016). *Why Multimodal Literacy Matters: (Re)conceptualizing Literacy and Wellbeing through Singing-infused Multimodal*. Sense.
- Howitt, D. (2019). *Introduction to qualitative research methods in psychology*. Pearson.
- Huang, C. (2010). Mean-level change in self-esteem from childhood through adulthood: Meta-analysis of longitudinal studies. *Review of General Psychology*, 14(3), 251–260.
- Hurrelmann, K., & Quenzel, G. (2018). *Developmental Tasks in Adolescence* (1. vyd.). Routledge.
- Chambers, I. (1985). *Urban Rhythms: Pop Music and Popular Culture*. Macmillan.
- Ivaldi, A. (2003). *Why adolescents admire famous musical role models: implications for aspirations, expectations and identity*. [Disertační práce, University of Keele, Staffordshire]. <https://ethos.bl.uk/OrderDetails.do?uin=uk.bl.ethos.398919>
- Ivaldi, A., & O'Neill, S. A. (2008). Adolescents' musical role models: whom do they admire and why?. *Psychology of Music*, 36(2), 395–415.
- Jamilah, Y. N., & Budiman, N. (2020). Profil Of Clebrity Worship Tendency Among Adolescents. *Journal of Education and Human Resources*. 1(2), 61–68.
- José, M. P. (2001). Transition and youth culture: Forms and performance. *International Social Science Journal*, 52(2), 93–105.
- Jung, J. (1986). How useful is the concept of role model? A critical analysis. *Journal of Social Behavior & Personality*, 1(4), 525–536.

- Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In D. Kahneman, E. Diener, N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (3–25). Russell Sage Foundation.
- Kistler, M., Rodgers, K. B., Power, T., Austin, E. W., & Hill, L. G. (2010). Adolescents and music media: Toward an involvement-mediational model of consumption and self-concept. *Journal of Research on Adolescence*, 20(3), 616–630.
- Kovarovic, J. (2012). *Music lessons for life: Fostering emotion regulation through Suzuki education*. [Diplomová práce, University of Washington, Seattle]. <https://digital.lib.washington.edu/researchworks/handle/1773/20815>
- Kroger, J. (2003). Identity development during adolescence. In G. R. Adams & M. D. Berzonsky (Eds.), *Blackwell handbook of adolescence* (205–226). Blackwell Publishing.
- Kroger, J., & Haslett, S. J. (1991). A comparison of ego identity status transition pathways and change rates across five identity domains. *International Journal of Aging and Human Development*, 32(4), 303–330.
- Lamont, A. (2002). Musical identities and the school environment. In D. J. Hargreaves, D. Miell & R. A. R. Macdonald (Eds.), *Musical Identities* (41–59). Oxford University Press.
- Langan, K. A., & Sachs, D. E. (2013). Opening Pandora's stream: Piping music into the information literacy classroom. *Public Services Quarterly*, 9(2), 89–109.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lerner, R. M., & Steinberg, L. D. (2004) *Handbook of adolescent psychology* (2. vyd.). John Wiley & Sons.
- Lewis, M. (1999). The role of self in cognition and emotion. In T. Dalgleish, M. J. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion*. (125–142). Wiley.
- Lichtwarck-Aschoff, A., van Geert, P., Bosma, H., & Kunnen, S. (2008). Time and identity: a framework for research and theory formation. *Developmental Review*, 28, 370–400. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2008.04.001>
- Lin, Y. C., & Lin, C. H. (2007). Impetus for worship: an exploratory study of adolescents' idol adoration behaviors. *Adolescence*, 42(167), 575–588.
- Locke, A. (2001). Reconstructing female emotionality. *Social Psychological Review*, 3(2), 16–26.
- Lonsdale, A. J., & A. C. North. (2011). Why do We Listen to Music? A Uses and Gratifications Analysis. *British Journal of Psychology*, 102(1), 108–134.
- MacDonald, R. A. R., Hargreaves D. J., & Miell, D. (Eds.). (2002). *Musical identities*. Oxford University Press.
- MacDonald, R. A. R., Hargreaves D. J., & Miell, D. (Eds.). (2017). *Handbook of musical identities*. Oxford University Press.

