Pražská vysoká škola psychosociálních studií

Psychosociální kontext užívání informačních a komunikačních technologií a technologická redukce reality:

Možnosti sociální práce při prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů

Bc. Daniel Bezányi

Vedoucí práce: PhDr. Martin Kuška, PhD.

Praha 2018

Studijní program: Sociální politika a sociální práce (Mgr.)

Obor: Sociální práce se zaměřením na komunikaci a aplikovanou psychoterapii

Forma studia: kombinované studium

Prague college of psychosocial studies

Psychosocial context of use of information and communication technologies and technological reality reduction:

Possibilities of Social work in the prevention and follow up care at technologically conditioned social pathologies.

Bc. Daniel Bezányi

The diploma Thesis Work Supervisor: PhDr. Martin Kuška, PhD.

Prague 2018

Study program: Social politics and social work (Master's Degree)
Field: Social work with a focus on communication and applied psychotherapy
Form of Study: Part time study

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že svou diplomovou práci na téma:

Psychosociální kontext užívání informačních a komunikačních technologií a technologická redukce reality: Možnosti sociální práce při prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů

jsem vypracoval samostatně pod vedením vedoucího diplomové práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu literatury na konci práce. Jako autor uvedené diplomové práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušil autorská práva třetích osob.

V Klecanech dne 30. 4. 2019 …….

Anotace

Autor pracuje již devatenáctým rokem v oboru informačních a komunikačních technologií (ICT) a v průběhu své praxe pozoroval významné změny osobností svých kolegů i své vlastní. To jej motivovalo zabývat se příčinami těchto změn, které se rozhodl zkoumat společně s možnostmi návratu od technologiemi ovlivňované reality do plnohodnotného lidského bytí v reálném světě.

Tato práce navazuje na téma bakalářské práce a rozšiřuje jej o nové poznatky a perspektivy zkoumání dané problematiky a zejména také o praktické možnosti využití poznatků v praxi sociálního pracovníka.

Magisterská diplomová práce se věnuje užívání ICT a technologické redukci reality. Ve své teoretické části se zabývá postupným procesem adaptace člověka na virtuální realitu, hlavními rizikovými skupinami, problematikou získávání náhledu na ohrožující situace, střetem zájmů výrobců technologií a jejich dopadu na lidské zdraví a v neposlední řadě možnostmi nápravy.

Praktická část představuje kvalitativní výzkum vedený formou osobních rozhovorů s profesionály z mnoha oborů lidské činnosti, kteří přinášejí teoretické i praktické zkušenosti v oblasti prevence a nápravy technologicky podmíněných sociálně patologických jevů.

Klíčová slova

ICT, PC, komunikace, redukcionismus, digitalizace, psychosociální stres, technostres, virtualita, virtuální realita, realita, redukce reality, identita, ztráta identity, podpříroda, technologická závislost, prevence, vzdělávání, sebepoznání, dvanáct smyslů, makroúroveň sociální práce, internetová generace, gramotná kultura, kyberkultura.

Abstract

The author of the dissertation has been working in the realm of information and communication technologies (ICT) for nineteen years. In the course of time, he has had a possibility to observe significant personality changes in his colleagues as well as his own. This experience enabled him to develop an interest in searching for the source and causes of such changes including the possible treatment to get back from the world of reality influenced by technologies into a fully meaningful life in the real world

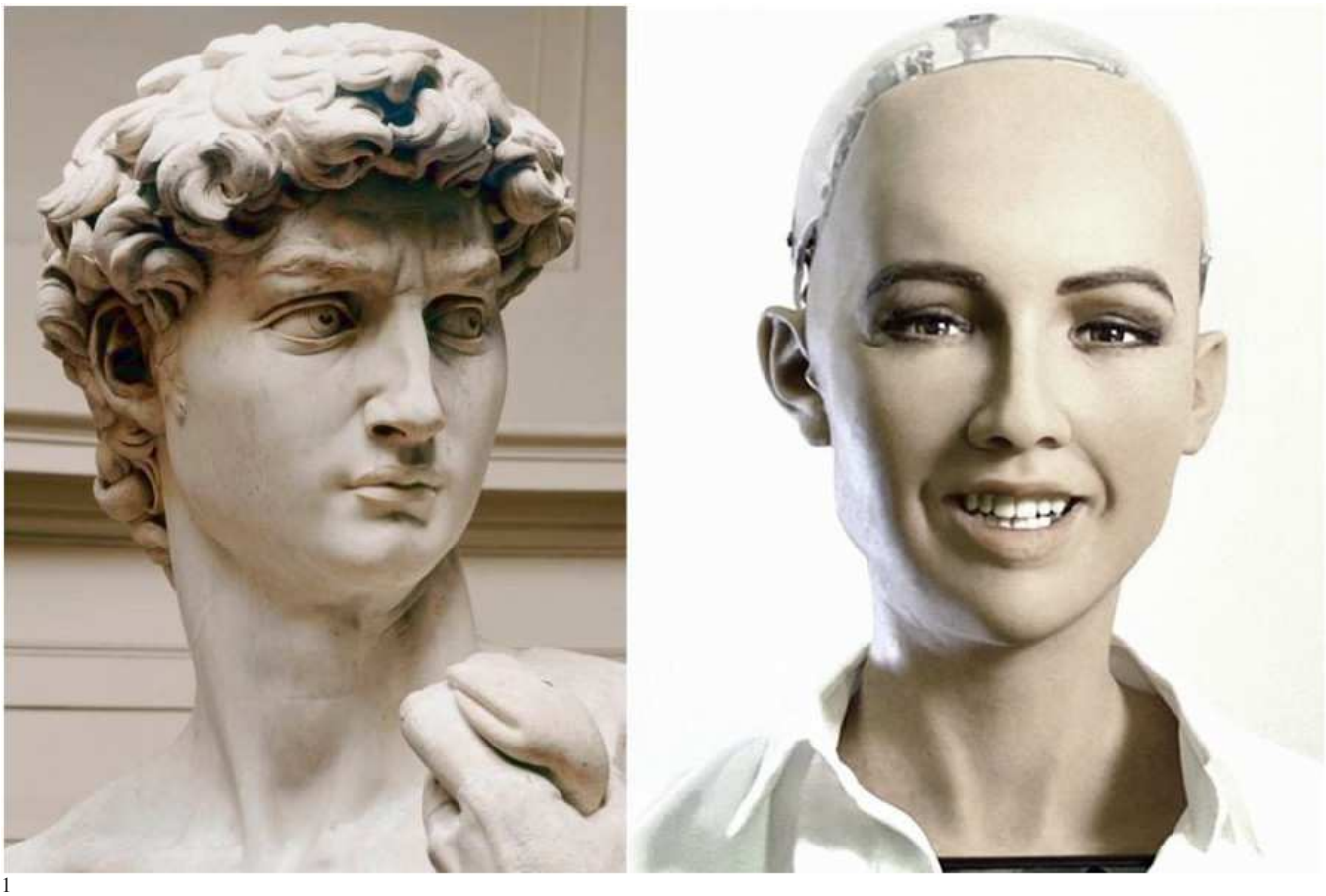
This dissertation follows the bachelors dissertation and widens its the horizons in the terms of new knowledge and research of the problematics mentioned above as well as practical possibilities of using the acquired knowledge in the practical life of a social worker.

The masters dissertation deals with the use of ICT and technological reduction of reality. The theoretical part deals with the gradual process of the adaptation to virtual reality, potential risk groups, questions concerning the development of insight into high-risk situations, the conflict of interests between the technology producers and their impact on health, last but not least the plethora of possible ways of treatment.

The practical part of my dissertation includes qualitative research which was done by the means of personal interviews with professionals coming from various fields of human activities. These interviews bring both theoretical as well as practical experience in the realm of prevention and treatment of technologically conditioned social pathological phenomena.

Key words

ICT, PC, communication, reductionism, digitalization, psychosocial stress, technostress, virtuality, virtual reality, reduction of reality, identity, loss of identity, sub-nature, technological addition, prevention, education, self-knowledge, twelve senses, macro level, social work, internet literacy, literate culture, cyberculture.



[1]

[1] Michelangelova socha Davida a robot jménem Sofie; námět byl použit jako hlavní vizuál konference Nezastupitelné kvality lidství; zdroj obrázků: internet; grafické zpracování Jan Chromeček 2017

Obsah

Úvod ..... - 7 -

TEORETICKÁ ČÁST ..... - 10 -

1 Psychosociální kontext užívání ICT: technologická redukce reality ..... - 11 -

2 Adaptace člověka na virtuální realitu ..... - 12 -

2.1 Nástup rozhlasu a televize ..... - 12 -
2.2 Přemostění reality ..... - 13 -
2.3 Komputerizace a technologizace – odcizení se přirozenému světu ..... - 14 -
2.4 Prolnutí reality a virtuality – redukce sociálních vztahů ..... - 15 -
2.5 Prohloubení závislosti a odklon od reality ..... - 17 -
2.6 Deprivace smyslů a smyslového poznávání ..... - 18 -
2.7 Vědomé lidství jako výzva doby ..... - 19 -

3 Rizikové skupiny ..... - 21 -

3.1 Děti a dospívající ..... - 24 -
3.2 Strategické cíle vzdělávání dětí ..... - 26 -
3.3 Sociální práce v politice a ekonomice ..... - 29 -
3.4 Profesně s ICT a technikou pracující ..... - 33 -
3.5 Dospělí ..... - 34 -

4 Problematika získávání náhledu na ohrožující situace ..... - 36 -

4.1 Ztráta pozornosti a schopnosti koncentrace ..... - 36 -
4.2 Změny způsobované v myšlení ..... - 37 -
4.3 Změny v oblasti cítění a empatie ..... - 39 -
4.4 Změny v oblasti vůle ..... - 41 -
4.5 Poškozené fyzické a duševní zdraví ..... - 43 -
4.6 Ztráta důvěryhodnosti odborníků a ztráta důvěry v autority a informační systémy ..... - 44 -
4.7 Pravdivost a kvalita poskytovaných informací ..... - 46 -

5 Střet zájmů výrobců technologií a dopadu na zdraví konzumentů ..... - 49 -

5.1 Zdá se, že tito generální ředitelé technologických společností vědí něco, co my ne. ..... - 50 -
5.2 Touha po zisku ..... - 52 -
5.3 Touha po moci ..... - 53 -
***5.4* Poučení se z minulosti** ..... - 54 -
5.5 Ztráta identity ..... - 57 -
***5.6* Proměna prostřednictvím poznání** ..... - 57 -
5.7 Uspořádání jednotlivých článků sociálního organismu a jiná perspektiva ..... - 59 -
5.8 Namísto závěru ..... - 63 -

6 Možnosti nápravy ..... - 65 -

6.1 Sociální práce na její makroúrovni ..... - 65 -
6.2 Test závislosti na technologiích a test vůle ..... - 66 -
6.3 Terapeutické možnosti ..... - 67 -
6.4 Možnosti sociální práce v prevenci a vzdělávání ..... - 67 -

6.5 Možnosti nápravy dle Manfreda Spitzera ... - 68 -
6.6 Rytmus nahrazuje sílu ... - 70 -
6.7 Východisko v duchovní vědě ... - 71 -
6.8 Náprava sebevýchovou ... - 71 -
6.9 Humor ... - 73 -
6.10 Primární prevence ... - 75 -
6.11 Praktické využití poznatků v oblasti sociální práce, komunikace a terapie ... - 76 -

7 Návrat do reality ... - 78 -

PRAKTICKÁ ČÁST ... - 79 -

8 Kvalitativní výzkum ... - 79 -

8.1 Realizace výzkumu ... - 79 -
8.2 Případové studie ... - 81 -

9 Výsledky výzkumné sondy ... - 82 -

9.1 Prof. PhDr. Anna Hogenová, CSc. (nar. 1946), filosof, univerzitní pedagog ... - 82 -
9.2 Mgr. et MgA. Lucie Essenza (nar. 1985), psycholog ... - 83 -
9.3 Doc. Enzo Assenza, MPA (Harvard), DPhil (Oxon) (nar. 1968), univerzitní pedagog a inovátor ... - 83 -
9.4 PhDr. Anežka Janátová (nar. 1945), psycholog a pedagog ... - 84 -
9.5 Mgr. Martin Procházka (nar. 1973), pedagog a terapeut ... - 85 -
9.6 Ada Ulčáková Rosin, B. Ed., Dipl.K.T. (nar. 1968), arteterapeut ... - 85 -
9.7 Eva Helebrantová (nar. 1971), pedagog, umělec a terapeut ... - 86 -
9.8 Tomáš Boněk (nar. 1972), farář Obce křesťanů, historik a pedagog ... - 86 -
9.9 Mgr. Tomáš Petr (nar. 1972), pedagog ... - 87 -
9.10 Nora Vockerodt (nar. 1949), terapeut, lektor ... - 88 -
9.11 MUDr. Hana Sirotková (nar. 1969), lékař, neurolog ... - 89 -
9.12 MUDr. Petr Mílek (nar. 1965), psychiatr a psychoterapeut ... - 90 -
9.13 MUDr. Lukáš Dostal (nar. 1963), lékař ... - 91 -
9.14 Sebereflexní písemná výpověď patologického hráče PC her ... - 92 -
9.15 Případová studie, profesionální IT specialista ... - 92 -

10 Závěr výzkumu ... - 93 -

10.1 Diskuse ... - 94 -
10.2 Závěr diplomové práce ... - 94 -

11 Použitá literatura ... - 97 -

PŘÍLOHY ... - 1 -

„...Mně samotnému už docházejí síly.

Mám pocit, že roboti a mloci zaplavují Zemi.

Vždy, když přestaneme vnímat Krásu

v jejích každodenních projevech,

v západech a východech slunce,

v úsměvu dětí, v otázkách nám kladených

a v odpovědích na ně,

dáváme prostor přízrakům,

aby se zabydlely kolem nás i v nás.

Každým slovem,

které vyslovíme nebo napíšeme, tvoříme.

Tvoříme buď šat pro Bytost Krásy a Moudrosti,

anebo pomáháme svou bezmyšlenkovitostí,

strachem a zlou vůlí tvořit těla přízrakům,

které chtějí lidskou bytost zničit.

Ale věřím, že váhu slova i myšlenky

si každý z nás začne stále více uvědomovat. „

Karel Čapek v dopise Olze Scheinpflugové[2]

[2] V uměleckém zpracování tématu pro audio CD Zlatý most, autor textu PhDr. Anežka Janátová (Janátová & Krček, 1988/2005, stopa 13).

Úvod

Od oponenta bakalářské práce pana Mgr. et Mgr. Michala Slaninky, Ph.D. byla autorovi této práce v rámci její obhajoby položena klíčová otázka: „Domnívá se autor, zda vůbec a co přináší ICT pro rozvoj lidského ducha?“. Od té doby se autor této práce zabývá hledáním odpovědi.

Zabýváme-li se seriózně otázkou, co vlastně přináší svět techniky, informačních a komunikačních technologií pro skutečný rozvoj lidského ducha, nenalezneme zprvu zhola nic (podrobněji viz kapitola č. 4). K jakémukoli zdánlivě pozitivnímu působení techniky na rozvoj lidského ducha, které budeme schopni identifikovat, vždy nalezneme celou sérii negativních vlivů. Můžeme se však na tento svět techniky podívat ze zcela opačné perspektivy: Co všechno se člověk může naučit tím, že se bude se světem digitálních a informačních technologií potýkat? Co všechno mu může přinést úsilí, které bude potřebovat na překonání všech negativních jevů? A zde již lze výborně aplikovat princip formulovaný zakladatelem moderní duchovní vědy Rudolfem Steinerem:

> ***„Člověk se stává silným, pokud musí namáhat své svaly. A právě tak musí dobro, pokud se má vystupňovat ve svatost, překonat zlo, které se mu staví do cesty. Zlo má úkol přivést lidstvo na vyšší stupeň.“ (Steiner, 2000, s. 191)***

Žijeme v zemi, ve které se nalézají prastaré fosilie živočichů svědčící o výskytu života na našem území v pradávných historických dobách před objevením se člověka, v zemi, která stojí z velké části na nejpevnější hornině planety zvané Moldanobikum, v zemi, kde bylo nalezeno pravděpodobně nestarší zobrazení člověka, tzv. Předmostská Venuše vyrytá do mamutího klu, v zemi, ve které se narodil, žil a působil Mistr Jan Hus, který bývá označován za prvního nositele duše vědomé a ve které vzniká i celosvětově užívané slovo ROBOT, které bylo poprvé použito ve hře Karla Čapka R.U.R.. Roboti v ní nahrazují v práci člověka, což proměňuje světový ekonomický systém, roboti nakonec povstanou a lidstvo zničí. Když se o původu slova ROBOT dozvěděl německý psychiatr, neurovědec a autor v českém jazyce vydaných knih Digitální demence a Kybernemoc, Manfred Spitzer, řekl pohotově v rozhovoru pro Lidové noviny: *„To vysvětluje, proč byly obě moje knihy o digitální demenci tak rychle přeloženy do češtiny. Zájem Čechů o mé knihy mi nebyl příliš jasný. Možná proto, že v Česku je na co navázat.“* (Matějčková, 2016)

Tato práce je jedním z pokusů také navázat a prozkoumat blíže svět informačních a komunikačních technologií (ICT), vědomě nahlédnout z několika úhlů pohledu jejich působení a nastínit sociálnímu pracovníkovi možnosti, jak se se světem techniky zdravě vyrovnávat.

Roboti se již po oblasti průmyslové a hospodářské zabydleli v našich domácnostech i v našich kapsách v podobě mobilních telefonů. Provázejí nás od porodnice, dokonce i na nočníku. Firma Fisher-Price (americká společnost vyrábějící hračky pro malé děti) vyrábí sedátko pro trénink chození na nočník, které je vybaveno držákem pro iPad (Greenfieldová, 2016, s. 26). Roboti zasahují také do oblasti kultury například tím, že v Japonsku píší povídky i romány, které se účastní soutěže o literární ceny (ČTK, 2016). Stávají se hlídači, pomocníky i společníky zdaleka již nejen starým lidem a nahrazují tak sociální kontakt. Příkladem je virtuální společnice (virtuální domácí robot na LCD displeji), která je vždy v dobré náladě, probouzí svého člověka, píše mu SMS zprávy, věrně na něj doma čeká a před jeho blížícím se příchodem, který zjistí z GPS souřadnic, například rozsvítí světlo v obývacím pokoji a jakmile se člověk objeví ve dveřích, vítá ho, přešlapuje a cupitá při tom jako věrný pejsek (https://gatebox.ai/home/). Na 3D tiskárně si lze vytisknout a sestrojit robotizovanou ženu, jak to učinil hongkongský nadšenec do robotiky a jedné hollywoodské herečky Ricky Ma, který si vytiskl Scarlett Johanssonovou na tiskárně, pak si ji smontoval a oživil (Šmíd, 2016). Někteří chtějí mít s takovouto ženou dítě rovněž vytištěné na 3D tiskárně, jak to se svou sexuální robotkou Samanthou plánuje její vynálezce Sergi Santos (Chalupa, 2017). Roboti v tzv. Turingově testu (porota rozhodčích má za úkol rozlišit, zda komunikují se strojem napodobujícím člověka, nebo s člověkem) již dokáží zmást i „odborníky“, kteří přestávají být schopni rozlišit, zda komunikují se strojem či reálným člověkem (Kasík, 2014). Robot s ženskou tváří nazvaný Sophia (božská moudrost) dostal v Saudské Arábii občanství („První robot v dějinách lidstva získal občanství,“ 2016). Najdou se lidé, kteří dokáží dávat váhu slovům tohoto robota, který se vyjadřuje „zasvěceně“ k problematice lidských a robotických práv (Janíková, 2018). Ruský majitel on-line médií Dmitrij Ickov pracuje na realizaci své vize zajištění nesmrtelnosti člověka nahráním jeho osobnosti do počítače pomocí přečtení a uploadu lidského mozku do softwarové podoby a tím přenesení vědomí člověka do nové schrány (Tomanová, 2016). Ve Španělsku, Francii, Praze a jistě i jinde jsou úspěšně provozovány nevěstince s umělými vnadně tvarovanými „realistickými pannami“, figurínami podobnými co nejvěrněji „člověku“ (Šedý, 2018). V této souvislosti se hovoří o „silikonové sexuální revoluci“. Avšak díky postupující robotizaci lze v brzké budoucnosti očekávat roboty opět věrně podobné ženskému tělu, avšak s „umělou inteligencí“, jež je plně zaměřena na poskytování sexuálních služeb. V automobilovém průmyslu došlo při nasazování autonomního řízení, v případech, kdy se má systém v kolizních situacích rozhodnout, zda ohrozí životy posádky nebo chodců, ke konfliktu s prvním zákonem robotiky, jak jej formuloval spisovatel Isaac Asimov: „Robot nesmí ublížit člověku“. Roboti již také zaujímají místa soudců (Kar, 2017). To je jen pár příkladů z poslední doby[3].

[3] Obrázky k tomuto úvodu viz Obrazová příloha v závěru této práce.

Člověk žije jako sociální bytost v nejširším smyslu slova v oblasti kulturní, dále hospodářské a politicko-právní, neboli v zevním právním státu, který uspořádává právní vztahy člověka k člověku a dnes i robotů. Jelikož definice práv robotů nebo udělení občanství robotovi je ve svém důsledku právním aktem. Ve všech těchto třech oblastech se stáváme součástí nových fenoménů, nastupujících s tzv. informačním věkem. Člověk sestrojil technologie, které, často aniž by to bylo pozorovatelné, zpětně ovlivnily bytost člověka a takto ovlivněný člověk sestrojuje stále nové technologie, které na něho opět zpětně působí, přičemž je v každém dalším kroku toto zpětné působení hůře a hůře pozorovatelné a rozpoznatelné. Tato spirála člověka nepovznáší výše a výše k jeho duchovnímu rozvoji, ale naopak ho zatlačuje stále níže a níže do oblasti, ze které svět technologií sám povstává.

Také proto tématem této práce není adorace světa ICT, jelikož na toto téma je publikováno nepřeberné množství vědeckých, odborných i laických pojednání. Tato práce je naopak věnována méně popularizovaným souvislostem a možným východiskům.

Po krátkém shrnutí výstupů bakalářské práce v úvodní kapitole Psychosociální kontext užívání ICT: technologická redukce reality se tato práce zaměřuje na postupný proces, v rámci kterého se podařilo převést člověka, jehož způsob života a smyslového vnímání byl zakotven v realitě, do světa nereálného, virtuálního. Následně je poukázáno na nejrizikovější a nejzranitelnější cílovou skupinu, kterou jsou děti i na cílovou skupinu dospělých, kteří profesně s ICT pracují. U těchto profesionálů jednostranně přetížených technikou je možné již dnes dobře pozorovat vystupňované působení techniky na člověka, které se u jednostranně přetížených ostatních uživatelů projevuje pozvolněji v delším časovém horizontu..

Samostatnou kapitolou je problematika získávání náhledu na ohrožující situace, ve které je poukázáno na patologické změny vyvolané technikou v oblasti schopnosti koncentrace, myšlení, cítění a empatie, v oblasti vůle, v oblasti fyzického i duševního zdraví, které zpětně negativně ovlivňují schopnost reflexe tohoto nebezpečného působení. Tato situace vyhovuje výrobcům technologií a je pro ně dokonce marketingově chtěnou, jak je rozebráno v následující analýze, která upozorní mimo jiné i na to, že zde nejde pouze o finanční zisk a získání moci, ale o mnohem více, o lidskou individualitu samotnou. Východisko z této situace je poté nalézáno v oblasti poznání.

Jakmile dospěje kolektivní poznání k hlubšímu pochopení vlivu techniky, nebude tato působit na člověka ve skrytu a bude možné s tímto novým poznáním začít nově a vědomě uspořádávat realitu i soužití člověka a techniky a nalézat možnosti nápravy, které jsou hledány v poslední kapitole teoretické části této práce i zpracovány v části výzkumné.

.

TEORETICKÁ ČÁST

Vymezení klíčových pojmů

Pojem **ICT** je zkratkou anglického *Information and Communication Technologies* čímž se rozumí informační a komunikační technologie (IKT), technologie využívané ke komunikaci lidí s cílem předávání informací, k dorozumívání se bez fyzického kontaktu specifickou formou telekomunikace, při které využíváme zařízení pro přenos, šíření a uchování informace (Haviger, 2010).

Do tohoto pojmu autor práce řadí rovněž informační technologie (IT) obecně, tedy technologie konstruované na výpočetní technice, ať již se jedná například o běžně užívané GPS (Global Positioning System, česky Globální polohovací systém) navigace, nebo třeba aplikaci IT do předmětů denní potřeby jako jsou dopravní prostředky, technologická zařízení budov nebo domácí spotřebiče.

Technologicky redukovanou realitou je pak míněna pouhá výseč reality smyslového světa, která se může falešně jevit jako kompletní a/či zdánlivě nesouvisející se svým okolím. Takto fragmentovaná část reality je poté zadefinována a dále vnímána a popisována jako v sobě uzavřená část světa nesouvisející se svým dalším okolím.

Virtuální realita je ve smyslu této práce realitou zprostředkovanou člověku technologicky, tedy jinak než smyslově ve smyslovém světě.

1 Psychosociální kontext užívání ICT: technologická redukce reality

Toto téma bylo zpracováno v rámci stejnojmenné bakalářské práce autora, která je dostupná na internetu v archivu Pražské vysoké školy psychosociálních studií (Bezányi, 2015).

V této své práci se autor zabývá změnami sociálního a kulturního kontextu s rozvojem ICT a nástupem techniky, je popsán proces sestupné cesty od celistvosti směrem k fragmentizaci a redukcionismu, zrychlení času, nárůstu objemu dat (BigData), který vede ke ztrátě poznávání a rozumění příčinným souvislostem. Dále je popsán dopad vlivu technologií na mezilidskou komunikaci, vedoucí k povrchnosti, ztrátě slovesnosti i ztrátě schopnosti empatického rozhovoru.

Popisován je rovněž proces změny socializace, kterou technologie ovlivňují směrem ke ztrátě sebepoznání, odcizenosti, manipulovatelnosti, masovosti, touze po moci a ztrátě uspokojování fyzických, duševních i duchovních potřeb člověka. V podrobnostech je rozebrán negativní vliv ICT na vznik tzv. technostresu, vznik závislostí, dále na zdraví fyzické a duševní, které následně na somatické úrovni může vést až k degenerativním onemocněním. V práci je poukázáno na to, jak svět ICT působí na duchovní úrovni a úrovni jáství. Jak dochází ke ztrátě identity, jak může vést vznikající virtuální identita a virtuální já k disociaci osobnosti a ztrátě smyslu života a s tím i vlastní individuality a životního úkolu (Bezányi, 2015, s. 35).

Východisko teoretické části bakalářské práce je shledáváno ve vědomé cestě, vedoucí od malého egoistického (sobeckého, na sebe zaměřeného) „já“ k principu „Já jsem“, jelikož „***ve vědomí Já jsem lze i bez přítomnosti na internetové síti prožít sounáležitost se všemi lidskými bytostmi při zachování si individuality vlastního jáství“*** (Bezányi 2015, s. 39)**.** Neboť „*Když každý jedinec najde své „já jsem“, když lidstvo žít opravdu lidsky a všechno pronikne láska, pak můžeme s důvěrou očekávat třetí tisíciletí!*“ (Prekopová a Schweizerová, 2008, s. 152)

Tato diplomová práce si klade za cíl navázat na bakalářskou práci autora, mnohé doplnit, nastínit z jiného úhlu pohledu, přispět k pochopení naléhavosti výzvy doby a pokusit se nacházet praktická východiska ze zdánlivě začarovaného kruhu, využitelná v sociální práci i na různých úrovních lidské činnosti a lidského bytí. Zejména se snaží přinést porozumění příčinám a ohrožujícím situacím a z toho plynoucí praktické náměty pro profesní působení sociálního pracovníka v nejširším smyslu na makro, mezo i mikro úrovni sociální práce.

2 Adaptace člověka na virtuální realitu

2.1 Nástup rozhlasu a televize

> "Demokracie znamená kontrolu politické moci. Taková je její charakteristika. Proto by v demokracii neměla existovat žádná nekontrolovaná moc. Televize se však stala kolosální politickou mocí. Nový Hitler by díky televizi získal moc zcela neomezenou. Pokud moc zůstane i nadále nekontrolovaná, demokracie dlouho nepřežije. Je naší povinností neuhýbat před touto skutečností, než bude pozdě."
>
> Karl R. Popper

Nástup virtuálního světa a virtuální reality začíná tam, kde nám jsou prostřednictvím elektronických médií nabízeny obsahy, jejichž skutečnost si nejsme schopni ověřit prostřednictvím svých smyslů ve smyslové realitě. Umožnila to elektrifikace a započalo to především rozhlasem počátkem 20. století a zejména pak po I. světové válce, jehož vstup do domácností počal měnit do té doby vývojem vyvinuté způsoby života lidí. Říšský ministr národní osvěty a propagandy Joseph Goebbels velice správně vytušil potenciál tohoto média, které nazval osmou velmocí a díky masové výrobě laciných rozhlasových přijímačů začal jejich prostřednictvím vstupovat, jak si sám přál, do každé domácnosti (Breitfelder, 2000). Jeho názor na využití masových sdělovacích prostředků pro propagandu, která není věcí pro sebe, nýbrž prostředkem vedoucím k cíli a její praktická realizace pod heslem **pravda je mnohokrát opakovaná lež** je dnes již dobře známa (Duffack, 2009).

Krátce po chopení se Hitlera moci počíná ve světě i samotném Německu (1935) první experimentální televizní vysílání. Televize se však masovým médiem stává až po druhé světové válce. Ke zvuku se přidává přenos pohyblivého obrazu a prostřednictvím televize je postupně vytvořen svět za obrazovkou, který od svého konzumenta vyžaduje pouze schopnost slyšet a vidět, což neklade tomuto médiu žádný odpor vstupovat nejen do domácností, ale svými obrazy rovněž do člověka samotného. Uveďme již zde, že ve vztahu působení ICT na člověku je nezbytné rozlišovat a zkoumat samostatně i v jejich kombinacích tři roviny:

- Nosič samotný (například rádio, TV, PC, mobilní telefon, tablet apod.)
- Obsah (co je sdělováno)
- Forma (jakým způsobem je to sdělováno)

V každé z těchto rovin se něco podstatného děje. Tak například sledování televize má vždy své negativní dopady na zdraví a vývoj člověka bez ohledu na to, co zrovna sleduje, obdobně práce na PC bez ohledu na to, zda je na něm psána tato práce, nebo distribuován pornografický obsah apod.

Jak dosvědčuje univerzitní pedagog a participant výzkumné části této práce Gaudenz Assenza (viz příloha č. 2), o vlivu vysílaného obsahu, jeho formy a televize samotné na člověka již probíhají a publikují se výzkumy desítky let, přednáší se o tomto fenoménu na univerzitách a i přes alarmující výsledky těchto výzkumů se vysílá čím dál více škodlivější obsah a rafinovanější formou se předává do vědomí, padá do nevědomí, kde předané obrazy dále působí a ve skrytu mohou ovlivňovat chování člověka. Televize také mimo jiné vytváří svou názorností a působivostí přesvědčivý dojem nejen skutečnosti, ale i jisté autority.

K možným formám sdělení a působení nosiče uvádí RNDr. Josef Musil, CSc. ve své knize Elektronická média v informační společnosti: *„Nedávný případ nervových záchvatů a hospitalizace 600 japonských dětí a mladistvých v přímé souvislosti se sledováním americké televizní grotesky upozorňuje na další možná rizika. Neurofyziologická studie není dokončena, ale zdá se, že některé moderní filmové prostředky (např. videoklip) zdaleka nejsou bezpečné pro všechny mladé diváky bez ohledu na morální postoje, styl výchovy atp., protože jde v podstatě o fyziologická rizika procesu vnímání. Jistý rytmus série velmi krátkých záběrů může u některých jedinců vyvolat až patologické mozkové stavy podobné epileptickému záchvatu“* (Musil, 2003, s. 116). Jedním z mnoha dopadů pak je, že „Školák *podle empirických poznatků přestává číst, jakmile se dívá na televizi více než 1,5 h denně* (Musil, 2003, s. 117). Tím dochází dále ke zmenšování množství zdrojů poznávání a mohutnějšímu vstupu člověka do reality virtuální, tedy zdánlivé, neskutečné, zprostředkovávané technologiemi.

2.2 Přemostění reality

" Svá mláďata Češi osobně nevychovávají. Nebaví se s nimi o životě ani si s nimi nehrají a nezpívají. Přenechali výchovu masmédiím. Jejich potomci mají proto omezenou fantazii, neovládají mateřštinu a nedokážou se druhých dotýkat. "

Program Severomoravského divadla Šumperk
k inscenaci Jana Krause Nahniličko

Jiný jednoduchý příklad uvádí sociolog Petr Sak (2007) a sice vyřazení spojení mezi lidskou myslí a přirozeným světem u běžného kamerového systému, jehož záběry jsou přenášeny na monitory. Člověk pozorující množství obrazů na monitorech tyto považuje za reprezentaci reality, ale jak známe z mnohých detektivek, snímanou realitu lze snadno technicky nahradit jiným záznamem snímajícím tytéž reálie, ale v jiném čase či časové smyčce. Tak dojde k rozdvojení, ve kterém bude realita probíhat nezávisle na manipulovaném mediálním obsahu a nezávisle na vědomí toho, kdo pozoruje monitory v mylné představě, že mu zprostředkovávají realitu. V konečném důsledku i u takto jednoduchého příkladu dojde k *„přemostění mezi přirozeným světem a myslí člověka“* (Sak, 2007, s. 25). Máme zde tedy manipulaci s vědomím, které je způsobeno odtržením člověka od reality, kterého si není vědom.

Autor dále uvádí, že manipulace médií jde například v pořadech typu Big Brother, Vyvolení, Největší Čech ještě dále, a to když dochází k programování myšlení a jednání konzumenta současně při **falešném dojmu o zachování vlastní svobodné vůle**. *„V naprogramovaném sledu akcí má divák předem vymezené místo i s kvazirozhodovacím aktem. Pořad divákovi virtuálně vytváří pocit, že rozhoduje (poslal přece protagonistovi 10 SMS a on vyhrál). Neuvědomuje si, že vybral vybraného a jeho pocit rozhodování je jen vytvořená iluze. Samozřejmě jde o trénink, algoritmizaci chování lidí, kteří v těchto pořadech naučené a zvnitřněné vzorce chování a stereotypy jednání nevědomě uplatní, kdykoli dostanou z médií odpovídající stimul“* (Sak, 2007, s. 26).

Domyslíme-li to, jde zde o jakýsi empirický výzkum prováděný na divácích, který na základě zpětné vazby, kterou svým zapojením poskytují, zdokonaluje metody programování a výcviku konzumenta v algoritmizovaných vzorcích chování typu stimul – reakce. Jak by s něčím takovým naložil někdejší říšský ministr národní osvěty a propagandy je nám zcela zřejmé. Otázkou však zůstává, zda touha po moci mizí s jejich nositeli, nebo, jak nás o tom spíše přesvědčuje historický vývoj, přetrvává v měnících se kulisách doby a postav na scéně. Každý konzument médií si také může položit otázku, zda chce zůstat pasivním, poškozovaným, programovatelným a manipulovatelným článkem a může si ji zkusit svobodně zodpovědět. Tuto otázku však již nemůže slyšet ten, kdo je příliš ovlivněn médii a je připraven „ubavit se k smrti“, jelikož „*vzhledem ke způsobu, jakým médium řídí či organizuje naše myšlení a integruje naše zkušenosti se světem, ovlivňuje naše vědomí i společenské instituce*“ (Postman, 2010, s. 34) již často není schopen se touto otázkou seriózně zabývat. Ve vědomí odtrženém od přirozeného světa navíc vzniká falešná iluze poznání. Jelikož i u obsahů, jakými jsou například přírodopisné dokumenty, je něco neporovnatelně rozdílného vidět záběry na obrazovce, nebo být na místě a zažít mohutnost přírody a všech ostatních přírodních říší všemi smysly skrze celé tělo v realitě. Tak jako nelze hladového nasytit tím, že mu budeme vyprávět o jídle, budeme mu podrobně popisovat, z jakých ingrediencí je uvařeno, jak voní, jak chutná a tím, že mu jídlo budeme ukazovat na fotografiích a videích, tak nelze tímto způsobem nahradit realitu smyslové zkušenosti. Obdobně jako zůstane hladový hladovějícím, tak neobdržíme při pouhém pozorování přírodopisného dokumentu na obrazovce smyslové podněty, kterými by mohly být syceny naše smysly a naše duše. Smysly i naše duše hladoví.

2.3 Komputerizace a technologizace – odcizení se přirozenému světu

„Potíž s automatizací je v tom, že nám často poskytne to, co nepotřebujeme,
za cenu toho, čeho je nám třeba.“
(Carr, 2015, s. 21)

Dalším krokem po digitalizaci obrazu a zvuku je postupující technologizace a komputerizace společnosti, se kterou dochází ke stále sofistikovanější redukci reality. *„K závislosti na elektřině jsme*

přidali závislost na počítači. Vývojovým trendem životního způsobu a životního stylu se stává závislost na technologiích a odcizování se přirozenému světu“ (Kolesárová, 2016, s. 51).

Přichází kyberkultura nesená globální světovou sítí internet, skrze kterou je propojen svět ICT i svět techniky a strojů vůbec. Nejvíce ohroženy jsou pochopitelně děti a dospívající, kteří se nacházejí v takové přirozené životní vývojové fázi, ve které nemají možnost myšlením ani cítěním rozpoznat ohrožující situaci. Navíc jim přístup k technologiím, pochopitelně s nejlepšími úmysly, umožní ti, kteří je mají chránit a nejvíce je milují, jejich vlastní rodiče. Děti pak již nemohou jinak než projevit přirozený zájem a zvídavost, se kterou do sebe nasávají vše kolem sebe a nic z vnitřního ani vnějšího světa je nevaruje. Přitom *„Kontakt mladých lidí s digitálními médii prováděný nevědomě, nekontrolovaně, vede spíše ke ztrátě nových přirozených schopností empatické komunikace, protože internet, Facebook a spol. tyto přirozené schopnosti imitují a chtějí nahradit technickým způsobem“* (Neider, 2013, s.13).

Pozornost a vědomí člověka se postupně stále více odvrací od původně přirozeného světa říše nerostné, rostlinné, zvířecí a lidské, které jsou nahrazovány mediálními obsahy reality virtuální, která je zprostředkovávána technologicky. Technika a svět strojů je sestrojen člověkem a tvoří tak novou říši. Sledujeme-li určitou vývojovou linii a životní procesy v jednotlivých přírodních říších, fyzikální zákony v říši nerostné a růst krystalů; životní procesy a pohyb šťáv v těle rostliny, která je pevně zakořeněna v zemi; pohybem a smysly nadaná cítící zvířata; až po myslícího člověka, můžeme v tomto smyslu říci, že v případě světa techniky se jedná o říši podpřírodní. Tedy o říši, která není začlenitelná do přírody. V tomto smyslu bude pojmu podpřírodní dále užíváno.

2.4 Prolnutí reality a virtuality – redukce sociálních vztahů

"Jste zděšeni ze svých vlastních dětí, neboť jsou domorodci ve světě, ve kterém vy budete vždy imigranty."

John Perry Barlow

Andreas Neider míní, že od té doby, co začal fungovat Facebook, se tento od roku 2008 stal celosvětovým pojmem, protože se zde mohl přihlásit kdokoli a tím nastalo zrušení virtuální reality formou sociálních stimulací. Virtuální realita a reálný život se pro mnohé uživatele sjednotily, nastal nový věk, kdy se stále více necháváme ovlivňovat Facebookem a více a více ztrácíme kontrolu nad reálným životem. Facebook přebírá kontrolu nad naším reálným životem. Miliarda lidí se již přihlásila na Facebook a mnozí z nich si z něj udělali centrum svého skutečného života (Neider, 2013, s. 30). A dále uvádí: Místo, abychom přikláněli pozornost svému okolí, tak je zde najednou chorobná (závislá) touha po pozornosti, permanentní sebe-utvrzování svého já, které je jinak odcizeno. Tím ale není posilována pozornost uživatelů, nýbrž skrze permanentní odchylování od reality je oslabována.

Takzvaný **syndrom deficitu pozornosti** spočívá především v tom, že koncentrace pozornosti na něco konkrétního je posunuta, roztříštěna pozorností na mnohé (Neider, 2013).