- MacDonald, R., Kreutz, G., & Mitchell, L. (2012). What is Music, Health and Wellbeing and Why is it Important? In R. MacDonald, G. Kreutz, L. Mitchell (Eds.), *Music, Health, and Wellbeing*. (3–11). Oxford University Press.
- Macek, P. (2003). *Adolescence*. Portál.
- Maciejewski, D. F., Lier, P. A., Branje, S. J., Meeus, W. H., & Koot, H. M. (2015). A 5-year longitudinal study on mood variability across adolescence using daily diaries. *Child Development*, 86(6), 1908–1921.
- Marcia, J. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology*. Wiley.
- Marcia, J. E. (1994). The empirical study of ego identity. In H. A. Bosma & L. G. Tobi (Ed.), *Identity and development: An interdisciplinary approach* (67–80). Sage.
- Marcia, J. E., & Carpendale, J. (2004). Identity: Does thinking make it so? In C. Lightfoot & M. Chandler (Eds.), *Changing conceptions of psychological life*. Erlbaum.
- Marroquín, B., Howard, T., & Stanton, A. (2017). Coping, Emotion Regulation, and Well-Being: Intrapersonal and Interpersonal Processes. In M. D. Robinson, M. Eid (Eds.), *The happy mind: Cognitive contributions to well-being* (253–274). Springer.
- McFerran, K., Derrington, P., & Saarikallio, S. (Eds.). (2019). *Handbook of music, adolescents, and wellbeing*. Oxford University Press.
- McKinlay, A., & McVittie, Ch. (2017). “Will the Real Slim Shady Please Stand Up?”. In R. MacDonald, D. J. Hargreaves & D. Miell (Eds.), *Handbook of musical identities* (137–150). Oxford University Press.
- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Mennin, D. S., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, 49(9), 544–554.
- McPherson, G. E. (Ed.). (2006). *The child as musician: A handbook of musical development*. Oxford University Press.
- McRobbie, A. (1991). *Feminism and Youth Culture: From Jackie to Just Seventeen*. Macmillan.
- Michie, S., Smith, J. A., Senior, V., & Marteau, T. M. (2003). Understanding why negative genetic test results sometimes fail to reassure. *American journal of medical genetics. Part A*, 119(3), 340–347. <https://doi.org/10.1002/ajmg.a.20200>
- Miranda, D. (2013). The role of music in adolescent development: much more than the same old song. *International Journal of Adolescence and Youth*, 18(1), 5–22.
- Miranda, D., & Claes, M. (2009). Music listening, coping, peer affiliation and depression in adolescence. *Psychology of Music*, 37(2), 215–233.
- Miranda, D., & Gaudreau, P. (2011). Music listening and emotional well-being in adolescence: A person-and variable-oriented study. *European Review of Applied Psychology*, 61(1), 1–11.