„*Pokud však lidský mozek, jemuž evoluce doslova přikazuje přizpůsobit se svému prostředí, umístíme do prostředí, kde žádná zřejmá lineární posloupnost neexistuje, kde je možné ke skutečnostem přistupovat nahodile, kde je možné vše vrátit zpět, kde je časová prodleva mezi akcí a reakcí minimální a především kde je obecně nedostatek času, pak může být tok myšlenek narušen. K tomu připočtěme skutečnost, že naše smysly jsou neustále rozptylovány všezahrnujícím vesmírem barvitých audiovizuálních podnětů, jejichž důsledkem je stále kratší délka soustředění, a můžeme se jaksi sami stát počítačem: systémem, který je schopen efektivně reagovat a velmi dobře zpracovávat informace, který však není schopen hloubavého myšlení*“. (Greenfieldová, 2016, s. 31)

Každému pozorovateli je na veřejnosti, v podnicích, organizacích i domácnostech přístupná každodenní zkušenost s tím, jak se lidé stále více dívají místo do reálného světa do svých mobilních telefonů, tabletů a jiných elektronických zařízení. Často také s podvědomým strachem, že by mohli něco zmeškat, nebo již s nějakou formou závislosti. V historických částech měst je dokonce možné pozorovat turisty, kteří se nacházejí v reálném světě proti překrásným památkám a uměleckým dílům, ale prohlížejí si je přes displej telefonu nebo tabletu, na který pořizují digitální záznam.

Tím se uzavírá kruh: internet a digitální média zredukovaly naše sociální vztahy a náš čas vzájemné pozornosti na minimum a tím roztříštily na kousíčky naše duševní prožívání okolí. Takže běžný pracovní den člověka je již od průmyslové revoluce plný odcizení, které se s novými technologiemi stupňuje. Pouze přes Facebook nebo jiné „sociální sítě“, nastává kompenzace takzvanými přátelstvími a virtuálně vyrobenou pozorností. Tyto sítě se nazývají „sociální“, ale ve své podstatě vedou uživatele ze sociálního společenství do samoty, prázdnoty a egoismu. Virtuální nezůstává jen pozornost, ale i obsah samotný. Podstata tohoto prostředí umožňuje tvořit falešný obraz krásy, štěstí a hojnosti, který se poté může stát diktátem pro samotného tvůrce tohoto obrazu i falešným vzorem pro nápodobu ostatními „přáteli“.

Odcizování realitě jde ruku v ruce s vytvářením závislosti na technologiích, nadměrné užívání technologií sice podněcuje nový druh dovedností potřebný k jejich užívání, ale omezuje sociální dovednosti a vede k ještě intenzivnějšímu užívání technologií, které prakticky nahrazují již nejen realitu, ale i vztahy. Éra člověka jako společenské sociální bytosti, jako bio-psycho-spirituální bytosti je od této vývojové linie odkláněna.

„Na základě současného výzkumu se zdá, že nadměrné užívání internetu je spíše doménou dospívání a mladé dospělosti, tedy generací, které v internetovém prostředí dospívají či dospěly a naučily se tak přirozeným způsobem využívat všechny jeho možnosti“ (Blinka, 2016, s. 104), potvrzuje Blinka a dále uvádí *„Jako nejčastější motivy nadměrného užívání internetu respondenti uváděli omezené sociální*

dovednosti a nadměrný stres" (Blinka, 2016, s. 65). Existují již i případové studie dokládající, že závislost, včetně všech jejích průvodních jevů, lze získat i na sociálních sítích (Blinka, 2016, s. 181).

K tomu přistupují výzkumy, které „*dokazují, že "flaming", což je zkráceně agresivní chování ve formě slovního napadnutí, je v prostředí virtuální reality až čtyřikrát častější než v reálném životě*" (Šmahel, 2003, s. 13).

I podle sociálně kompenzační hypotézy (Caplan, 2005), je internet zvláště atraktivní pro sociálně úzkostné či osamělé lidi. I v populárním podání je závislost na internetu často chápána jako tendence vyhýbat se "skutečným" vztahům, tendence dávat přednost internetu před "skutečnými" kamarády (Blinka, 2016, s. 184). Závislost na internetu je nemoc stejně jako závislost na drogách, s níž bývá nejčastěji srovnávána. Rovněž dopady na psychiku a život závislého jsou obdobné: ztráta smyslu pro realitu, anonymitou internetu podporovaný rozpad sociálních vazeb závislého, projevuje se ztráta norem chování, rozpad rodiny, izolovanost a deprese (Musil, 2003).

Americký technolog Marc Prensky razil ve své práci termín "digitální domorodec", kterým označoval někoho, kdo je utvářen svými vnímanými názory a schopnostmi založenými na automatických dovednostech a obeznámenosti s digitálními technologiemi (Greenfieldová, 2016, s. 24).

Člověk se tak hlouběji noří do virtuálního světa podpřírody, který na něj zpětně působí tak, že ho stále více a více připravuje o jeho nezastupitelné specificky lidské kvality.

2.5 Prohloubení závislosti a odklon od reality

K závislostem na internetu a „sociálních sítích" se přidává závislost na technologiích a automatizaci obecně. Ve své knize Skleněná klec to srozumitelným a populárním způsobem popisuje uznávaný americký spisovatel, píšící o moderních technologiích a jejich vlivu na kulturu, Nicholas Carr . Uvádí také výzkumy leteckých havárií, ze kterých plyne závislost pilotů na autopilotech. Dokládá na příbězích pilotů, řidičů kamiónů a lovců otupení orientačního smyslu, které bez navigačních přístrojů může vést ke katastrofám. Navíc jak člověk stárne, ztrácí smysl pro prostor a začíná zapomínat kde je, což jsou symptomy demence i Alzheimerovy choroby. Dále ukazuje, jak *„Automatizace proměňuje jak práci, tak pracujícího*" (Carr, 2015, s. 71) a jak již někteří lidé spoléhají na technologie natolik, že úplně vypnou své vnímání. V případě vzniklého problému reagují zmateně a ztrácejí cenný čas tím, že se pokoušejí zorientovat. Automatizace se nevyhnula ani lékařům, i ti stále více spoléhají na své každodenní technologické pomocníky, což ve svém důsledku vede ke změně přístupu k pacientům (tamtéž).

Dalším alarmujícím příkladem je drážní neštěstí, které se událo 9.2.2016 v sousedním Německu. Jako viník neštěstí byl odsouzen k nepodmíněnému trestu dispečer, který byl natolik rozptýlen hraním hry na svém mobilním telefonu, že zanedbal několik svých povinností, které měly za následek vypravení dvou

vlaků proti sobě na jedné koleji. Od hraní své oblíbené hry se nenechal rozptýlit ani výstražným signálem bezpečnostního systému, který ve své domněnce označil za chybu systému, alarm zrušil a nevěnoval mu další pozornost. Následně si to rozmyslel a pokusil se prověřit telefonátem strojvedoucímu, zda skutečně nejedou dva vlaky proti sobě na jedné koleji, byl však natolik hraním virtuální hry odveden od reality, že nezpozoroval, že volá strojvedoucímu do jiné soupravy, který ho pochopitelně ujistil, že je vše v pořádku. Následovala srážka vlaků, která si vyžádala dvanáct mrtvých, 26 vážně zraněných a 63 lehce zraněných (Unfallhergang, 2019).

Odklon člověka od reality může tedy mít v realitě viditelné tragické smrtelné následky. Ty však nejsou jediným možným produktem postupné adaptace člověka na virtuální realitu, pouze zatím nejnápadnějším.

2.6 Deprivace smyslů a smyslového poznávání

„Je lépe být žebrákem ve smyslovém světě, než králem v říši stínů."
Homér: Odyssea

„Zatímco v počátcích civilizace získával člověk informace prostřednictvím smyslů a zpracováním počitků, které takto získal, postupem času klesal podíl informací získaných přímo jedincem a narůstal podíl zprostředkovaných informací" (Kolesárová, 2016, s. 53). A za zprostředkovné informace musíme považovat všechny, které nejsme schopni prozkoumat vlastní zkušeností a vlastními smysly. Takto jsou již po generace předávány i akademické znalosti ve většině oborů, které sám pedagog převzal od svého učitele a ten opět od svého, až se dostaneme na začátek celého řetězu k někomu, jehož pokusy již poté třeba ani nikdo nezopakoval a nepodrobil je přezkoumání, zda nemohlo třeba dojít k přesnému pozorování, ale mylné interpretaci, vzniklé například vytržením z širšího kontextu. Smysly člověka jsou jako brány duše, kterými tato hledí do světa vnějšího i vnitřního, vchází s ním do kontaktu a poznává ho. Nejsou omezeny pouze na pět; již učitel národů Jan Amos Komenský učil o dvanácti smyslech člověka, které uspořádal jako pět vnějších (hmat, chuť, čich, sluch, zrak), čtyři vnitřní (pozornost, představivost, rozumnost neboli uvažování a paměť) a tři nejvnitřnější (světlo rozumu, hnutí vůle, svědomí - schopnost konat). Nauku o dvanácti smyslech rozpracoval na přelomu 19. a 20. století Rudolf Steiner z perspektivy duchovní vědy a této práci se dále dlouhodobě věnoval například i nizozemský lékař Albert Soesman, který po letech přednášení na toto téma vydal i v češtině dostupnou knihu Dvanáct smyslů - Brány Duše. Jako máme 12 měsíců v roce, kterým odpovídá 12 kvalit znamení zvířetníku, tak lze hovořit i o 12 smyslech člověka, které jsou členěny na smysly fyzické (hmat, životní smysl, smysl pro pohyb a smysl pro rovnováhu), smysly duševní (čich, chuť, zrak a smysl pro teplo) a smysly duchovní, nebo také sociální (sluch, smysl pro řeč, resp. slovo, smysl pro myšlenky a smysl pro lidské já) (Soesman, 2009).

V detailech a pro vlastní bádání je třeba odkázat na výše zmiňovanou knihu a vlastní smyslovou zkušenost, ale již tento pouhý výčet dvanácti smyslů může posloužit představě, jak mohutnou smyslovou bytostí člověk ve své podstatě je a kolika smysly může poznávat smyslovou realitu. Smysly lze navíc stupňovat také k poznávání reality nadsmyslové. To začíná již v češtině krásnými výrazy jako „vyhmátnout něco“, „slyšet trávu růst“, to mi smrdí“, „to je ale křivák“, „z něj jde ale chlad“, nebo „vidět zázraky“, tedy to, co se odehrává za smyslovým zrakem. Zde začíná poznávání prostřednictvím uměleckého uchopování světa a dále imaginace, inspirace a intuice.

„Do budoucna je otázkou, jak se bude vyvíjet životní styl nových generací. Co se stane s aktivitami, které nebude možné digitalizovat a přenést do kyberprostoru? Protikladem k virtuálnímu a digitálnímu je vitální, přírodní. Co se děje ve vztahu člověka k přírodě v konfrontaci s nastupující digitalizací?“ (Sak, 2007, s. 260). Z uvedeného je zřejmé, že adaptace člověka na virtuální realitu a svět technologií je doprovázena smyslovou deprivací, následovanou retardací a zakrňováním smyslů. Společně s tím je ovlivněna i trojčlenná lidská bytost, která se začíná podobat strojům ve svém myšlení, je vyprazdňováno její cítění a s ním i schopnost empatie, je poškozována vůle a s ní i základní sociální dovednosti. Naplňování individuálního životního cíle je přemáháno závislostí na informačních a komunikačních technologiích.

2.7 Vědomé lidství jako výzva doby

„V den, kdy věda začne studovat nefyzikální jevy, se během jednoho desetiletí dosáhne větší progres jak v průběhu všech předcházejících staletí své existence.“
Nikola Tesla

Závislost na technologiích, ztráta empatie, rozptylování smyslů audio-vizuálními obrazy, syndrom deficitu pozornosti, neschopnost hloubavého myšlení, strach, redukce sociálních vztahů, omezené sociální dovednosti a vztahy, technostres, odklon vývoje člověka od bio-psycho-spirituální bytosti, agresivní chování, sociální úzkosti a osamělost – vyhýbání se sociálním vztahům, závislost na sociálních sítích a internetu, srovnatelná se závislostí na drogách, doprovázená ztrátou smyslu pro realitu, rozpadem sociálních vazeb závislého, ztrátou norem chování, rozpadem rodiny, izolovaností a depresí. Demence, Alzheimerova choroba, oběti na lidských životech, smyslová deprivace, odklon od vitality a přírody. Člověk se stává digitálním domorodcem, jehož názory a schopnosti jsou založeny na automatických dovednostech a obeznámenosti s digitálními technologiemi.

A tak se člověk propojený s technologiemi může, aniž by tuto postupnou změnu sám vnímal, stávat jakýmsi robotem ve svém myšlení, (ne)cítění, poznávání i konání. A/nebo kyborgem, kybernetickým organismem, který je syntézou organické a mechanicko-technologické části, na které je závislý a se

kterou je nerozlučně spjatý (Sak, 2007). Ve svém výsledku pak může vznikat nový druh digitálního domorodce, jakéhosi člověku podobného humanoida (tamtéž).

Postupně s vývojem techniky započal pozvolný vstup jedince do virtuálního, neskutečného, zdánlivého světa, tento virtuální svět se svým obsahem vstoupil společně se světem techniky do člověka a tím ho začal proměňovat. Ten začal následkem toho „robotům a mlokům“ dobrovolně odevzdávat jednu svou schopnost za druhou, začal jim obětovat smysl za smyslem, začal jim předávat mohutnost specificky lidskou za mohutností a nakonec i svůj individuální životní příběh a úkol. Ruku v ruce s tím i své zdraví tělesné a duševní, čímž může být ve svém důsledku nakonec potenciálně připraven i o své lidství. Ve svých přednáškách, konaných v České republice zmínil Uwe Buermann, německý odborník na vliv ICT na člověka a vzdělavatel pedagogů, v tomto kontextu velice zajímavý příklad s mobilními telefony. A sice, že nebýt telefonů a mobilní GSM sítě, ovládal by již dnes člověk telepatii. To může na první pohled znít příliš fantaskně. Nicméně uvážíme-li, že v této oblasti probíhají již desítky let vědecké výzkumy po celém světě, a že byli například kosmonauti v rámci vesmírných letů cvičeni v telepatii pro případ, kdyby selhalo technické spojení, že se telepatií profesně zabýval Sigmund Freud nebo Carl Gustav Jung, může to být námětem k hlubšímu zamyšlení. Nic nebrání tomu, aby si každý bez ohledu na vědecké výzkumy a pokusy praktického použití v této oblasti učinil vlastní pozorování a vlastní zkušenost. Mimochodem dle zjištění autora této práce má osobní pozorování a zážitky z oblasti takzvané telepatie (z řeckého τηλε vzdálený a πάθεια cítění, tedy můžeme přeložit například jako vyciťování na dálku) každý, s kým se téma podrobněji rozebere. Postačí začít pozorněji vnímat a nedovolit předsudkům předem devalvovat výsledky prvních jemných pozorování.

Východiskem a dokonce i nezbytnou reakcí na tento sestupný proud je proces vzestupný, proces nastoupení cesty sebepoznání, poznání se jako fyzicko-duševně–duchovní bytosti a nastoupení cesty vědomého lidství, jehož součástí bude i nové uspořádání sociálního organismu.

3 Rizikové skupiny

> Digitální demence se vyznačuje především narůstající neschopností využívat duševní výkony v plném rozsahu a ovládat je, tzn. myslet, cítit, jednat – při vědomí co se děje, kde jsme a v posledku také kdo jsme.
>
> (Spitzer, 2014, s. 266)

Zkušenosti autora této práce i svědectví desítek podnikatelů, se kterými se aktivně setkává v rámci své činnosti od roku 1990, v posledních deseti letech ukazují, jaká je zkušenost se zaměstnanci z takzvané Havlovy generace, tedy narozenými po roce 1989. Stojí tu vedle sebe dva pohledy, ten jeden je vykresluje jako vysokoškolsky vzdělané, zcestovalé, jazykově schopné dorozumět se ve světě, svobodné, nezávislé, sebevědomé, podnikavé. Druhý pohled ten první v podstatě nepopírá, ale dodává k němu, že jde o lidi nespolehlivé, měnící dohody dle své momentální potřeby, kteří nezvládají zátěž, dlouhodoběji neudrží koncentraci na vytyčený cíl, nezvládají fyzickou práci, jsou ekonomicky rozmazlení, sociální práce a práce ve službách a řemeslech je pro ně na společensky nejnižší příčce, neznají své reálné schopnosti a možnosti a považují se za hotové manažery, marketéry a ředitele a vyžadují tomu odpovídající mzdu a moc, nejsou schopni týmové práce a empatického porozumění ostatním členům týmu, nesnášejí a neunesou negativní zpětnou vazbu, kterou považují za útok na svou svobodu a svá práva. Od svého okolí a světa požadují maximum, tedy vše, co je jim jen schopen poskytnout a za to nabízejí jen velice málo. Požadují volnou pracovní dobu, práci z domova, týdny i měsíce dovolené navíc, odmítají pracovat přes čas i v případě jimi zaviněných problémů, odmítají převzetí osobní odpovědnosti za svůj díl natož za celek apod. Svoboda a nezávislost se tak projevuje jako vystupňovaná egoita, falešné (virtuální) sebevědomí jako iluze, která brání a odmítá sebepoznání a podnikavost jako hamižná hrabivost. Tato zkušenost není pochopitelně jednostranná, ale rozprostírá se v celém spektru uvedených polarit. A jednotlivé tendence mohou být ve své podstatě i velice prospěšné, záleží však na kontextu jejich uskutečňování. Dokládá to však současně i trend, který ukazuje, že do hospodářské oblasti a pracovně právních vztahů společnosti nastupují s jistou razantností mladí lidé odchýlení od reality, kteří vyrostli na ICT, nemají dostatečnou oporu v reálném světě a jsou do značné míry nositeli změn, na kterých se svým vlivem na člověka samy informační a komunikační technologie také podílejí. Ve světě se v tomto kontextu hovoří o generaci Y, generaci narozené po roce 1982, jejíž příslušníci *„vyrůstají v digitálním světě, jsou běžně obklopeni počítači, televizí, informačními a komunikačními technologiemi a používání těchto prostředků je pro ně naprostou samozřejmostí“* (Průcha, 2014, s. 60). Dále se můžeme setkat s pojmy jako Millennials, internetová, nebo tzv. net generace.

Lidé odtržení od reality obvykle plnili ordinace psychoterapeutů, psychologů a psychiatrů. S Havlovou generací u nás, nebo z generací Y ve světě, začínají lidé odtržení od reality zastávat profese lékařů, manažerů, státních úředníků, soudců, policistů, vojáků, politiků apod. A tento trend bude dále pokračovat. Nenastane-li zvědomování ohrožujících situací, které sebou svět ICT přináší, budou těmito technologiemi postiženými lidmi nutně ovlivněny veškeré oblasti sociálního organismu, oblast kulturní, hospodářská i politicko-právní.

Od reality je v dnešním světě odváděn dokonce i zemědělec, který byl vždy závislý na řádu a rytmu roku, na spolupráci s přírodou a živly. Z jedné strany to způsobuje industrializace zemědělství se svými chemikáliemi a technikou, takže zemědělec například ani nemá možnost ze své klimatizované kabiny traktoru vnímat vlastními smysly blížící se změny počasí, spoléhá se na zprostředkovoanou předpověď a na svůj silný stroj, který může pracovat za deště i úplného sucha. Z druhé strany působí dotace, které v podstatě rozhodují o tom, co, jak a kdy bude zemědělec pěstovat. Nepěstuje plodiny, které jsou potřebné pro život člověka a prospěšné pro půdu a koloběh života celého hospodářství (statku, družstva apod.), ale plodiny, které skončí jako palivo v motorech automobilů, a které po sobě zanechají zničenou a kontaminovanou půdu. Tím je zemědělec ve svém důsledku odtržen od půdy. Půda je tak bez přítomnosti moudrého hospodáře ničena, zdrogována chemikáliemi nebo zalévána betonem developerských firem. To vše jsou další důsledky fragmentizovaného myšlení a pojímání světa, které ztrácí přehled o celistvosti. Tak člověk odtržený od reality a od půdy ztrácí „pevnou půdu pod nohama“ a ocitá se stále více v prázdnotě, ve virtualitě.

Odtrhnout zemědělce od půdy bylo mimochodem i jedním z prioritně naplňovaných cílů leninského socialistického režimu v Rusku. Na vlastní kůži to zažila i rodina Dubčeků, která s ani ne tříletým synem Alexandrem odcestovala v rámci družstva Interhelpo (československá pobočka mezinárodní dělnické pomoci) v březnu roku 1924 společně s asi třemi sty dalšími lidmi, kteří prodali veškerý svůj majetek a nakoupili nezbytné osivo i stroje, kterými naplnili 14 vagonů, do oblasti Kyrgyzstánu pomoci budovat nový sociálně spravedlivější svět (Banáš, 2011). Mimochodem zemědělec, rolník se rusky řekne крестьянин (krest'janin), čili v podstatě křesťan (крест- krest- kříž; крестани-krestani- křesťani). Proč bylo pro někdejší i stávající režim tak důležité odtrhnout křesťana od jeho rodné půdy, se kterou byl srostlý a na které ve smyslu jednoho z prvních uměleckých děl Františka Bílka konal orbu křížem?

Obrázek 1 Orba křížem, dřevořezba (lípa) Františka Bílka, 1900 (Bílek, 1900)

V on-line rusko-českém slovníku na Googlu se na slovo zemědělec (Google Překladač, 2019a) i rolník (Google Překladač, 2019b) objevuje již slovíčko фермер (fermer), čili farmář, které bylo z anglo-amerického světa „introdukované" i k nám, přestože u nás historicky vždy byly pouze statky a ne farmy a na statcích selky a sedláci a nikoli farmáři. U člověka bytostně spojeného s řádem roku, se zemí, rostlinami, zvířaty i nezbytným společenstvím přebývala lidová moudrost i spojení s reálným světem. A tuto reálnou zkušenost generací není možné tak snadno přemazat nereálnou ideologií, proto muselo nastoupit násilí. Toto násilí ve svém důsledku po obou světových válkách zpřetrhalo spojení člověka se zemí i s tradiční moudrostí a kulturou a vydláždilo cestu nástupu fragmentizace a smyslové skutečnosti neodpovídajících myšlenek, realizovaných rovněž v utváření sociálního organismu v poválečných letech, které se realizovaly v podobě stalinských komunistických režimů na východě a kapitalistických ideologií na západě. Pražské Jaro roku 1968 bylo v tomto smyslu posledním mohutným vzedmutím se českého národa hledajícího třetí, vlastní cestu k řešení sociální otázky v podobě „socialismu s lidskou tváří". Tento impuls byl udušen nečinností západního kapitalismu, která byla tichým souhlasem s řešením ze strany východního socialismu v podobě invaze vojsk Varšavské smlouvy do Československa (Banáš, 2011). Tím nemohl započatý proces pokračovat a realita sociální situace dneška, dle mínění autora této práce, stále čeká na své vědomé a nové celospolečenské uchopení.

Otázkou je, zda není načase vyrůst nad útěšnou iluzi, *„že se příští generace budou vyvíjet správným směrem díky rodičům, kteří své děti mají pod kontrolou a zasáhnou, je-li to nutné"* (Greenfieldová, 2016, s. 24). Rodiče nemohou mít pod kontrolou fenomén ICT, pokud mu sami nerozumí. Ve falešné naději, že tím zabezpečí dětem budoucí pracovní úspěch na „trhu práce" (jako by pracující člověk byl nějakým zbožím, které se dá pořídit na trhu) v dnešní technologizované společnosti, jim technologie příliš brzo zpřístupní. Jak ze své zkušenosti mohou potvrdit rodiče i učitelé, děti velice rychle přerostou rodiče v dovednostech při zacházení s nimi i ve srozumitelnosti vyjadřování se o nich a jejich možnostech. Tím vzbudí v rodičích zdánlivý dojem kompetencí a těm se tak potvrdí jejich (falešná)

prozíravost, se kterou děti včas s těmito technologiemi seznámili (Průcha, 2014). Ve skutečnosti však může docházet při užívání ICT k mnoha vedlejším nežádoucím účinkům, jak v mnohých aspektech dokládá tato práce

3.1 Děti a dospívající

Nejohroženější skupinou jsou ti nejbezbrannější, což jsou děti a dospívající. Ti nemají možnost z důvodu vývojové nevyzrálosti osobnosti rozpoznat hrozící rizika, z přirozeného procesu učení se a zvídavosti velice snadno proniknou do hlubin ICT, nemají však vyvinuté myšlení v souvislostech, nemají potřebnou zkušenost se světem byznysu, moci a kriminality, vyrůstají ve zdánlivé svobodě demokratického režimu, který je neučí umění „číst mezi řádky", jak bylo obvyklé v předlistopadové době, nemají ještě rozvinutou emoční a sociální inteligenci získanou v poměrech reálného světa a jejich vůle ještě nepodléhá plně řízení vycházejícímu z dospělé osobnosti, z vyzrálého jáství. Je tedy nezbytné *„zastávat se těch, kdo to ještě nedokážou – našich dětí"* (Spitzer, 2014, s. 11). Přičemž řešení problematiky dětí a dospívajících je autorem této práce shledáváno zejména ve výchově, edukaci a sociální práci s dospělými, tedy zejména s jejich rodiči, vychovateli a pedagogy.

Samostatnou kapitolou nad rámec této práce jsou i nová bezpečnostní rizika. „*Široce rozšířena je "e-šikana", v řadě případů vedoucí až k sebevraždě pronásledované oběti. Závažným problémem se stala bezpečnost dětí na internetu*" (Kolesárová, 2016, s. 26). Dle výzkumů se mladí lidé ve Spojených státech věnují zábavním médiím v průměru 53 hodin týdně (Greenfieldová, 2016, s. 27), což je v průměru více jak 7,5 hodiny denně (!). „*Víme-li, kolik hodin děti a mládež tráví denně u počítače a jaký podíl z tohoto objemu věnují počítačovým hrám, pak není problém spočítat, kolik milionů dětí na této planetě v daném okamžiku virtuálně vraždí a mučí, podobně jako se desetimiliony lidí ve stejném okamžiku virtuálně věnují pedofilii, sadistickému sexu, sexu se zvířaty apod.*" (Sak, 2007, s.31). A to se jedná o průměrné hodnoty a neuvádí se hodnoty v technologicky intenzivněji penetrovaných zemích jako Čína či Korea. Odečteme-li čas, který mladí lidé potřebují na školu, spánek a jiné nezbytnosti každodenního reálného života, vychází nám již nyní, že se mladí lidé ve Spojených státech médiím věnují prakticky celý svůj volný čas. To tedy znamená, že si již nemají kdy hrát venku s kamarády, že jim nezbývá čas na vytváření reálných sociálních vazeb a vztahů, na sociální učení, zkrátka na dětství.

Místo face to face komunikace nastupuje komunikace face to display na Facebooku a jiných sítích. Vznik sociálních sítí, jakýchsi elektronických, virtuálních komunit cíleně nahrazuje přímou komunikaci a nahrazuje jí komunikací na Facebooku, Twitteru a dalších. Tato komunikace se stává pro mladé lidi preferovaná a *„dokonce již děti před třináctým rokem zakládají své facebookové profily"* (Jedlička, 2015, s. 53). Zákonná regulace minimální věkové hranice pak pouze nutí děti více lhát (Kopecký, 2018).

Zajímavá je skutečnost, že veškerý děj na obrazovce se odehrává až za zrcadlovým obrazem naší tváře, který je vidět, jen když zařízení vypneme. Hledíme tak celou dobu skrze svůj průhledný, stínový obraz na svítící body na displeji, které svým neustálým blikáním budí zdání různých předmětů, bytostí a postav (často i nás samých), které známe z reálného světa, a mnohých, které se v reálném světě vůbec nevyskytují. Při práci s ICT tak vysíláme obrazně i prakticky svůj stín do virtuální říše, obdobně jako je tomu v pohádkovém příběhu O stínu od Hanse Christiana Andersena (Hulpach, 2004). V ní jeden veliký učenec vysílá svůj stín do oken (anglicky Windows) protějšího domu, aby tam propátral prostory učenci nepřístupné, ve kterých by mohla žít krásná dívka, po které zatoužil. Stín se však v průběhu pohádkového příběhu více a více osamostatňuje, zhmotňuje, zatímco jeho pán více a více chřadne, upadá a hubne, až sám vypadá jako stín a až se role postupně obrátí. Stín se přestrojí a učenec je nucen stát se stínem vlastního stínu, falešně se vydávajícího za člověka. Tak je učenec postupně připraven o vše, o svou vyvolenou princeznu i sám o sebe. V okamžiku, kdy mu vše dojde a rád by běh událostí změnil, je již pozdě. Jeho stín je natolik silný, že nechá společně s princeznou, svojí nastávající nevěstou, učence označeného za pomatený stín zavřít do nejhlubšího vězení, aby nekazil svatební den manželskému páru. Jako v každé klasické pohádce je i v této mnoho pravdivého poučení, které nám bylo posláno z časů dávné hluboké moudrosti do časů dnešních.

Jak potvrzuje Kolesárová, dochází k přesunu člověka do kyberprostoru, kde virtuálně uspokojuje své zájmy. „*Vývoj směřuje k digitalizaci životního pole a životního stylu člověka informační společnosti. Nositelem těchto změn je mladá generace*“ (Kolesárová, 2016, s.64). Dětství prožité ve stále propracovanějším virtuálním světě směřuje k přenášení virtuality do reality a obráceně, jinými slovy k nerozlišování mezi realitou a virtualitou. Jak uvádí Spitzer: „*Co je bombardování a zabíjení pomocí dronů jiného než přenos virtuálního zabíjení do reality? V čem se liší pocity člověka u počítače v Kalifornii, který s pomocí počítače zabíjí prostřednictvím dronu několik tisíc kilometrů vzdálené lidi v Pákistánu, od pocitu hráče počítačové hry. Citové nerozvinutí, vyhoření či okorání jsou stavy, k nimž život ve virtuální realitě také vede. V technologicky nejvyspělejších zemích, jako je třeba jižní Korea, již značná část dětské a mladé populace trpí psychickými, zdravotními a sociálními problémy v důsledku nadměrného využívání informačních technologií.*“ (2015, cituji podle Kolesárová, 2016, s. 139).

Tak je postupně **technologiemi zcizováno dětství a v jednotlivých neopakovatelných vývojových fázích dítěte vznikají různé deprivace, vnitřní prázdnota a smyslové retardace, které je v pozdějším věku jen velice složité prostřednictvím sociální a sociálně-terapeutické práce doplnit**. Prázdnota, která nastupuje namísto smyslově, emočně a duchovně syceného vnitřního světa se stává onou nicotou z Nekonečného příběhu Michaela Endeho, která polyká vše kolem sebe, ale není možné ji nasytit. V této vnitřní prázdnotě pak nemůže uzrát zdravá dospělá osobnost, jáství člověka ztrácí opěrné body, skrze které by mohlo ve světě působit.

V tradici se uvádí, jak rafinovaně připravovali o život mladé nepohodlné čínské císaře jejich vychovatelé tím, že jim splnili každé jejich přáni. Dle názoru autora této práce pak takový dospívající člověk nemůže získat oporu v reálném životě, a proto nemůže udržet ani ten svůj. Reálný hmotný svět nám totiž klade odpor a tím nás nese, dává nám jistotu, pevný základ pro naše konání a současně nás koriguje. Je pevnou půdou pod nohama, o kterou se můžeme opřít při každém kroku. Zkrátka zajistí, že na něj vždy v pravý čas „narazíme" a bez potřeby dalších diskusí nás přesvědčí, že se například nedá projít zdí, že stavba domu má své návaznosti, pracovní postupy a časové nároky, že květina zvadne, když ji nezalijeme, zvíře pojde, když ho nenakrmíme apod. Takováto korektivní zkušenost ve virtuálním světě schází, nebo je přinejmenším pouze virtuální.

3.2 Strategické cíle vzdělávání dětí

„ Přijdou-li opět lidé, kteří více vědí, budou též lepší politikové. Neboť kdo o světě a člověku nic neví, ten přece nemůže vědět, co mají lidé dělat a co potřebují. Proto se musíme snažit, aby zase přišli vědoucí lidé a školy opět učily něčemu užitečnému."

Rudolf Steiner

Aktuální situace ve školství odpovídá politickému zadání, které stále intenzivněji přivádí školy na internetovou síť a technologizuje je. To je pozorovatelné například u domů dětí a mládeže, u kterých lze dle vypisovaných dotací vysledovat politické priority. „*Stále více se politici domnívají, že mohou vzdělání podpořit tím, že umístí do školních tříd monitory a skrze on-line pracoviště nahradí knihovny"* (Neider, 2013, s. 10). „*Nebezpečné jsou hlasy, které tvrdí, že není třeba mladou generaci zatěžovat vzděláváním, stačí děti a mládež naučit, kde hledat informace*" (Sak, 2007, s. 35).

Přečteme-li si v kontextu této práce „Strategii digitální gramotnosti ČR na období 2015 - 2020„ (MPSV ČR, 2015) a „Strategii digitálního vzdělávání do roku 2020", která byla přijata vládou 12. listopadu 2014 (MŠMT ČR, 2014) a prozkoumáme na ní navazující projekty jako je například EDULABem (EDUkační LABoratoř, z.s.) vytvořená „Školka hrou" a k ní „Odbornou metodickou příručku pro didaktickou praxi v mateřských školách s možností využití digitálního edukačního obsahu a interaktivních metod", bude nám z toho, při zachování zdravého rozumu a nepředpojatosti, minimálně běhat „mráz po zádech", jak se vyjádřil po prostudování těchto materiálů jeden z kolegů autora práce, který působí v oboru IT i sociální oblasti. Na portálu https://eskolkahrou.cz/ se k datu 5.7.2018 uvádí, že se do projektu již přihlásilo 1 284 mateřských škol, 4 142 učitelů se zúčastnilo metodických seminářů a 96% učitelů potvrdilo, že metodiky jsou přínosem pro jejich praxi. Na to navazují projekty EDULABu Škola dotykem a pochopitelně Program podpory digitalizace škol mj. podporovaný partnery z oblasti IT jako například společností SAMSUNG nebo T-Mobile. Argumentace MŠMT je očekávatelná a pro toho, kdo se ve věci neorientuje, zdánlivě věcná: Strategie „*Zahrnuje jak vzdělávání, které účinně*

využívá digitální technologie na podporu výuky a učení, tak vzdělávání, které rozvíjí digitální gramotnost žáků a připravuje je na uplatnění ve společnosti a na trhu práce, kde požadavky na znalosti a dovednosti v segmentu informačních technologií stále rostou" (tamtéž).

Shodnou argumentaci používá i tzv. DIGIKOALICE (dostupné z http://www.digikoalice.cz), což je otevřené uskupení zástupců státních institucí jako je Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, IT firem, ICT sektoru, vzdělávacích a dalších institucí „*které chtějí přispět ke zvýšení digitální gramotnosti občanů ČR, ke zvýšení jejich šance uspět na trhu práce a docílit tak v důsledku větší konkurenceschopnosti české ekonomiky. DigiKoalice je členem mezinárodní platformy Digital Skills and Jobs Coalition* (tamtéž). V lednu 2018 proběhla v sídle Microsoftu (!) v Praze „DigiMap konference" za podpory DigiKoalice, Národního ústavu pro vzdělávání, Microsoftu, Ministerstva školství, EU a Prahy 12. Jeden z příspěvků nesl název „***Gamifikace výuky za pomoci Minecraft: Education Edition***". Jak známo Minecraft je velice rozšířená počítačová hra Microsoftu. Celý svět se v této hře skládá z kostek! Za koupi této hry od jejího původního autora zaplatil Microsoft miliardy dolarů. Podoba světa, jak je vykreslena v této hře přesně odpovídá binárnímu myšlení jedna-nula a krásně demonstruje na kostky redukovaný způsob hranatého myšlení a vnímání světa, které je nesmírně vzdáleno nekonečné rozmanitosti reality.

Obrázek 2 Ukázka hranaté grafiky ze hry Minecraft (Microsoft, 2019)

Přitom již samotné používané pojmy jako je „trh práce" a „konkurenceschopnost" prozrazují, že iniciativy stojí na světonázoru materialistického kapitalismu, o kterém Ladislav Klíma ve svém traktátu Vznešená síla píše: „*Neví se, že dnešní zvířecí materialismus má podstatu jen ve slabosti; a že slabost je nutně oblečena – zhovadilostí.*" (Klíma, 1995, s. 70). Tento zvířecí kapitalistický materialismus buduje takové sociální uspořádání, ve kterém v hospodářské oblasti nepanuje bratrská spolupráce, nýbrž falešná

svoboda, která vhání spoluobčany do toho, aby se prodávali obdobně jako dobytek na „trhu práce“ a po tomto prodeji jsou nasměrováni pod heslem „konkurenceschopnosti“ do konkurenčního boje všech proti všem. Takzvaný marketing je jedním z nástrojů vedení tohoto boje. Přičemž slovo marketing můžeme do češtiny přeložit jako trhání, neboli v praxi naplňované: utrhni si na trhu ze společného koláče co nejvíce, co nejdříve a co nejbezohledněji dříve, než to udělá tvá konkurence.

To celé je stupňováno samotnou podstatou peněžního systému, konkrétně **úroky a inflací, což je tvoření peněz z ničeho, přičemž každá takto stvořená koruna je zatížena úroky**. Podnikatelé, ale i zaměstnanci, poté tento trik (důvtipný zásah, úskok, lest) prožívají například jako tzv. „ekonomický tlak“, který celý hospodářský systém a v něm jeho účastníky, podobající se křečkům běhajícím v kolečku, uvádí do pohybu. Podnikům se jednoduše poskytnou podnikatelské úvěry a zaměstnancům se poskytnou hypoteční úvěry a oba typy úvěrů je pochopitelně třeba splatit bance, jak se říká „i s úrokama“. Potíž je v tom, že na uhrazení těchto úroků nejsou vůbec v měnovém systému k dispozici žádné vydané peníze. Kdyby byly měly být v jednom okamžiku splaceny všechny úvěry i s úroky, tak na to zkrátka v národním měřítku, ale ani ve světovém, neexistují peníze. Co to znamená? Znamená to, že aby mohl jeden podnik splatit svůj úvěr i s úroky, musí na to vzít peníze, které budou v celkovém hospodářském systému scházet někomu jinému na úhradu jistiny a úroků z jeho vlastního úvěru – s matematickou jistotou zapracovanou do peněžního systému a principu vydávání peněz a půjčování na úroky pak nezbytně musí vždy méně agresivní podnik zkrachovat. Podnik nebyl zkrátka dostatečně dravý, aby v rámci konkurenčního boje ukořistil svému konkurentovi finance na splacení svých úroků. Všichni zkrátka nemohou nikdy své půjčky splatit, ať se snaží jakkoli. Takový zkrachovalý podnikatel pak platí za neúspěšného, nešikovného a obvykle ho i banky vyřadí z dalšího kola této úrokové hry na válku všech proti všem a další úvěr mu neposkytnou, protože neprokázal potřebné bojové nasazení. To se však na školách, ani těch ekonomických, obvykle neučí. S obdobně alarmujícími výsledky bychom mohli prozkoumat problematiku inflace, což v doslovném překladu znamená nafukování množství peněz (inflate, angl. nafouknout), nebo problematiku hromadění kapitálu v půdě a nemovitostech apod. Proč se to ale na školách obvykle neučí, proč to není v povědomí odborné ani laické veřejnosti a nemají o tom většinou ani zdání podnikatelé samotní? Jak bylo již zmíněno a ještě dále rozebereme, získávání a udržování moci je možné pouze za pomoci síly, peněz a lživé propagandy a jejich rozličných kombinací. Ti, kteří jsou v zajetí moci a moc nemají, nebo mají moc pouze zdánlivou, tedy ti ne-mocní, jsou ve své nemoci udržováni záměrně, aby se nemohli moci na nich uplatňované postavit. Nemocné placaté (ne)myšlení, absence cítění a empatie a uloupená vůle, která je nasměrována do konkurenčního boje, nebo již rezignovala, je chtěným základem kvalit člověka, nad kterým je udržována a upevňována moc. Takto ne-mocní jsou již vyráběni od škol a pod propagandistickými hesly svobody, demokracie, volného trhu, trhu práce, konkurenceschopnosti apod. nevědomě zaplétáni do této mocenské hry pod falešnou iluzí toho, že jednají ze svobodné vůle. „*Nominalisté, popisující jednotlivinu s nárokem na její*

přesné pojmenování, jsou a zůstávají v zajetí sukcese - následnosti aristotelského typu. Proto jsou některé humanitní vědy jen výskytovými záležitostmi, popisují, co se v daném regiónu děje v aristotelské sukcesi. Tomuto popisu vždy chybí hloubka, pohybuje se vždy na povrchu, proto se tomu říká "placaté myšlení"“ (Hogenová, 2014, s. 156).