- Miranda, D., Gaudreau, P., Debrosse, R., Morizot, J., & Kirmayer, L. J. (2012). Music Listening and Mental Health: Variations on Internalizing Psychopathology. In R. MacDonald, G. Kreutz, L. Mitchell (Eds.), *Music, Health, and Wellbeing*. (513–529). Oxford.
- Montgomery, M. J. (2005). Psychosocial intimacy and identity: From early adolescence to emerging adulthood. *Journal of Adolescent Research*, 20(3), 346–374.
- Mulder, J., ter Bogt, T. F. M., Raaijmakers, Q. A. W., Gabhainn, S. N., & Sikkema, P. (2010). From death metal to R&B? Consistency of music preferences among Dutch adolescents and young adults. *Psychology of Music*, 38(1), 67–83.
- Myers, D. G., & Diener, E. D. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10–19.
- Nauta, M. M., & Kokaly, M. L. (2001). ‘Assessing Role Model Influences on Students’ Academic and Vocational Decisions’. *Journal of Career Assessment*, 9(1), 81–99.
- Nolen-Hoeksema, S. (2001). Gender Differences in Depression. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 173–176.
- North, A. C., & Hargreaves, D. J. (2008). *The social and applied psychology of music*. Oxford
- Nurmi, J. E. (2013). Socialization and Self-Development: Channeling, Selection, Adjustment, and Reflection. In R. M. Lerner, L. Steinberg (Eds.), *Handbook of Adolescent Psychology* (85–124). John Wiley & Sons.
- O’Neill, S. A. (2019). Entangled musical lives: Affordances of spaces in young people’s music engagement for connectedness and wellbeing. In K. McFerran, P. Derrington & S. Saarikallio (Eds.), *Handbook of Music, Adolescents, and Wellbeing* (175–187). Oxford University Press.
- O’Neill, S. A., Ivaldi, A., & Fox, C. (2002). Gendered Discourses in Musically “Talented” Adolescent Females’ Construction of Self, *Feminism and Psychology*, 12(2), 153–159.
- Oyserman, D., & Fryberg, S. (2006). The possible selves of diverse adolescents: Content and function across gender, race and national origin. In C. Dunkel & J. Kerpeleman (Eds.), *Possible selves: Theory, research and applications* (17–39). Nova Science Publishers.
- Pajares, F., & Urdan, T. (Eds.). (2006). *Adolescence and Education: Vol. 5. Self-efficacy Beliefs of Adolescents*. Information Age.
- Papinczak, Z. E., Dingle, G. A., Stoyanov, S. R., Hides, L., & Zelenko, O. (2015). Young people’s uses of music for well-being. *Journal of Youth Studies*, 18(9), 1119–1134.
- Piaget, J. (1972). Intellectual evolution from adolescence to adulthood. *Human Development*, 1(15), 1–12.
- Piaget, J., & Inhelder, B. (1969). *The psychology of the child*. Basic Books.
- Raviv, A., Bar-Tal, D., Raviv, A., & Ben-Horin, A. (1996). Adolescent idolization of pop singers: Causes, expressions, and reliance. *Journal of Youth and Adolescence*, 25(5), 631–650.

- Reimer, M. S. (1996). Sinking into the ground: The development and consequences of shame in adolescence. *Developmental Review*, 16(4), 321–363.
- Rentfrow, P. J., & Gosling, S. D. (2006). Message in a ballad: The role of music preferences in interpersonal perception, *Psychological Science*, 17(1), 236–242.
- Riediger, M., & Klipker, K. (2014). Emotion regulation in adolescence. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (187–202). The Guilford Press.
- Roberts, D. F., Henriksen, L., & Foehr, U. G. (2009). Adolescence, adolescents, and media. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (314–344). Wiley.
- Robinson, M. D., Watkins, E., & Harmon-Jones, E. (Eds.). (2013). *Handbook of cognition and emotion*. The Guilford Press.
- Rosenblum, G. D., & Lewis, M. (2003). Emotional development in adolescence. In G. R. Adams, M. D. Berzonsky (Eds.), *Blackwell handbook of adolescence* (269–289). Blackwell Publishing.
- Rubenstein, L. M., Hamilton, J. L., Stange, J. P., Flynn, M., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2015). The cyclical nature of depressed mood and future risk: Depression, rumination, and deficits in emotional clarity in adolescent girls. *Journal of Adolescence*, 42, 68–76.
- Saarikallio, A., & Erkkilä, J. (2007). The role of music in adolescents' mood regulation. *Psychology of Music*, 35(1), 88–109.
- Salguero, J. M., Fernandez-Berrocal, P., Balluerka, N., & Aritzeta, A. (2010). Measuring perceived emotional intelligence in the adolescent population: Psychometric properties of the Trait Meta-Mood Scale. *Social, Behavior, and Personality*, 38(9), 1197–1210.
- Seiffe-Krenke, I. (1993). Introduction to special issue on stress and coping. *Journal of Adolescence*, 16, 227–233.
- Selfhout, M. H. W., Branje, S. J. T., ter Bogt, T. F. M., & Meeus, W. H. J. (2009). The role of music preferences in early adolescents' friendship formation and stability. *Journal of Adolescence*, 32(1), 95–107.
- Selfhout, M. H. W., Delsing, M. J. M. H., ter Bogt, T. F. M., & Meeus, W. H. J. (2008). Heavy Metal and Hip-Hop Style Preferences and Externalizing Problem Behavior: A Two-Wave Longitudinal Study. *Youth & Society*, 39(4), 435–452.
- Senior, V., Smith, J. A., Michie, S., & Marteau, T. M. (2002). Making sense of risk: an interpretative phenomenological analysis of vulnerability to heart disease. *Journal of health psychology*, 7(2), 157–168. <https://doi.org/10.1177/1359105302007002455>
- Shapka, J. D., & Keating, D. P. (2005). Structure and change in selfconcept during adolescence. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 37, 83–96.
- Schwartz, K. D., & Fouts, G. T. (2003). Music preferences, personality style, and developmental issues of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(3), 205–213.