Lze tak pozorovat, jak je část vzdělání směřující například ke smyslovému a uměleckému poznávání v širších souvislostech zcela opomenuta nebo zamlžena, a jak jsou děti předčasně uváděny do světa technologií. Paternalistický stát se zmocnil nároku na výchovu a výuku, v rámci kterého nařídil učiteli v učebních osnovách, co a jakým způsobem má učit. V našich podmínkách to lze sledovat například od doby pobělohorské (1620), kdy vzniká násilně centralismus a ve vystupňované podobě v posledních letech, ať již projeveno v tzv. rámcových vzdělávacích programech, které tvoří obecně závazný rámec, nebo v akreditačních podmínkách vzdělávacích institucí. Tímto způsobem je prakticky ničena svobodná, umělecky utvářená kreativita učitele, která je ještě dobře patrná například v době první republiky, se kterou by mohl pedagog přistupovat ke svým žákům. Poškozován je i specificky lidský živoucí vztah, ve kterém se projevuje opravdový zájem jedné neopakovatelné individuality o druhou neopakovatelnou individualitu. Tento vztah je v rámci zákonných nařízení v podstatě úředně nařizován, což v tomto smyslu způsobuje smrt svobodného tvůrčího duchovního života. V takto umrtveném vztahu se pak neopakovatelná lidská individualita stává položkou označenou rodným číslem a v případě, že v dospělosti podniká, tak ještě tzv. identifikačním číslem, která je vychovaná a vycvičená státem a státní kulturou pro nasazení do hospodářského života a na trh práce, kde uplatní svou digitální (ne)gramotnost v rámci konkurenčního boje všech proti všem. Člověk se tak nestává stále suverénnější bytostí, ale stává se státním občanem, položkou ve státním účetnictví označenou číslem, která je vychovávaná, můžeme také říci formovaná k tomuto účelu. Jen se již toto číslo netetuje na předloktí, jak tomu bylo v nacistických koncentračních táborech, ale eviduje moderně elektronicky a přenáší do čipů, které jsou již dnes zavedeny v rámci osobních dokladů i v České republice.

3.3 Sociální práce v politice a ekonomice

> ...lidé říkají: „Ale za této situace se tyto myšlenky nedají uskutečnit“. Tak tomu však není. Proti uskutečnění určitých idejí v přítomnosti jsou jedinou překážkou ti lidé, kteří mají výše uvedenou víru a k tomu moc brzdivě působit v jejím smyslu…
>
> (Steiner 2000, obálka)

Zásadní otázkou tedy je, jak politická i ekonomická moc souvisí se sociální prací?

Sociální pracovník je ve své každodenní praxi nucen potýkat se s čím dál složitějšími situacemi a případy sociálně patologických jevů. Tyto mají i při zvyšujícím se úsilí sociální práce (průběžné odborné vzdělávání sociálních pracovníků a zvyšující se nároky na znalosti a dovednosti, navyšování

počtu pracovníků či velikosti jejich úvazků, investice do zařízení a budov apod.) narůstající a zhoršující se tendenci, Toto potvrzuje z pohledu praxe psychiatra i participant výzkumu Mílek, který pozoruje narůstající násilí, narůstající počet sociopatů i jejich obětí, mizející empatii apod. (viz příloha číslo 10). Tyto narůstající problémy jsou ve své podstatě vyráběny na základě, řekněme, chybného politického zadání, ne-li přímo chtěného, a dále na základě nezdravého uspořádání v hospodářské či jiné oblasti. Jak dokládají výzkumné sondy, realizované mezi sociálními pracovníky, je tato profese vystavena nízkému celospolečenskému uznání (Kubánková, 2017), *„Výpovědi respondentů potvrdily, že podle nich stoupá náročnost sociální práce a nároky na sociální pracovníky“* (tamtéž, s. 61) a dále „*finanční ohodnocení sociální práce vnímají vybraní sociální pracovníci jako nedostatečné a nepřiměřené vzhledem ke zmiňované náročnosti a odbornosti povolání sociálního pracovníka*“ (tamtéž). To odpovídá i praxi autora této práce v sociální oblasti. Sociální pracovník je tak vystavován ekonomickému tlaku na straně nízkých mzdových příjmů i na straně nezbytných výdajů (tzv. měkké i tvrdé výdaje), které jsou spojené s provozem organizace poskytující sociální služby.

Vystaven je rovněž tlaku v podobě zákonů, nařízení a směrnic, regulujících a usměrňujících samotnou sociální práci. Konkrétním příkladem z praxe autora této práce je nezbytnost vyplnit každý den do informačního systému s rozlišením na jednotky minut (!), kterému uživateli byla poskytnuta služba a zvolit z databáze předpřipravených úkonů typ poskytnuté služby. Přičemž některé typy služeb jsou organizaci proplácené a jiné nikoli. Dále je třeba každý den vyplnit mnoho tabulek a formulářů, evidujících další nejrůznější aktivity jako je vydávání léků, záznam o splnění služeb uživatelů, vytvoření předpisu nových služeb, záznam o čase stráveném ve službě, záznam o každé mimořádné události, záznamy o dechových zkouškách, o příchodech a odchodech uživatelů, o plnění jejich individuálních plánů apod. Díky tomuto úřadování a papírování se tak s každou další vyplňovanou tabulkou, formulářem, záznamem do informačního systému apod. zkracuje čas sociálního pracovníka na klienty a uživatele služeb, pro které se rozhodl pracovat a kvůli kterým do té které služby vlastně nastoupil. Přitom každá taková administrativní povinnost je obvykle zaváděna jen s těmi nejlepšími úmysly na ochranu uživatelů služeb. Není divu, že z výzkumných sond mezi sociálními pracovníky vyplývá i takový závěr, že „*stav sociální práce v kontextu české společnosti je tedy respondenty prožíván negativně*“ (Kubánková, 2017, s. 89), přesto však ještě stále vnímají vlastní profesní roli pozitivně (tamtéž).

Některé nezbytné služby je možné poskytovat v podstatě na hraně pravidel, pakliže organizace a v ní jednotliví sociální pracovníci nechtějí dopustit zhoršení situace uživatelů služeb a tím i situace celospolečenské. Příkladem může být nesplnění některé formální podmínky pro poskytování služby, které by vedlo k ukončení služby a ocitnutí se klienta s různými sociopatickými poruchami na ulici. Tím není řečeno, že nemá sociální práce podléhat zákonu a jistým pravidlům, ale že tyto normy mají vznikat

spíše v asociacích sociálních pracovníků samotných a to v diskusi s ostatními dotčenými a kooperujícími stranami a méně u stolů a počítačů úředníků, kteří jsou příliš vzdáleni reálné praxi.

Na druhém pólu této každodenní mikro-úrovně sociální práce je její makro-úroveň, jejímž posláním je působit zejména na celospolečenské, celoevropské i světové úrovni. Pakliže se sociální pracovník ve své praxi setkává se symptomy v podobě nejrůznějších, nejen technologicky podmíněných, sociálně patologických jevů, je nezbytné zabývat se i příčinnými souvislostmi a ty je třeba hledat ve všech oblastech sociálního organismu, tedy v oblasti duchovní (kulturní), hospodářské i politicko-právní. Zde je potřebné hledat příčiny, porozumět jim a navrhovat a zavádět změny, vycházející ze sociální reality a vedoucí k postupnému uzdravování celého sociálního organismu a v něm i jednotlivých individualit.

Vyjdeme-li z trojčlenné typologie uspořádání sociálního organismu do oblasti kulturní, hospodářské a politicko-právní (Steiner, 2000), lze do **oblasti kultury** přiřadit vše, co se ve svobodně utvářející a vyjadřující se individualitě člověka vztahuje na duchovní život: výchova a vzdělávání, náboženství, věda, literatura a umění ve všech jeho podobách včetně toho lékařského a jiných. Duchovním životem v pozemském smyslu je zde v nejširším smyslu míněn život, ve kterém se pozvedá člověk ze své svobodné vůle, ze svého svobodného usilování, z plné svobody své individuality, nad egoismus a tento přináší do společenství, do komunity jiných lidí spřízněných volbou.

Oblast hospodářská je zastoupena výrobou, nákupem, prodejem a oběhem zboží, to jest ekonomií a vzájemnou spoluprací lidí v hospodářství (ekonomice) podnikovém, oborovém, národním i nadnárodním. V procesu dělby práce, ve kterém již prakticky vymizelo samozásobitelství, a ve kterém jednotlivec pracuje pro druhé, zatímco ostatní pracují na uspokojování jeho vlastních potřeb. V této oblasti má být při koncipování produktů a služeb v popředí zájem o zákazníka a uživatele služeb. Tedy otázka: Co pro tebe mohu učinit bratře? A nikoli pouze egoistická a ekonomická otázka: Jak mohu (na druhém) co nejvíce vydělat?

Oblast politicko-právní je zevní veřejný, politický a právní stát, který uspořádává právní vztahy člověka k člověku a vnáší do nich řád. Jde o politický a právní pozemský život, reprezentovaný například ve vztahu k právu užívat určitou nemovitost, kterou člověk vlastní. V oblasti politicko-právní vedle sebe stojí individuální člověk, kterého s druhým individuálním člověkem spojuje jejich společné lidství. A pouze v tomto lidství panuje mezi jinak neopakovatelnými individualitami skutečná rovnost jedné lidské bytosti s jinou lidskou bytostí, proto má v této oblasti platit rovnost i před zákonem.

Tyto tři oblasti jsou v praxi úzce provázány, žádná není pouze sama pro sebe a každá individualita žije ve všech třech, přesto v každé z nich musí panovat jiné principy, které nelze zaměňovat. Nestabilita v sociálním systému nastává, když se chce například politicko-právní stát stát i tvůrcem kultury, tedy v tomto pojetí duchovního života, vyjádřeném například i ve svobodném vzdělávání a školství. Není snad základním právem člověka svobodně rozhodnout o tom, jakým způsobem se chce vzdělávat a

jakým způsobem chce vzdělávat své děti? Jak se má například rodič, prohlédající působení ICT na zdravý vývoj svých dětí, vyrovnat s diktátem zavádění PC a výuky prostřednictvím technologií téměř do všech předmětů a na všech stupních základní školy? Z praxe víme, jak tragicky u nás byla poškozena celá kulturní oblast pod ekonomickým heslem, vysloveným z úst vrcholného politika, které znělo „kultura si na sebe musí vydělat“. Takové prohlášení je důsledkem naprostého neporozumění jak hospodářské oblasti, kde díky ekonomické činnosti kapitál vzniká, tak kulturní oblasti, jak zde byla popsána, ve které kapitál nevzniká a přímo vznikat ani nemůže. Jakým způsobem má tvořit kapitál vědec, učitel, lékař, sociální pracovník, duchovní či umělec? Tyto profese sice nepřímo podněcují vznik hodnot, jejichž účinky lze následně vysledovat i v hospodářské oblasti (vědec učiní objev využitelný v hospodářské oblasti, učitel vzdělá dobře své žáky pro jejich budoucí profesi, lékař vyléčí rychle svého pacienta, který se o to dříve opět zapojí do hospodářské činnosti, umělecká činnost podpoří kreativitu, kterou lze uplatnit i při organizaci podniku apod.), ale pro svou činnost potřebují nejprve tyto profese získat finanční prostředky, které jsou do této oblasti darovány (prostřednictvím daní a přerozdělovacího systému). Obdobně je tomu v okamžiku, kdy oblast hospodářská a s ní ekonomické zájmy zasahují neoprávněně do oblasti politicko-právní nebo kulturní. Reprezentaci tohoto u nás vidíme na příkladu zmíněné DigiKoalice, která má dokonce sídlo v Národním ústavu pro vzdělávání, nebo na dalších mnohých aktivitách komerčních firem v oblasti politicko-právní.. Svou životní zkušenost s nezdravým prolínáním hospodářské a politické moci pregnantně vyjádřil v červnu roku 1991 ve své přednášce na univerzitě v Oslo význačný ruský historik Aron Jakovlevič Gurevič (1922-2008), který prožil významnou část svého života na východě a po roce 1989 na západě, kde přednášel na univerzitách v USA, Velké Británii a dalších zemích. Vyjádřil se v tomto smyslu:

Socialismus je cesta, jak uchopit hospodářskou moc skrze politickou
a kapitalismus je cestou, jak se skrze moc hospodářskou zmocnit moci politické.

Touto myšlenkou byla inspirována kniha Moc a právo v evropské politické tradici napsaná Bílým, který byl na zmiňované přednášce osobně přítomen (Bílý, 2009).

Každý člověk je zapojen do všech těchto třech oblastí sociálního života. A proto je právem každého člověka přispět k uspořádání tohoto sociálního organismu svým dílem na tom místě a z té pozice, která mu v životě aktuálně přísluší. Sociální práce je v tomto ohledu jednou z těch odborností, které jsou nezbytně multidisciplinární, a proto má předpoklady pozorovat dění ve větších souvislostech. I proto se sociální pracovník na vysokých školách v Čechách vzdělává nejen v oblasti sociální práce samotné a oborů příbuzných, ale také v oblasti práva i ekonomie, aby byl připraven i na své působení v makro-úrovni sociální práce.

3.4 Profesně s ICT a technikou pracující

Jinak se situace vyvíjí u dospělých, profesně pracujících s ICT, kteří jsou nejohroženější skupinou mezi dospělými. Tak jako lze na extrémních příkladech technologiemi nejvíce postižených lidí v Koreji, Číně či Japonsku (Slezáková, 2014), tedy v zemích patřících do desítky technologicky nejrozvinutějších zemí (Mansfield, 2018) pozorovat, co pomalejšími kroky a různými cestičkami přichází do lidstva, lze na extrémních příkladech profesionálů v oboru IT zahlédnout něco, co se jistým způsobem týká i zbytku generace, přicházející do styku s technologiemi. U IT odborníků je to pouze urychleno vystupňovanou intenzitou, protože tito jsou konzumenti i tvůrci virtuálního světa současně. Tvůrci nyní ne ve smyslu obsahu, ten pak může tvořit například na Facebooku téměř kdokoli, ale ve smyslu softwaru, který to vše umožňuje. Aby mohl být takový software napsán, musí nejprve analytik, architekt i programátor zredukovat celou řešenou problematiku do binárního systému. **A počítač zná jen dva stavy a to 1 nebo 0**. Tyto dva stavy mají v počítači různé názvy, pro 1 to je HIGH, TRUE, YES, ON, pro 0 je to analogicky LOW, FALSE, NO, OFF. Důležitou premisou je, že **v počítači se nikdy nesmí vyskytnout nic mezitím**, vše je buď 1 nebo 0, True nebo False. **Neexistuje, že by počítač byl nerozhodný nebo vymyslel třetí variantu**. Výskyt hodnot mezi 0 a 1 se považuje za závažnou závadu počítače a teoreticky nemůže nastat. **Počítač je tedy ve své podstatě a možnostech velice omezený.** Toto téma autor práce podrobněji rozpracoval ve své práci bakalářské. Problém spočívá v tom, že takto omezený se ve svém myšlení nezbytně musí stát i IT odborník, jinak by nemohl dobře vykonat svou práci, přesto, že je například její realizace matematicky a jinak velice složitá. Potíž je v tom, že tento způsob „placatého myšlení“ se pak často stává jediným způsobem myšlení, které přeneseno na pole reálného života musí způsobovat jen samé katastrofy. Pokud je člověk schopen prožívat velké souvislosti světa uměleckým způsobem, stačí si připomenout obrázek hranatého světa Minecraftu. A již dnes je tento způsob myšlení pozorovatelný ve většině oborů lidské činnosti. Proti tomu stojí myšlení v souvislostech, kreativní myšlení, svět imaginace, inspirace a intuice. „*Jak může "ajťák" nahlédnout zachraňující funkci čistého nebe, když se tento proces nedá přetvořit do nul a jedniček? Je totiž slepý jiným než organickým způsobem.*“ (Hogenová, 2014, s. 22).

Obdobně je však na tom i uživatel technologií. Aniž by si to uvědomoval, zachází s něčím, co je postaveno na tomto omezeném binárním systému a současně něčím, co je podpřírodní podstaty. K obdobnému procesu dochází i při dlouhodobém a mnohaletém stereotypním ovládání mechanického stroje (například řidiči metra, jeřábníci, bagristi). Možnosti, které má takový stroj jako je metro jsou: dopředu-dozadu. V případě komplikovanějších strojů je to ještě nahoru-dolu. Člověk se ho může naučit používat (nelze v tomto případě použít slovo ovládat) s takovou dokonalostí, až je to s podivem. To ovšem ořeže a omezí svobodnou a ve svých podobách nekonečnou tvůrčí kreativitu člověka na těchto pár, ve své podstatě primitivních, úkonů. Vlivem fragmentace, redukcionismu (ve smyslu

zjednodušování a strojového rozkládání na elementární části) a ztráty schopnosti celistvě a uměleckým způsobem vnímat realitu, což jsou všechno symptomy dnešního materialisticky a technicky pojímaného světa, tak dochází k takovémuto omezení dnes prakticky ve vědě a všech oborech lidské činnosti. A „*Omezený specialista se stává tikající bombou, která nemůže nezpůsobit v budoucnosti nějaký problém.*“ (Hogenová, 2014, s. 111).

3.5 Dospělí

„Proč nám skvělá technika, která šetří práci a usnadňuje život, dosud přinesla tak málo štěstí?
Odpověď je prostá: protože jsme se ji nenaučili rozumně užívat.“

Albert Einstein

Poslední významnou rizikovou skupinou jsou po dětech a IT profesionálech v tomto základním přehledu dospělí. Ty lze pro účely této práce rozdělit do dvou skupin. Jednu skupinou jsou ti, kteří se seznámili s ICT až v dospělosti, tedy generace tzv. gramotné kultury (Sak, 2012). Druhou skupinou jsou dospělí, kteří však již v prostředí penetrovaném ICT vyrostli a jsou tak součástí tzv. kyberkultury (tamtéž). První skupina v podstatě v dohledné budoucnosti necelé jedné generace pozvolna zmizí a je pro ní velikou výzvou, zda se jí podaří nalézt správný vztah k technologiím a realitě a pomoci překlenout most nad propastí mezi oběma skupinami, generacemi i věky. To rozhodne o mnohém, jelikož druhá skupina je nositelem budoucí kultury i budoucího sociálního uspořádání.

Richard Jedlička, psychoanalyticky zaměřený psychoterapeut a vysokoškolský profesor ve své knize Poruchy socializace u dětí a dospívajících dokládá, že „*Prudce stoupl i počet dospělých uživatelů internetových sítí a dospěl u nás k 80% obyvatel; přičemž ve věkové skupině 15-29 let tráví mladí lidé u počítačů průměrně 30 hodin týdně*“ (Jedlička, 2015, s. 47). A dále uvádí, že je internetová síť nejdůležitějším zdrojem zpráv pro celé ¾ těchto uživatelů, kteří tento informační zdroj navíc považují za důvěryhodnější než ostatní (tamtéž).

Proto i pro skupinu dospělých platí veškerá rizika, která byla uvedena v této práci ať již samostatně nebo v souvislosti s dětmi. K vyprazdňovaným citům se přidává „placaté myšlení“, které nemá oporu v realitě, není prověřováno city ani inspirováno imaginacemi či morálními intuicemi. Je zřejmé, jakým asi bude takto technologiemi ovlivněný člověk vychovatelem svých dětí, jak bude schopen rozumět sociálním otázkám a jak se může stát spolutvůrcem uzdravujícího uspořádání sociálního organismu.

.

V případě dospělých jde o skupinu zásadní v tom smyslu, že u ní má největší smysl primární, sekundární i terciální prevence, vzdělávání, sociální práce, terapie i případné léčení. To z toho důvodu, že se jedná o ty, kteří jsou potenciálními nebo již reálnými rodiči, vychovateli, pedagogy, prarodiči

apod. Ze své pozice tak mohou účinně pomoci uchránit před negativními vlivy ICT děti a to i v případech, kdy u sebe samých ve vztahu k ICT nechtějí a nemají sílu něco měnit. Sami patřičně vzdělaní v této problematice mohou u svých dětí zajistit nejprve mediální abstinenci a v pravý čas jim zprostředkovávat získávání mediálních kompetencí a do světa ICT je moudrým postupem uvést tak, aby se staly v tomto vztahu pány a ne sluhy a vazaly.

Z výše uvedeného je zřejmé, jak technologie přispívají k odvádění člověka dokonce z materiálního vnímání věta do úplně nové oblasti. Začíná-li totiž lidská bytost považovat za skutečné, nebo dokonce skutečnější než skutečnost, něco nereálného, virtuálního a tomu uzpůsobuje své poznávání, myšlení, emoce a sociální chování, stává se sama jakýmsi programovatelným, tedy snadno předvídatelným a prostřednictvím ICT dobře ovladatelným zrobotizovaným davem. Východiskem nezbytně bude bezpředsudečné poznávání reality, aby z této perspektivy mohl být znovu vzklenut most mezi vnitřním světem individuality a realitou vnějšího světa, ve kterém se vedle sebe nalézá moudrost, projevující se v přírodních říších i podpřírodní svět techniky.

4 Problematika získávání náhledu na ohrožující situace

> Archimédés kdysi řekl: " Dej mi pevný bod a pohnu zemí." Dnes by poukázal na naše elektronická média a řekl by: "Stoupnu si na vaše oči, uši, nervy a na váš mozek, a svět se bude pohybovat takovou rychlostí a podle takového modelu, jaké si zvolím. “ Své "pevné body" jsme pronajali soukromým korporacím.
>
> (McLuhan, 1991, s. 73)

Člověk se musí poznávat, aby se znovu spojil se skutečností a spojovat se skutečností, aby se mohl poznávat. Ztráta sebenáhledu, neschopnost vnímat sebe sama a poznávat se v zrcadle setkávání s druhými lidmi přece není nic jiného než ztráta schopnosti vnímání reality.

Svět techniky a jí způsobená smyslová retardace, ovlivněný způsob (ne)myšlení, vyprázdněné cítění s narušenou schopností empatie, ztráta sociálních kontaktů a poškozená vůle se samostatně i ve vzájemných kombinacích podílejí na zabraňování sebenáhledu a pochopení příčinných souvislostí. Navíc poznání nám v tomto případě přináší na první pohled něco velice nepříjemného, změnu v intenzitě a způsobu využívání ICT, na kterých jsme si získali závislost, a této změně se chceme vědomě nebo nevědomě vyhnout. Popření je tedy jednou z prvních obvyklých reakcí. Překážky a nepřátelé poznání se tedy ukrývají v člověku samotném. Technologizace, redukcionismus a způsob výuky a výchovy společně s kyberkulturou stvořil tyto nepřátele, bránící člověku poznávání světa i sebe samého. V překonání těchto překážek spočívá další vývojový krok. K překonání překážek, které vstoupily do života člověka z oblasti podpřírody, tedy z nejnižší říše člověkem uměle sestrojených technologií, bude pravděpodobně zapotřebí vyvinout vědomé úsilí člověka na polární cestě, která směřuje vzhůru skrze pravdivé poznávání jednotlivých přírodních říší i sebe sama.

4.1 Ztráta pozornosti a schopnosti koncentrace

Nicholas Carr dosvědčuje: „*Zdá se, že internet vykotlal moji schopnost ke koncentraci a kontemplaci. Můj duch nyní očekává, že bude informace přijímat takovým způsobem, jak je distribuuje internet, totiž v rychle se pohybujícím proudu částic.*“ (Carr in Neider, 2013, s.. 19). Koncentrace je soustředěná pozornost, která je nezbytná i v obyčejném každodenním životě a tato duchovní činnost se dá donekonečna stupňovat. A soustředěná pozornost znamená opak roztěkanosti představ, myšlenek, pocitů, smyslových vjemů, hnutí vůle, znamená odvrácení se od běžných starostí a předsudků směrem ke schopnosti věnovat veškerý svůj zájem jen a pouze jediné záležitosti, jedinému předmětu. Přičemž předmětem, obsahem koncentrace nebo kontemplace pak mohou být i obsahy nefyzické, tedy například duchovní, jako je i samotná podstata této soustředěné činnosti. Robotizace a používání ICT vede k pravému opaku. To ve svém důsledku dlouhodobého působení odvádí člověka od vědomí duševně-

duchovní podstaty jeho bytosti, což vede nejen k dnešní podobě zvířecího materialismu a kapitalismu, ale dále do světa virtuálního, který se nalézá ještě pod matérií. Pozornost je na jedné straně korumpována neustálým bombardováním našich smyslů mediálními a jinými obsahy a na druhé straně odkláněna od reálného materiálního světa do virtuality. Tak například „*v roce 2012 popsalo čtyřiadvacet procent uživatelů amerických sociálních sítí kuriózní fenomén - přiznali, že propásli klíčovou událost nebo okamžik ve svém životě, neboť se zcela věnovali rozesíláním aktuálních zpráv o dané události či okamžiku po sociálních sítích*“ (Badoo in Greenfieldová, 2016, s. 29).

To znamená, že člověk začíná být díky sociálním sítím disociován, ztrácí schopnost kontaktu s realitou, jejího aktivního prožívání teď a tady. Takto odvedená pozornost od sebe sama i od reálného života a snížená schopnost koncentrace negativně ovlivňuje schopnost náhledu na ohrožující situace. Psychologie a psychiatrie zná disociaci u závažných psychotických onemocnění, nebo přímo jako disociativní poruchy. S technologicky podmíněnou disociací se bude nezbytné i v dalších oborech vypořádat teprve v budoucnosti.

4.2 Změny způsobované v myšlení

Mozek bez vzdělání je jako kniha bez písmen.
Manfred Spitzer

K problematice obtížného získávání náhledu na ohrožující situace přispívá i technologiemi ovlivněné myšlení. Nejde zde pouze o již popisovanou ztrátu hloubavého myšlení a vznik tzv. placatého myšlení. Spitzer uvádí „*K vlastnostem internetu také patří, že poskytuje informace, ale neposkytuje analytické a myšlenkové kompetence vedoucí k poznatku. Tím nerozvíjí myšlení uživatele, které stagnuje*“ (2015, cituji podle Kolesárová, 2016, s. 106). A Carr k tomu přidává „*Google a další společnosti samozřejmě postavily své podnikání na tom, že nám usnadňují život. Žádáme to po nich, a proto jsme jim tak věrní. S tím, jak se jejich programy zdokonalují a stále lépe za nás myslí, spoléháme přirozeně více na software a méně na vlastní inteligenci*“ (Carr, 2015, s. 83).

Dle zkušeností autora této práce se objevuje i technologiemi ovlivněné myšlení, které jeho nositelé nazývají „kritickým myšlením“. Toto myšlení však nemá ve své podstatě nic společného se schopností rozlišovat (z řeckého κριτικός/*kritikos* - schopnost rozhodnout či rozlišit, od κρίνω/*krinó* - rozlišuji, soudím), se schopností usuzovat, myslet v souvislostech, se schopností odstupu od vlastních dosavadních zkušeností, s provedením transcendentální epoché, se schopností poměřovat své vlastní myšlenky myšlenkami přicházejícími od druhého, které jsou s pozorností a zájmem vyslechnuty. Naopak se reprezentuje ve vystupňované egoitě produktů vlastního myšlení, které jsou měřítkem všeho nového, co k člověku přichází, ve vystupňované předpojatosti a předsudečnosti a nakonec neschopnosti

myslet vůbec. Takový člověk odmítá jasné myšlení, ze strachu o ztrátu iluzorní svobody v myšlení si ponechává více protichůdných možností a odmítá svá tvrzení domyslet do konce a vyvodit z nich poctivě patřičné závěry a praktická životní rozhodnutí. Namísto toho upadá do chaosu nebo dogmatu.

Technologiemi a materialismem zploštělý způsob myšlení je tak překážkou, která znemožňuje využít myšlení jako opěrného bodu. Přitom v myšlení může být člověk zcela svobodný právě proto, že je sám myslící bytostí, že je vědomě zcela přítomen u celého procesu myšlení od jeho vzniku až po jeho ukončení a toto myšlení je současně schopen bděle sám pozorovat. Je tedy zřejmé, že náprava nerozvinutého a oploštěného myšlení musí spočívat v opětovném výcviku myšlení samotného. To je v sociální práci možné zejména v případě prevence sekundární a terciální, což je podrobněji popsáno v kapitole Možnosti nápravy a ze své praxe to potvrzuje i participantka výzkumu v příloze číslo 5. Ideální je pochopitelně primární prevence spočívající ve změně výchovy a v úpravě vzdělávacího systému, který zajistí i zdravý vývoj myšlení.

Obrázek 3 Bernhard Eyb – materialismus (materialistické myšlení) (Eyb, n.d.a)

4.3 Změny v oblasti cítění a empatie

"Šípy ji neprobodnou, plameny nespálí, vody nepromáčí a větry nevysuší. Duši nelze probodnout, spálit, promáčet ani vysušit. Duše je trvalá, všudypřítomná a věčná."

Bhagavadgíta, Cesta vědění

Oproti myšlení je jiná situace v oblasti cítění, v pocitech libosti a nelibosti, touhách, pudech a vášních, které v nás vyvstávají. Ty sice můžeme pozorovat, můžeme se učit kultivovat naše vnější reakce a projevy na prožívané události. Ale nemůžeme být zcela vědomě přítomni celému procesu například od smyslového vjemu až po vystoupení určitého pocitu, který v nás vyvolá. Jsme zde v roli spíše jakéhosi pozorovatele vystupujících a opět odplouvajících pocitů.

Informační a komunikační technologie nás však dokáží disociovat i od vlastního cítění, pozorování a prožívání vlastních pocitů a pochopitelně také od schopnosti vcítit se do druhého, od schopnosti empatie. „*Nová generace tráví už od plenek nepoměrně více času pohledem na displej než na lidský obličej. Číst ve tváři protějšku jeho pocity - nebo i odraz svých vlastních emocí - se tudíž naučí jen velmi nedokonale. Jinými slovy, je nasnadě, že lidská schopnost empatie a sdílení pomalu degeneruje*" (Beastess, 2016, s. 132). The Beastess, vlastním jménem Dita Šamánková, psychiatrička pocházející z Čech a působící ve Velké Británii, k tomu dále ve své knize Osamělost aneb Kolik máte přátel na Facebooku dodává „*Riziko, že se za nějakou dobu staneme jakýmisi samostatnými jednotkami, které si vyměňují informace a "lajky", ale nikoli city, je velké. Už teď mají kontakty mnoha lidí, a zdaleka nejen ty virtuální, charakter vzájemného "narcistického potvrzování*"." (tamtéž). „*"Nadnormální" narcistní rysy v současnosti vykazují celé dvě třetiny amerických vysokoškoláků. Současně s tím se potvrzuje i klesající schopnost empatie*" (tamtéž, s. 133).

Kam může vést citové a empatické vyprázdnění dokládá případová studie, která je autentickou písemnou výpověďí mladého dospělého člověka, který dospíval v závislosti na počítačových hrách, se kterými přišel poprvé do styku ve svých 12 letech. Případová studie je k dispozici jako příloha číslo 12 této práce. Participant v ní uvádí jak „*ztratil schopnost vžít se do druhých lidí*", jak „*nedokázal rozpoznávat emoce*" a jak jeho „*emoční inteligence, zaspala od doby, kdy jsem si poprvé pustil hru Harry Potter.*"

Ve chvíli uvědomění si ohrožující situace bylo tomuto mladému muži asi 18 let a s následky se statečně potýká stále, přičemž velikým pomocníkem je mu v tom umění, ke kterému byl přiveden v dětství před získáním závislosti a na které mohl navázat. Pochopitelně i v těchto případech může sociální pracovník i terapeut účinně pomoci technikami, které obracejí opět pozornost na vlastní prožívání a cvičí empatii. Rozsáhlým polem v oblasti nápravy jsou zde pak také veškeré umělecké činnosti a korektivní zážitky v komunitě, ve společenství lidí.

V tomto případě touha po pocitech a touha po lásce dopomohla sebereflexi. Bohužel i na tyto případy svět techniky a ICT pamatuje a celý tento průmysl se snaží nedopustit, aby mu touto cestou unikaly uživatelé. K nejstaršímu nástroji, působícímu v tomto smyslu v oblasti citů, který je na internetu volně dostupný, patří pornografický obsah. Ten nabízí pod heslem svobody veškeré představitelné i nepředstavitelné formy sexuálního chování. Stačí jen kliknout a vše je okamžitě k dispozici v nesčetných variantách. Není třeba utrácet peníze a čas seznamováním se a ještě riskovat neúspěch. Ale i pokud se seznámení podaří, nemůže být například v možnostech partnerky okamžitě a s nadšením uspokojit veškeré sexuální představy partnera a naopak. Ten nemůže obvykle, oproti vzorům z porno průmyslu, obstát délkou penisu ani délkou pohlavního styku. Metody jsou však stále propracovanější a stupňují se v podobě virtuálního sexu v 3D porno hrách, na to navazují různé kombinace reálných 3D figurín imitujících části těla a virtuální reality, nebo 3D sexuální robotizované figuríny v životní velikosti téměř reálného vzhledu. Za pomoci všech těchto technických pomůcek, které se bezesporu budou ještě dále vyvíjet a „zdokonalovat“, dochází k náhradnímu emocionálnímu uspokojování, ovšem v mimolidském světě. Tím se citová a emoční oploštělost stále více prohlubuje, společně s ní se minimalizuje potřeba reálného sociálního i partnerského kontaktu a místo moudrosti srdce nastupuje neschopnost empatie.

Správně vidíme jen srdcem. Co je důležité, je očím neviditelné.

Antoine de Saint-Exupéry, Malý princ

Na samostatnou publikaci by vydalo i téma ztráty citu pro krásu a schopnosti uměleckého tvoření krásy. Uveďme alespoň jeden příklad, který nám může být blízký. Tím je Myslbekova socha svatého Václava z počátku 20. století a stejný námět zpracovaný Davidem Černým na konci 20. století.

Obrázek 4 Myslbekova socha svatého Václava

(Myslbek., 1912)

Obrázek 5 Socha Kůň D. Černého umístěná v pražské Lucerně

(Černý, 1999)

Můžeme se tázat, jaký způsob myšlení a cítění mohl něco takového stvořit a co se tím chce vyjádřit.

Skrze takto poškozené cítění je pak obtížné získat a připustit si zpětnou vazbu, protože od lidí ve svém okolí ji takový člověk již téměř nevnímá, pokud se neocitne v nějaké hraniční životní situaci a od virtuálního světa nepřichází, jak dokládá i krátká autentická výpověď mladého dospělého člověka uvedená v této kapitole.

4.4 Změny v oblasti vůle

Další účinkem ICT je ochromená vůle, která se nedokáže vyjádřit v rozhodném činu. V malém zná možná každý z vlastní zkušenosti případy, kdy si již hlava něco uvědomuje, tělo třeba i něco trápí, cítění nám zprostředkovává pocity nelibosti, ale nejsme schopni se přinutit k činu. Víme například přesně, jaký typ jídla bychom neměli jíst, ale nedokážeme si ho odepřít. Nebo víme, že by pro naše zdraví bylo prospěšné více sportovat, ale je pro nás náročné se ke sportu přinutit. Chceme zhubnout, celá léta a někdy i celý život o tom dokážeme hovořit, ale neuděláme nic pro dlouhodobé snížení naší nadváhy. A v podobných příkladech by bylo možné pokračovat. To postupně přechází do další úrovně, kde nějakou roli hrají již naše drobné závislosti. Je pro nás těžké abstinovat od našich požitků jako je pití kávy, konzumace sladkostí, vyhledávání sexuálního uspokojení a tak dále. A další stupňování může být u cigaret, alkoholu, drog a v podstatě jakýchkoli látkových i nelátkových závislostí. Jak potvrzuje Vacek (2019) z oboru adiktologie, nelátkové technologické závislosti jsou v odborných kruzích tématizovány již od konce sedmdesátých let 20. století. Problém u závislostí na technologiích a ICT je oproti mnohým látkovým závislostem složitější v tom smyslu, že pokud se nejedná již o nepřehlédnutelně zjevné závislostní chování a/či poškozování zdraví, bývá to závislost vychovávaná, podporovaná a společensky v podstatě uznávaná. I zde však člověk podléhá stejným iluzím jako u jiných závislostí. „*A dokonce i lidé, kteří tvrdí, že mají vše pod kontrolou, často v nestřeženém okamžiku přiznávají, jak "je snadné na Facebooku promrhat spoustu času", že jsou "závislí" na Twitteru nebo že mají problém soustředit se natolik, aby přečetli celý novinový článek*“ (Greenfieldová, 2016, s. 23).

Tomu přispívá mizení smysluplné práce prováděné rukama. Dokonce i řemeslná práce se stále více automatizuje, cechovní hrdost mizí a celospolečensky se řemeslo netěší přílišnému uznání, ale spíše kritice, když není možné sehnat kvalitního řemeslníka. Což je příklad rozporu v myšlení, který se projevuje i v konání. Jak ukázala studie publikovaná v časopise Journal of Management, je představa o zaměstnání mladých lidí narozených na konci 80. let taková, že chtějí hodně peněz, málo práce, mnoho volného času a dobré sociální postavení (Kyjonková, 2010). Vacek (2019) potvrzuje specificky u technologických závislostí v mnoha aspektech poškozené nejen zdraví fyzické, ale vyjmenovává i další důsledky, kterými jsou mj. mezilidské konflikty, pozdní příchody, zanedbávání povinností, snížená výkonnost a z toho plynoucí problémy ve škole i v práci (tamtéž). Vůle se tak nemůže opřít o slabé a užíváním ICT nemocné fyzické tělo. Člověk s podlomeným zdravím, scházejícími fyzickými silami,

vykonávající nesmyslnou práci (například klikání myší a ťukání do klávesnice), neprožívající radost z uměleckého tvoření, osamělý a s konflikty v osobních vztazích je ve své vůli nutně oslaben, vůle nemá z čeho čerpat a o co se opírat. To má pochopitelně zpětný dopad i na samotný duševní život, který je tím deprivován. Ve světě strojů, technologií a robotizované práce (sezení u počítačů, stejně jako u ovládacích pák stavebních a jiných strojů) je velice komplikované nalézat a uspokojit duševní i duchovní potřeby. A tak nenastává-li vědomé vyrovnávání, může být člověku technologiemi, obdobně jako u drog, postupně uloupen i jeho individuální životní úkol (na který zapomíná a nedostává se mu sil a vůle k jeho uskutečnění) a nakonec i jeho identita.

Cesta k nápravě tedy musí vést skrze uspokojení a harmonizaci všech potřeb celistvého člověka, skrze smysluplnou práci rukama například v zemědělství se zemí a zvířaty, kde bude obklopen přírodou a životem (v protikladu k podpřírodě a mrtvému světu techniky), skrze posilování fyzického těla a péči o duši, aby se mohlo jáství, tedy duchovní individualita plně projevovat. Jelikož kde nevládne duch (jáství člověka) člověka, tam schází vůle i vůle k vůli. Z prázdnoty duše vzniká prázdnota ducha a bezduchý člověk je jako loď bez kormidelníka s napnutými plachtami uprostřed rozbouřeného moře, která je zmítána strachem, emocemi, pudy a vášněmi a kormidlována nejčastěji touhou po moci a/nebo po penězích a/nebo po sexu. Tuto situaci nádherně vyjádřil ve svém obrazu nazvaném Bludný Holanďan malíř Bernhard Eyb.

Obrázek 6 Bernhard Eyb, Fliegender Holländer (Bludný Holanďan) (Eyb, n.d.b)

V uměleckém tvoření a pojímání světa spočívá možnost prázdnotu duše postupně překonat.

4.5 Poškozené fyzické a duševní zdraví

„Žijeme možná v době hmotných požitků a úžasné techniky, je to však i čas marnosti a beznaděje. V prvním desetiletí tohoto století se počet Američanů užívajících proti depresi či úzkosti léky na předpis zvýšil takřka o čtvrtinu a bere je dnes každý pátý dospělý.“ (Carr, 2015, s. 216).