- Silverberg, S. B., & Gondoli, D. M. (1996). Autonomy in adolescence: A contextualized perspective. In G. R. Adams, R. Montemayor & T. P. Gullotta (Eds.), *Psychosocial development during adolescence: Progress in developmental contextualism* (12–61). Sage.
- Simon, R. W., Eder, D., & Evans, C. (1992). The development of feeling norms underlying romantic love among adolescent females. *Social Psychology Quarterly*, 55(1), 29–46.
- Skinner, E. A., & Wellborn, J. G. (1994). Coping during childhood and adolescence: A motivational perspective. In D. Featherman, R. Lerner, M. Perlmutter (Eds.), *Life-span development and behavior* (91–133). Erlbaum.
- Smith, J. A. (1999). Towards a relational self: Social engagement during pregnancy and psychological preparation for motherhood. *British Journal of Social Psychology*, 38(4), 409–426. <https://doi.org/10.1348/014466699164248>
- Smith, J. A. (2019). Participants and researchers searching for meaning: Conceptual developments for interpretative phenomenological analysis, *Qualitative Research in Psychology*, 16(2), 166–181. <https://doi.org/10.1080/14780887.2018.1540648>
- Smith, J. A., Flower, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research*. Sage.
- Smith, J., & Bryant, F. (2017). Savoring and well-being: Mapping the cognitive-emotional terrain of the happy mind. In M. D. Robinson, M. Eid (Eds.), *The happy mind: Cognitive contributions to well-being* (139–156). Springer.
- Solli, H. P. (2015). Battling illness with wellness: a qualitative case study of a young rapper's experiences with music therapy, *Nordic Journal of Music Therapy*, 24(3), 204–231.
- Stapley, J. C., & Haviland, J. M. (1989). Beyond depression: Gender differences in normal adolescents' emotional experiences. *Sex Roles*, 20(5–6), 295–308.
- Steinberg L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*. 9(2). 69–74
- Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. In S. T. Fiske, D. L. Schacter & C. Zahn-Waxler (Eds.), *Annual Review of Psychology* (83–110). Annual Reviews.
- Stern, M., & Zevron, M. A. (1990). Stress, coping and family environment: The adolescent's response to naturally occurring stressors. *Journal of Adolescent Research*, (5), 290–305.
- Strachen, A., & Jones, D. (1982). Changes in identification during adolescence: A personal construct theory approach. *Journal of Personality Assessment*, 46(5), 139–148.
- Tangney, J. P., & Fischer, K. W. (Eds.). (1995). *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride*. Guilford Press.
- Ter Bogt, T. F. M., Mulder, J., Raaijmakers, Q. A. W., & Nic Gabhainn, S. (2011). Moved by music: A typology of music listeners. *Psychology of Music*, 39(2), 147–163.