O tématu fyzicky a neurologicky pozorovatelných zdravotních rizik, spojených s užíváním ICT, jako je zničený zrak, sluch, páteř, syndrom karpálních tunelů, bolesti hlavy, ohrožení pánevních svalů a varlat, poruchy trávení, hypokineze i syndromu nezdravých budov, technostres, nespavost, deprese, rakovinové onemocnění, srdeční onemocnění, nadváha, diabetes, snížení imunity, hormonální defekty, poruchy trávení, odumírání nervových buněk v mozku a dalších, bylo poměrně mnoho publikováno (Nešpor 2011; Hladký, Glivický, 1995; Spitzer 2014; Bezányi 2015). Somatické zdravotní problémy jsou u této jedné části symptomů, kde je příčina a důsledek evidentní, již známy a prozkoumávány, u řady dalších však již dnešní medicína zatím nevidí, nebo ani nezkoumá příčinné souvislosti a bude otázkou budoucích výzkumů podrobněji poznat a popsat souvislosti mezi působením světa ICT a například onkologickými onemocněními, Parkinsonovou nemocí, autismem a mnohými dalšími somatickými i duševními onemocněními.

Zdravotní problémy mohou sehrát dvojí roli v získávání náhledu na ohrožující situaci. V jednom případě mohou dopomoci náhled zastřít a v jiném mohou být katalyzátorem změny

V prvním případě náš mladý muž, který chce zůstat v anonymitě, ze své zkušenosti v autentické výpovědi uvádí: „*Měl jsem 82 stupňovou skoliózu. Pro porovnání, nebezpečné je to již od 40. stupně zdeformování zad. Já měl dvojnásobek. Bylo následkem úplné abstinence fyzické námahy a času tráveného sedavou činností. Krom toho jsem si úplně zničil zrak. To mě však neodradilo od hraní, protože jsem tyto následky bral spíše jako součást mého mizerného života*.“ Viz podrobně případová studie v příloze číslo 12 této práce.

Ve druhém případě IT specialisty, se kterým vedl autor této práce hloubkové rozhovory v rámci svého výzkumu realizovaného v bakalářské práci bylo, vážné onemocnění způsobené Klatskinovým nádorem (neléčitelný a neoperovatelný nádor v horní oblasti vývodných žlučových cest) podnětem k následné bilanci životního příběhu, v rámci kterého postupně docházelo k nahlédnutí toho, do jaké míry se ICT podílely na osobních, rodinných a posléze i zdravotních problémech. Nahlédnuta tak byla neúplnost a iluzornost světa postavená na axiómech (tvrzení, které se předem pokládá za platné, a tudíž se nedokazuje, využívané v matematických teoriích), nahlédnuto bylo, jakým způsobem může profese v IT vést k robotizaci myšlení, jak vynechané umělecké aktivity a zaměření se na on-line komunikaci místo komunikace tváří v tvář může měnit člověka v robota a způsobovat tak manželské konflikty. Nahlédnuto

bylo, jak se stres způsobovaný ICT společně s manželskými konflikty může odrazit na zdravotním stavu a mnoho dalšího. Podrobnosti viz také příloha číslo 13.

Ze zkušenosti neurologů (Spitzer, 2014) i lékařů a psychiatrů, účastnících se výzkumné části této práce (viz příloha číslo 9. a 10.), lze poukázat na souvislost užívání ICT a mnohých závažných somatických onemocnění. Z toho lze odvodit, že nastane-li ohrožující situace a tato je dlouhodobě neřešená, přehlížejí se první sociální problémy, první zdravotní a psychické problémy, může to vést ke zhoršení zdravotních somatických problémů a tedy i možností léčby. Tato onemocnění pak mohou být pro dnešní fragmentovaný pohled na člověka i pro dnešní medicínu zdánlivě natolik vzdálená příčinné souvislosti s nezdravým užíváním ICT, že je zastřen náhled na problematiku ohrožujících situací, vycházejících z robotiky a světa ICT. *„Automatizace si vybírá svou daň - na naší práci, dovednostech, zdraví i životech. Může nám zúžit perspektivu a omezit možnost volby. Může nás vystavit dohledu a manipulaci.“* (Carr, 2015, s. 10).

4.6 Ztráta důvěryhodnosti odborníků a ztráta důvěry v autority a informační systémy

Pozoruhodnou roli v zastření ohrožujících situací mohou hrát i další jevy popsané v této kapitole. Například média se svými nepravdivými a manipulativními obsahy a neschopnost uživatelů rozlišit pravdivost od zájmů komerčních a mocenských. Tomuto tématu se věnuje podrobněji kapitola 5. Střet zájmů výrobců technologií a dopadu na zdraví konzumentů.

Dalším jevem je ztráta důvěryhodnosti odborníků. Tato ztráta důvěry může být způsobená právě odlidštěným robotickým přístupem například některých lékařů ke svým pacientům a ke svému oboru, jak dokládá ze své praxe lékaře na jednotce intenzivní péče participant výzkumu (viz příloha číslo 11.). V jiných případech, jak může doložit autor této práce ze své terapeutické praxe, je pacient opakovaně konfrontován s tím, že jako člověk lékaře prakticky nezajímá, že pro lékaře místo neopakovatelné lidské individuality vstupuje do ordinace například „koleno“. Lékař není schopen identifikovat příčiny a není schopen či ochoten vysvětlit symptomy nemoci laickými, pacientovi srozumitelnými výrazy. Dalším příkladem z praxe je, že se člověk v roli pacienta setkává opakovaně s léčením medikací, která ani nepotlačí symptomy, ani nevyléčí potíže, ale způsobí nežádoucí vedlejší účinky, na které je předepsána další medikace, u které se celý proces opakuje a výsledkem je, že původní somatické problémy přetrvávají, nebo se dokonce zhoršují a k nim se v následku nežádoucích účinků léčby přidají mnohé obtíže další. A v těchto příkladech z praxe by bylo možné pokračovat. Příklady fatálních omylů v historii nejen lékařské vědy jsou popsány v kapitole Poučení se z minulosti. Toto pak může mít za následek ztrátu důvěry v lékaře a medicínu obecně i s katastrofálními následky pro pacienty samotné. Autor této práce byl svědkem několika takových případů, vedoucích až ke zbytečnému předčasnému

úmrtí, způsobenému odmítnutím důvěry v lékaře a léčby. Nejde zde o obžalobu medicíny, která je oborem úžasných vědeckých poznatků a je pro zdraví člověka nezastupitelná, ani o žádné zevšeobecnění, pouze o poukázání na fragmentizaci a odklon od celistvosti v jednotlivých oborech lidské činnosti, který je produktem technologizace a sám má za následek často oprávněnou nedůvěru v odborníky, vědce a další autority. „*Místo abychom se začali tázat, dobrovolně se zbavujeme svobodného myšlení tím, že naše myšlení delegujeme na odborníky a na jejich systémy s objektivní platností*“ (Hogenová, 2014, s. 117). Je nad rámec možností této práce blíže se zabývat vědou a etikou, vědou a vědeckými omyly i tím, z čeho tyto omyly pramení. Každopádně vědecké poznání, tak jak před nás dnes předstupuje se všemi svými úspěchy i omyly a nedokonalostmi „*se stalo nástrojem společenské praxe, která je však produktem všech oblastí života člověka a společnosti, jeho mravní a duchovní úrovně, hodnot, sociability*“ (Sak, 2007, s. 28).

Dalším aspektem je nekonečná mnohost informací a v nich obsažených názorových růzností, ve kterých je často složité se vyznat i pro odborníky samotné. Kvalifikované hlasy vědců, lékařů, odborníků a autorit se tak mohou zcela rozplynout v kyberprostoru přehlceném obsahem. „*Mnohem chmurnější portrét digitálního domorodce však vykreslují odborníci jako britsko-americký autor Andrew Keen: MySpace a Facebook vytvářejí kulturu digitálního narcismu; stránky na bázi otevřeného obsahu, jako je Wikipedie, oslabují autoritu učitele ve třídě; generaci YouTube více zajímá sebevyjádření než dozvědět se něco o světě; skrze kakofonii anonymních blogů a obsahu vytvářeného jejich uživateli k dnešní mládeži ani nemohou dolehnout hlasy informovaných odborníků*“ (Greenfieldová, 2016, s.25). Svou roli zde pochopitelně hraje i zmiňovaná generační propast, která je v současnosti i propastí věků mezi gramotnou kulturou a kyberkulturou (Sak, 2012).. Mladí lidé, kteří jsou opakovaně zklamáváni omyly otců a vědců nemusí rozpoznat, kdy k nim skrze tyto autority promlouvá skutečná moudrost.

Nakonec bez povšimnutí nelze ponechat ani samotnou podstatu zpravodajství, jak se v dnešní době vyvinulo. „*Současný neklid občanů je založen na přesvědčení, že nedůvěryhodný je sám informační systém, že selhává, že prokazuje svou nekompetentnost a že může - někdy nevědomky - vydávat za pravdu ohromné lži.*“ (Ramonet, 2003, s. 35). Představme si například situaci, že vlastník nějakého média prostřednictvím svého šéfredaktora požádá, aby byla provedena reportáž o divadelní hře Krysař. Nejlepší redaktor, nebo dokonce redaktorský tým, vyrazí do terénu, do divadla, pořídí a následně zpracuje vynikající a pravdivou reportáž o tragicky končícím příběhu se spoustou mrtvých dětí (dle verze námětu). Problém ovšem může nastat, když redaktoři nevědí, že se účastní divadelního představení. Poté také přinesou velice kvalitně a pravdivě zpracovanou reportáž, která může obletět celý svět a rozhodnout o mnohém.

A ještě jiná situace je, kdy redaktoři vědomě vytvářejí takovouto iluzi, což je blíže popsáno v následující kapitole.

4.7 Pravdivost a kvalita poskytovaných informací

„Jestliže budete společně hájit věc svobody, jež je věnem lidské přirozenosti, kdo vás přemůže?“

J. A. Komenský

Schází-li člověku poznání a znalost nějaké situace, není možné ji posoudit, zvážit veškeré souvislosti a na tomto základě se **svobodně rozhodovat**. V tomto případě může dojít k rozhodování na základě kvalifikovaného odhadu, předešlých zkušeností, citu, intuice apod., ale vždy je nezbytné podstoupit riziko nejistoty, spojené s takovýmto rozhodnutím. Zcela jiná situace je v případě, kdy se člověk rozhoduje na základě nepravdivých údajů. Pak je ve svém rozhodování oklamáván touto nepravdivostí. Otázkou pak je, zda jde o nepravdu pocházející z nedostatečného poznání, nebo o nepravdu záměrně šířenou. V obou případech to může mít fatální následky. V tom druhém je ten, kdo se rozhoduje, navíc nevědomě obětí manipulace. Jeho myšlení, cítění i projevy vůle mohou být touto manipulací ovlivněny. Jde-li o manipulaci přímou a záměrnou, je vždy prostředkem k získání nějakých výhod, plynoucích směrem k manipulátorovi. Pravdivost nemanipuluje, pravdivost před námi stojí jako poznaná skutečnost a nechává nám svobodný prostor pro rozhodnutí, který umožňuje učinit rozhodnutí správné i nesprávné. Proto je pro udržení egoistické touhy po moci, lhostejno zda moci ekonomické, politické nebo vojenské, vždy zapotřebí lež**. Proto také vždy byl a vždy bude svobodně poznávající člověk největším nepřítelem všech režimů**, ať jsou již zahalené do teokracie, monarchie, aristokracie, demokracie, anarchie, (národního) socialismu, či do jiné formy vlády z pozice moci.

ICT jsou v tomto případě skutečně pouze oním médiem, které ve smyslu tohoto slova (latinsky *prostředník*) pouze zprostředkovávají obsahy. Jak bylo vyloženo v této práci, je nezbytné rozlišovat nosič (médium), obsah sdělovaného a formu, tedy způsob předání sdělení. Také bylo řečeno, že médium bez ohledu na obsah a formu zprostředkovaného obsahu má v každém případě také svůj negativní dopad na uživatele. Nyní nás však zajímá obsah a forma sdělení. I když obsah může být sám o sobě pravdivý, lze jej podat takovou formou, že vznikne u příjemce sdělení nepravdivý obraz, nepravdivá interpretace. Obsah a forma se tedy mohou vzájemně popírat nebo podporovat. Záleží také mnoho na společenském naladění, protože „*Problém pravdivosti v médiích je mimořádně komplikovaný v zemi, kde je lež v podstatě pokládána za normální*“ (Musil, 2003, s. 75).

Další kapitolou je přehánění rizik, uměle vytvářené katastrofické scénáře včetně nepravdivých informací, kterými jsme neustále atakováni ze zpravodajských médií. To vše může přinášet „*skutečné riziko, ovšem jiného druhu:* ***otupělá veřejnost nebude vnímat upozornění na skutečná rizika***“ (Musil, 2003, s. 88). Ve zpravodajské praxi je nadužíváno násilností, válek, katastrof a utrpení, které svou četností i formou podání převažují nad ostatními podstatnějšími tématy. „*Emocionální šok, který vytvářejí televizní obrazy - zejména obrazy žalu, utrpení a smrti - je nesrovnatelně větší než šok, jaký*

dokáží vyvolat jiná média.“ (Ramonet, 2003, s. 37). Šok, utrpení, smrt a z toho plynoucí strach, protože kde je strach, tam schází odvaha a kde schází odvaha, tam se lépe vládne. Ze strachu také lidé rádi nakoupí věci, které je mají strachu zbavit, ze strachu podpoří či strpí absurdní zákony, které mají být lékem na vyvolaný strach, ze strachu a potřeby se ho zbavit rádi přidají ruku i k velice zkázonosnému dílu.

Obrázek 7 Bernhradr Eyb, Der Mut (Odvaha) (Eyb, n.d.c)

Na druhou stranu roste nedůvěra občanů vůči médiím. Jak píše Ignacio Ramonet, francouzský profesor komunikační teorie, novinář, bývalý šéfredaktor revue Le Monde diplomatique, ve své knize Tyranie médií, započalo to „*Zejména od roku 1991, kdy lidi hluboce šokovaly lži a mystifikace války v Perském zálivu.*“ (Ramonet, 2003, s. 33). A dále uvádí „*Jak jsme si mohli všimnout během války o Malvínské ostrovy v roce 1982, při invazi do Grenady v roce 1983 nebo do Panamy v roce 1989, během války v Perském zálivu v roce 1991 či během války v Bosně v letech 1993-1996 nebo konečně také během války v Kosovu v roce 1999, normou se staly lsti, lži a zamlčování.*“ (Ramonet. 2003, s. 39). K válce v Kosovu se vyjádřil mluvčí NATO Jamie Shea, který celosvětově proslul v čase tohoto válečného konfliktu a prokázal svou schopnost obhajovat zabíjení civilistů, takto: „*Kosovo bylo první mediální válkou. … Novináři byli téměř vojáky v tom smyslu, že museli veřejnosti vysvětlit, proč je tato válka důležitá.“* (Bytyçi, 2015, s. 159). Je tedy evidentní, že média i v dnešní době slouží mimo jiné dnešním mocenským, politickým, geopolitickým a válečným propagandistickým cílům, které jsou postavené na manipulaci pomocí nepravdivých sdělení. Pan Shea pokračuje: „*K mým úkolům patřilo dodávat jim* (novinářům) *munici, aby mohli ukázat čistotu našich válečných motivů a našich akcí.*“ (Farkas, 2006, s. 224). Tyto motivy byly obhajovány i z úst prezidenta ČR, jehož mediální obraz vykresloval jako filosofa a humanistu, slovy jako „humanitární bombardování“, nebo „Může-li někdo říci, že nějaká válka je etická, nebo že je vedena z etických důvodů, potom to platí pro tuto válku“ (Albrightová, 2006, s. 74). Dokáže člověk svým poškozeným myšlením ještě vnímat, co se zde sděluje? Nebo co se sděluje, když se stupňuje tlak na členské země NATO na uspíšení zvyšování výdajů na zbrojení na 2% HDP? .

Jde tedy o to, že nekvalitní nebo dokonce nepravdivé obsahy, šířené prostřednictvím ICT, rovněž komplikují možnosti poznání rizik, spočívajících v ICT samotných a jejich působení nejen na zdraví člověka, ale i na jeho sociální situaci, rozhodování a chování. Člověk může být natolik zaměstnán tím, jak reaguje na nepravdivé obsahy, zprostředkované ICT, že mu již nezbývá čas zabývat se ohrožujícími situacemi, přicházejícími skrze informační a komunikační technologie.

Tím vzniká opět jakýsi uzavřený kruh, ze kterého je možné vyjít pouze za pomoci poznání a prostředků, stojících zejména mimo obor ICT. „*Poznáním získáváme vyšší stupeň bytí, proto je poznání mocí, které se tyrani bojí. Filosof se jich nebojí a to tyrani nesnášejí*“ (Hogenová, 2014, s. 37). Proto staví poznání do cesty různé překážky a snaží se z pravdivého poznávání vyvolat strach. Strach, že cesta poznání je trnitou cestou vedoucí do nepohody, iluzi, že poznání nového může rozbořit dosavadní jistoty a podtrhnout pomyslný koberec pod nohama a tím připravit člověka o pevnou půdu, po které až doposud kráčel.

5 Střet zájmů výrobců technologií a dopadu na zdraví konzumentů

Žijeme v době, kdy lékaři ničí zdraví, právníci ničí spravedlnost, univerzity ničí znalosti, vlády ničí svobodu, media ničí informace, církve ničí morálku a naše vlastní banky ničí ekonomiku.
Chris Hedges

V této práci bylo pojednáno o závislostech na internetu, na sociálních sítích, automatizaci i technologiích. Není snad závislost uživatele na produktu snem každého marketéra, každého obchodníka a každého producenta? Navíc když je to celé, alespoň podle stávajícího práva, vycházejícího ze stávajícího poznání a dnešní kultury, legální. Dokonce za tyto produkty stát sám utrácí značnou část svého rozpočtu a nejen to, prostřednictvím zákonů a dotací dále stimuluje občany i podniky a organizace k pořizování dalších a dalších technologií. Takovými zákonnými opatřeními je například již povinná datová schránka pro podnikatele, nebo třeba elektronická evidence tržeb (EET), která nařizuje podnikatelům pořídit si další elektronická zařízení a s nimi nezbytné připojení k síti internet a datové služby, které jsou navíc v Čechách v porovnání s celou Evropskou unií dlouhodobě nejdražší (Hron, 2018). Ceny se pochopitelně časem sníží, protože zisk může být pouze vedlejším produktem a maskou mocenských zájmů, které potřebují již nejen tranzistor, jak tomu bylo v čase Goebbelse, ale i napojení na globální světovou síť do každé domácnosti. *„Již v současnosti - a tím více v budoucnu - budou mít mocenské střety podobu boje o planetární vědomí. To dokládá jedna z nejvlivnějších nevládních organizací USA Projekt pro nové americké století, která vytyčila pět nejvýznamnějších strategických cílů. Mezi nimi je obsažen i cíl "Control the International Commons of cyberspace" (ovládnout mezinárodní společný kyberprostor). Ovládnutí kyberprostoru je přikládán stejný význam jako "vybudování globálního obranného protiraketového systému a strategickému ovládnutí vesmíru"* (Sak, 2007, s. 25, cituji podle Pitt, 2003).

A Sak k tomu dodává (vzhledem k důležitosti obsahu je ponechán celý citát): *„Věčný boj, který prochází dějinami, má tentokrát podobu boje o kontrolu nad informacemi. Jedinec, intelektuál a občanská společnost usilují o zachování svobody šíření informací. Nositelé moci, bez ohledu na to, jakou politickou a ideologickou nálepkou se označují, vytvářejí a zdokonalují systém špehování občana, a to legálně i nelegálně, přičemž legislativa neustále zužuje prostor soukromí jedince. Přitom si své vlastní špehování občan platí ze svých daní. Ke zlomení vůle občana ke svobodě, soukromí a informacím vytváří moc "pod falešnou vlajkou" situace, které poskytují argumenty pro oslabování soukromí, svobody a volného šíření informací“* (Sak, 2007, s. 149).

Sledujeme-li pohyb, jaký ve světovém měřítku svět technologií koná, můžeme shledat, že vyrůstá zprvu na západě, odkud je přesazen na východ, který se nejprve stává montovnou pro zbytek světa, ale

následně východ přebírá i výzkum a vývoj a stává se technologickým světovým leaderem. Předobrazem hrozících problémů v Evropě se tak stává již nejen USA, ale aktuálně Korea či Čína se svými odvykacími tábory pro děti závislé na videohrách a obdobnými zařízeními pro dospělé (Slezáková, 2014), se svými technologickými nástroji (opět poskytnutými západem a na východě zdokonalenými) k totální kontrole občanů, se svou epidemií krátkozrakosti a všech dalších myslitelných problémů, z niž na některé je v této práci poukázáno.