- Teslenko, A. (2016). Pop-Music as a Case-Study of Youth Culture. *Advances in Anthropology*, 6, 109–121.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 250–283.
- Tov, W. (2018). Well-being concepts and components. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. DEF Publishers.
- Tracy, J. L., Robins, R. W., & Tangney, J. P. (Eds.). (2007). *The self-conscious emotions: Theory and research*. Guilford Press.
- Turner, A., Barlow, J., & Ilbery, B. (2002). Play Hurt, Live Hurt: Living with and Managing Osteoarthritis from the Perspective of Ex-professional Footballers. *Journal of health psychology*, 7(3), 285–301. <https://doi.org/10.1177/1359105302007003222>
- Usher, E. L., & Pajares, F. (2008). Sources of Self-Efficacy in School: Critical Review of the Literature and Future Directions. *Review of Educational Research*, 78(4), 751–796. <https://doi.org/10.3102/0034654308321456>
- Vágnerová, M. (1999). *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Karolinum.
- Van der Gaag, M. A. E., Albers, C. J., & Kunnen, E. S. (2017). Micro-level mechanisms of identity development: the role of emotional experiences in commitment development. *Developmental Psychology*, 53(11), 2205–2217. <https://doi.org/10.1037/dev0000336>.
- Van der Gaag, M. A., de Ruiter, N. M., & Kunnen, E. S. (2016). Micro-level processes of identity development: intra-individual relations between commitment and exploration. *Journal of Adolescence*, 47(2), 38–47. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.11.007>
- Van Roekel, E., Verhagen, M., Engels, R. C., Scholte, R. H., Cacioppo, S., & Cacioppo, J. T. (2016). Trait and state levels of loneliness in early and late adolescents: Examining the differential reactivity hypothesis. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 18(1), 1–12.
- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of happiness*. Kluwer.
- Verma, S., & Larson, R. (1999). Are Adolescents More Emotional? A Study of the Daily Emotions of Middle Class Indian Adolescents. *Psychology and Developing Societies*, 11(2), 179–194.
- Verzeletti Ch., Zammuner, V. L., Galli & C., & Agnoli S. (2016). Emotion regulation strategies and psychosocial well-being in adolescence. *Cogent Psychology*, 3(1), 1–15.
- Voelker, D. K., Reel, J. J., & Greenleaf, C. (2015). Weight status and body image perceptions in adolescents: current perspectives. *Adolescent health, medicine and therapeutics*, 6, 149–158.
- Waterman, A. S. (2020). “Now what do I do?”: Toward a conceptual understanding of the effects of traumatic events on identity functioning. *Journal of Adolescence*, 79, 59–69.

Weil, L. G., Fleming, S. M., Dumontheil I., Kilford, E. J., Weil, R. S., Rees, G., Dolan, R. J., & Blakemore S. (2013). The development of metacognitive ability in adolescence. *Consciousness and Cognition*, 22(1), 264–271.

Whiteley, S. (2000). *Women and Popular Music: Sexuality, Identity and Subjectivity*. Routledge.

Wicks, S., Berger, Z., & Camic, P. M. (2019). It's how I am... it's what I am... it's a part of who I am: a narrative exploration of the impact of adolescent-onset chronic illness on identity formation in young people. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 24(1), 40–52.

Williams, P. (2022, 6. ledna). *humanrace*. Instagram. Dostupné 12. 3. 2023 z https://www.instagram.com/p/CYZXD_SJ24U/?igshid=YmMyMTA2M2Y%3D&fbclid=IwAR27XJJGbxRkcxLFSbKSbe0q2_Dm5m0Ad1CK116MgiwzBxAgvSQufcvMQ0

Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research in psychology* (3. vyd.). Open University Press.

Wilson, C., Christie, D., & Woodhouse, C. R. (2004). The ambitions of adolescents born with exstrophy: a structured survey. *BJU international*, 94(4), 607–612.

<https://doi.org/10.1111/j.1464-410X.2004.05010.x>

Yang, Y. (2014). Study of the Development of Youth Culture under the Background of Advanced Culture. *Sociology Mind*, 4(1), 58–60.

Yoder, A. E. (2000). Barriers to ego identity status formation: A contextual qualification of Marcia's identity status paradigm. *Journal of Adolescence*, 23(1), 95–106.

Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C., & Stegall, S. (2006). Emotion regulation in children and adolescents. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 27(1), 155–168.

Zillmann, D., & Gan, S. (1997). Musical taste in adolescence. In J. Hargreaves & A. C. North (Eds.), *The social psychology of music* (161–187). Oxford University Press.

Zimmer-Gembeck, M. J., Siebenbruner, J., & Collins, W. A. (2004). A Prospective Study of Intraindividual and Peer Influences on Adolescents' Heterosexual Romantic and Sexual Behavior. *Archives of Sexual Behavior*, 33(4), 381–394.