Jak dokládá Ethan Gutmann, americký novinář, publicista a spisovatel, autor knihy Losing the New China: Story of American Commerce, Desire and Betrayal (*Ztráta nové Číny: příběh amerického obchodu, touhy a zrady)*, která vyšla roku 2004, ve svém rozhovoru pro Český rozhlas z 22. 6. 2018: „*Tenkrát ji* (uvedenou knihu) *považovali za kontroverzní, ale dnes je to kniha o něčem, co už je obecně známo: o sledování lidí v Číně a tom, jak mu nahrály firmy ze Západu, především Cisco, Yahoo, do jisté míry i Microsoft a další* (Slezáková, 2018).

Přitom elity ve světě technologií se ve svých rodinách a ke svým dětem chovají zcela jinak, než by laik předpokládal.

5.1 Zdá se, že tito generální ředitelé technologických společností vědí něco, co my ne.

Omezování digitálních médií v dětském věku bývá neznalými laiky považováno za zpátečnické bránění jejich modernímu vzdělávání. Nutnost rané mediální absence však potvrzují jak psychologické a pedagogické výzkumy, tak vědomý přístup těch, kdo stojí na špičce současného vývoje digitálních technologií.

Porovnejme nejprve v kontextu této práce, jak s ICT vzhledem ke svým dětem nakládali, či nakládají světově nejznámější a nejbohatší podnikatelé v této oblasti: miliardář a zakladatel firmy Apple Steve Jobs, miliardář a zakladatel společnosti Microsoft Bill Gates a Jeffrey Preston „Jeff“ Bezos, zakladatel obchodního portálu Amazon, který aktuálně poráží Billa Gatese v soutěži o nejbohatšího muže planety.

Z rozhovorů a vyjádření pro tisk se například dozvídáme, že děti Billa Gatese, zakladatele firmy Microsoft, měly do svých čtrnácti let zakázány mobilní telefony, byť jejich spolužáci už jimi byli dávno vybaveni (Retter, 2017), nebo že čtrnáctiletý syn Jeffa Bezose byl posledním ze třídy, kdo dostal smartphone (Rey, 2014). Dne 10. 9. 2014 byl v The New York Times uveřejněn článek od novináře Nicka Biltona píšícího o technologiích s názvem Steve Jobs Was a Low-Tech Parent. V jeho úvodu autor cituje svůj rozhovor se S. Jobsem z roku 2010. Zakladatel firmy Apple Steve Jobs odpověděl na dotaz novináře, zda jeho děti mají rády iPad, kterým jeho firma právě zaplavila trh, že ho samozřejmě ještě nedostaly a že doma přísně omezují čas, který smějí děti strávit s technikou. Dále se uvádí, že

zakladatel Twitteru Evan Williams své ratolesti namísto digitální techniky zásobuje stovkami knih a vede je k tomu, aby si raději četly, než trávily čas na internetu. A někdejší redaktor časopisu Wired a výkonný ředitel firmy 3D Robotics Chris Anderson se před veřejností netají s tím, jak svým pěti dětem ve věku od šesti do sedmnácti let omezuje čas, po který mohou trávit s digitální technikou: „*Moje děti mě a manželku obviňují, že jsme fašisté a technicky přecitlivělí, a říkají, že nikdo z jejich kamarádů doma nemá taková pravidla. Jenže já jsem zažil nebezpečí současné technologie z první ruky. Zažil jsem to na sobě a nechci, aby to musely zažít moje děti.*“ (Bilton, 2014)

Majitelé a vysoce postavení manažeři technologických firem v Silicon Valley, jako například technický ředitel eBay nebo pracovníci Google, Apple, Yahoo a Hewlett-Packard, posílají své děti do místní waldorfské školy, ve které se až do sedmé třídy včetně zásadně nepoužívají žádné počítače, tablety, monitory apod. (Richtel, 2011). Přesto absolventi této a dalších waldorfských škol vykazují výbornou schopnost práce s moderními technologiemi a jsou některými špičkovými personalisty v Silicon Valley přednostně vyhledáváni při náboru nových zaměstnanců, protože praxe ukazuje, že právě díky digitální abstinenci v nižším školním věku mají waldorfští absolventi kreativní a inovativní přístup ke všem skutečnostem světa — včetně techniky. Waldorfská pedagogika je postavena na hlubokém porozumění jednotlivým vývojovým fázím dítěte, plynoucím z duchovně vědeckého poznání. Proces výuky je pak koncipován tak, aby byl umožněn zdravý vývoj dítěte a veškerých jeho bytostných článků a byl podpořen proces zdravého dospívání. Přitom se opírá o výuku prostřednictvím umění, teorie i praxe a o poznávání světa jako dobrého, krásného a pravdivého a společně s tím také poznatelného.

Vidíme, že rodiče, kteří svým dětem do určitého věku neumožňují přístup k technologiím a i následně ho přísně regulují, nejsou zpátečníci stojící mimo moderní svět, kteří by svým dětem bránili zvládnout požadavky dnešního života, nýbrž naopak pro technologickou výchovu svých dětí dělají to nejlepší a řadí se tím ke světové elitě z oblasti informačních a komunikačních technologií.

Jak vyplynulo z přednášek optika a specialisty v oboru optometrie, konaných na konferencích autorem této práce spolupořádaných na téma Děti a technologie, je již dnes v Koreji prudký nárůst digitální zrakové únavy a krátkozrakosti. Tyto vedlejší efekty, jako je aktuální celospolečenská krátkozrakost, vzniklá fixací zraku na displeje, bude v budoucnu pravděpodobně následována epidemií slepoty. Zatímco krátkozrakost je jednoduše korigovatelná brýlemi, je tato následována přibližně po čtyřicátém roku věku postižených častým odchlípením rohovky, které je zatím lékařsky neřešitelné a vede k oslepnutí (T. Dobřenský, přednáška, 10. října 2017). A tak tento fenomén obrazně poukazuje na krátkozrakost a slepotu, s jakou se vrháme do náruče technologiím. Navíc na krátkozrakost a slepotu způsobenou technologiemi samotnými.

Obrázek 8 František Bílek, Slepci (Bílek, 1901)

5.2 Touha po zisku

„Moc peněz se v době míru přiživuje na národu a v dobách protivenství proti němu strojí spiknutí. Je despotičtější než monarchie, nestoudnější než samovláda, sobečtější než byrokracie. V blízké budoucnosti vidím příchod krize, která mě znervózňuje a vyvolává u mě obavy o bezpečnost mé vlasti. Na trůn byly posazeny korporace, bude následovat éra korupce na vysokých místech a moc peněz v zemi se bude snažit rozšířit svou vládu tím, že bude pracovat na předsudcích lidu, dokud nebude bohatství této země soustředěno v rukou několika lidí a Republika nebude zničena… V této chvíli se bojím o osud své vlasti víc než kdykoli předtím, dokonce víc než v dobách války.“

Abraham Lincoln

Dokonce i v otázkách národního (ne)zdraví může hrát podstatnou roli touha po zisku v hospodářské oblasti. Uveďme příklad, který nám je zdánlivě vzdálen. Uvádí ho ve své knize Jak se zbavit brýlí Mirzakarim S. Norbekov, súfista, doktor psychologie, doktor pedagogiky, doktor filosofie v medicíně, vynálezce a profesor na mnoha ruských i zahraničních akademiích. O své metodě nápravy zraku, spočívající na změně životních návyků a sérii cvičení, ve své knize tvrdí, že má 100% účinnost, a že tuto metodu písemně nabídl většině zemí. Údajně odpověděli pouze Japonci a to následujícím způsobem: „…Na základě výzkumu jednoho *sociologického institutu …jsme provedli průzkum mezi studenty. Kladně se vyslovilo osmdesát procent dotázaných. Japonská ekonomika však není schopná v daný moment unést takovou zátěž …*“ (Norberkov, 2002, s. 52). To znamená, že takto masivní úbytek miliónů spotřebitelů v celé široké byznys oblasti spojené s oční optikou si nemůže údajně národní hospodářství dovolit. Ekonomický argument tedy volí nemoc místo zdraví, protože na zdraví (jak se mylně toto

myšlení domnívá) se nedá vydělat I v případě, že by byl celý tento příklad spekulací jeho autora, poukazuje na perspektivu, z jaké je také možné nahlížet střet zájmů průmyslu, byznysu a výrobců technologií, politického státu jako příjemce daní i mocenského aparátu a dopadu na zdraví člověka. Každý si pak již sám může hledat jemu dostupné příklady z vlastní životní praxe.

Finanční zisk však není jediným ziskem a často bývá pouze nástrojem či vedlejším produktem. Touha po penězích je jednou z forem pleonexie (arogantní chtivosti, sobecké poživačnosti). „*Duše takového člověka je ovládána jedinou pružinou, mít stále více a více, nikdy s tím neskončí. Využije každou příležitost, kterou mu osud postaví do cest, aby své bohatství jen zvětšoval. To samé platí pro všechny, kteří jsou řízení vůlí k moci*“ (Hogenová, 2014, s. 37). Autor této práce se často setkává ve své praxi s tím, že když se člověk začne pomalu probouzet k rozlišování a vnímání velkých souvislostí na poli politiky, práva, ekonomiky, vysvětlí si to argumentem „jde jen o prachy jako vždycky“. Potíž spočívá v tom, že toto vysvětlení dospívá pouze k dílčímu závěru, jelikož vyjma zisku jde ještě o mnohem více, o zdraví a život člověka.

5.3 Touha po moci

„Nikdo není beznadějněji zotročen než ten, který falešně věří, že je svobodný.“
Johann Wolfgang Goethe

Touha po moci jde totiž vždy ruku v ruce se lží. Lží, která manipuluje s vědomím obelhávaných a ovládaných. Pravda byla vždy nepřítelem moci, protože ji rozpouští, osvětluje její techniky a probouzí ke svobodě. Proto se za pravdu dříve upalovalo na hranici. A ani dnes to není jiné, jen prostředky jsou rafinovanější, například se využije tzv. mediální vraždy – stokrát opakovaná lež se přece dle známé poučky stává pravdou. Z trendu lze odvodit, že snem mocných o možných způsobech zbavování se nepohodlných v budoucnosti je možnost takovou osobu nebo skupinu osob zkrátka on-line vypnout a znemožnit jim účast na životě provázaném s kyberprostorem. Takový člověk jako by přestal existovat, jelikož bude státní správa, veškeré převody peněz a tedy nákupy a prodeje, zdravotní služby, doprava, možnost uvedení vozu do pohybu, vstupy do budov a veškeré další úkony každodenního života, záviset na elektronické komunikaci a identifikaci pomocí řekněme například elektronického občanského průkazu. Na druhou stranu si život jistě najde způsob pro své vyžití i v takovéto budoucnosti

Ve své knize Politická psychologie dokládá Krejčí na jednotlivých výzkumech, zaměřených na problematiku moci a touhy po moci, jak jednou získaná moc politická, ale i na jiných úrovních (například v zaměstnání) může katalyzovat touhu po ještě větší moci a jak zvyšuje pokušení ovlivňovat druhé lidi a podceňovat ty, kteří jsou moci podřízeni a také jak se zvětšuje sociální odstup mocných od těch, na kterých svou moc uplatňují (Krejčí, 2004). Touha po moci je hnací silou, která se snaží využít

jakýchkoli jí dostupných prostředků k jejímu udržení a upevnění. A tak mohou být pod heslem „účel světí prostředky“ zaváděny i technologické inovace Toto zavádění lze podpořit patřičnou propagandou tak, aby to část občanů vítala s nadšením. Jak jinak by mohl reagovat člověk, kterému technologie, na kterých vyrostl, zploštily myšlení, narušily citové prožívání a reálné sociální vztahy a na kterých si získal nevědomou závislost? Oblíbeným typem propagandy jsou pak různé státní zájmy, ekonomické argumenty odtržené od sociální reality a potřeby, jako je lepší vzdělávání (viz kapitola 3.2) a efektivnější zdravotní péče, vyšší bezpečnost a ochrana občanů před nejrozmanitějšími hrozbami, například po nějakém uměle vyvolaném a ideálně teroristickém (neznámý, nenalezitelný a nepolapitelný nepřítel, který se může objevit kdykoli a kdekoli) či válečném konfliktu. Nebo to může být politickou a hospodářskou mocí jednoduše vnuceno prostřednictvím přijatých zákonů a s nimi spjatými vymáhacími a donucovacími prostředky. Jak dokládá Sak na příkladu přijímání smlouvy TTIP (Transatlantická dohoda o obchodu a investicích mezi EU a USA) a mnohých dalších (2018). „Takže *politická elita v Evropě je nástrojem realizace zájmů nadnárodních korporací a bankovního kapitálu“* (tamtéž, s. 175). O sociální funkci elit se autor v knize Úvod do teorie bezpečnosti vyjadřuje tak, že je pro ně nejvyšší prioritou zisk a dodává, „ *Ekonomičtí a sociální predátoři jsou vůči zisku neustále hladoví a preferují ho oproti všem jiným hodnotám“* (tamtéž, s. 193). Jaký zájem na zdraví konzumentů má mít byznysmen a podniky, kterým to přináší ohromné zisky? Jaký zájem na zdraví občanů mají politici toužící po moci a nástrojích moci, které jim průmysl ICT poskytuje?

5.4 Poučení se z minulosti

Je-li někdo obelhán nebo systematicky obelháván, žije vlastně v iluzi, v něčem neskutečném, zdánlivém, virtuálním. Tato virtuální iluze je falešně považována za pravdivou a reálnou a vycházejí z ní praktická každodenní i celoživotní rozhodnutí v oblasti individuální i sociální. Důležité je lži vtisknout punc odbornosti, vědeckosti, pokrokovosti, celospolečenského významu apod. Odborníci, kteří pak sami propůjčí svou tvář, jméno a slovo takovéto lži jsou často sami objetí iluze. Nebo zkrátka nadšeně propagují něco, čemu ve své podstatě zcela nerozumí. Vzpomeňme například na toxické DDT masivně rozprašované na lidi i v přírodě nebo v témže poválečném období volně přístupné rentgenové pedoskopy v prodejnách obuvi a dětských koutcích, na kterých si děti mohly volně prohlížet kosti na svých nohou. Jejich zákaz trval 20 let od doby, kdy bylo publikováno měření, prokazující *„vysokou míru záření s takřka nepřestavitelnými zdravotními následky - a to právě u dětí“* (Spitzer, 2014, s. 23). Podobně tomu bylo v USA při testování atomové bomby, když výbuchům přihlíželi vojáci, kteří byli vystaveni záření i radioaktivnímu spadu, celkový počet přímých i nepřímých objetí následků těchto testů se dnes již počítá na miliony (Jaderný test, 2018). Po objevení radioaktivního radia, které vyzařuje všechny druhy radioaktivního záření, se toto používalo k léčení v lázních, ve farmacii i kosmetice a tenkrát neznámý vliv na lidské zdraví stál život i jeho objevitelku Marii Curie-Skłodowskou. Ta mimochodem

tuto radioaktivní látku nosila po kapsách svých šatů, skladovala v zásuvce svého psacího stolu apod., takže jsou dodnes věci z její pozůstalosti nebezpečně radioaktivní.

Obdobná situace může dnes být v oblasti ICT a děti jsou v ní jen nejbezbrannější objetí. Ze své životní praxe v oboru IT, pedagogiky i sociální práce je autor této práce přesvědčen, že nemůže existovat jediná seriózní studie, která by prokazovala příznivý vliv používání ICT na učení, na zdravý vývoj dětí ani dospělých. Lékař, psycholog, filosof a psychiatr Manfred Spitzer to rovněž dokládá ve svých knihách Digitální demence a Kybernemoc! a dodává *"…na základě vědecky zjištěných poznatků je počítač k učení zapotřebí stejně nutně jako jízdní kolo k plavání nebo rentgenový přístroj ke zkoušení bot"* (Spitzer, 2014, s. 23).

Hitlerovo Německo potřebovalo k výchově mladých lidí pro své mocenské zájmy ke své nepravdivé propagandě prostřednictvím tisku a rádia ještě reálné organizace jako Jungvolk (pro chlapce od 10 let), nebo Hitlerjugend (pro chlapce od 14 let) a obdobné organizace pro dívky. Bylo to mimo jiné z toho důvodu, že se v té době na děti a mládež nedalo hromadně a každodenně působit pouze skrze média. To se však do dnešních dnů již změnilo. A bylo by naivní domnívat se, že to, co stálo v pozadí válečných zločinů druhé světové války jako ideje, touhy, vášně a impulsy vůle odešlo s koncem války. To je ve světě stále činné a stále přítomné, pouze se mění obsazení aktérů, kulisy doby a s nimi i metody. „*Nové technologie ve spojení s tradičními médii umožnily nejen utvářet postoje a mínění lidí k jednotlivým tématům, o která se zajímá politická a ekonomická elita, ale implementovat lidem konstrukci reality a skutečný svět nahradit jeho virtuální náhražkou, samozřejmě odpovídající zájmům politických elit, resp. nadnárodních korporací.*" (Sak, 2007, s. 83). Globální internetová síť (World Wide Web - v doslovném překladu „světově rozsáhlá pavučina") omotala jako pavučina Zemi v podobě sítě viditelné (drátů a optických kabelů) i neviditelné (bezdrátový přenos pozemní i satelitní). A tato síť propojuje svět techniky a v něm jednotlivé stroje do jednoho celku, jednoho velkého globálního stroje-robota, který mezi svými jednotlivými zařízeními komunikuje strojovou řečí již nezávisle na člověku. Podle článku otištěného v New York Times v roce 2012 *„celková úroveň robotického povídání na bezdrátových sítích po celém světě… pravděpodobně brzy převýší komunikaci tvořenou všemi lidskými hlasy na bezdrátových sítích*" (Brynjolfsson, 2015, s. 71). Takto vzniklá, člověkem a nikoli přírodou stvořená nová říše strojů, kterou jsme v této práci nazvali říší podpřírodní, tak do své sféry strhává i člověka samotného. Čím jiným než dalším koncovým zařízením se stává člověk, který sedí u svého PC, notebooku, tabletu, připojeného na internet, a který má v kapse „chytrý" mobilní telefon s připojením ke globální síti, a který je prostřednictvím těchto technologií sám přetvářen a utvářen? „*Z opačného úhlu pohledu je třeba však vidět, že čím je internet rozšířenější, složitější a provázanější s veškerými institucemi a jedinci, tím skýtá pro vládnoucí třídu potenciál mocnější, až neomezené kontroly*."

(Šmahel, 2003, s. 44). A to je příliš lákavé, proto toužící po moci podporují předčasné a nekontrolované šíření prostředků ICT na úkor zdraví a životů uživatelů.

Zde již stojíme před hrozbou ztráty lidství, která se projevuje mj. zmiňovanou změnou myšlení, vyprázdněním cítění a empatie, ovlivněnou vůlí, duševní a duchovní prázdnotou a osamoceností (viz kapitola 4. a 9.), což přispívá k vystupování ze sociálních vazeb a společenství s druhými lidmi. Tím dochází ke ztrátě možnosti vnímat a tedy i zdravě poznávat a pořádat sociální otázky. Dochází k jakési asocializaci a tím k pěstování asociálnosti. Je třeba si uvědomit, že socializace ve smyslu lidského spojenectví v komunitách a společenstvích na základě svobodně pociťovaných duchovních potřeb, které jsou současně základem kultury, je nebezpečná pro veškeré mocenské záměry. Takovýmto skupinám, ať již na úrovni národů nebo větších či menších celků, není možné snadno vládnout, není snadné je mediální válkou vehnat do bratrovražedné války apod.

Jak bylo ukázáno, důležitým aspektem spojeným s užíváním ICT je často také moc, respektive bez-moc, která vzniká u uživatelů, kteří se stávají nesvobodným článkem soukolí moci, zbavovaným svých lidských kvalit. Moc má však kromě svého průvodce, kterým je zisk, ještě dva velice důležité pomocníky. Jedním je lhostejnost a druhým strach. Co jiného než strach způsobí, že maminky vnutí dětem předčasně mobilní telefony s iluzorní představou, že díky nim budou na cestách do školy a ze školy v bezpečí a kontrolovatelné? Co jiného než strach o budoucnost dětí nebo jejich vyloučení z vrstevnických skupin způsobí, že jim rodiče koupí do dětských pokojů něco tak nebezpečného, jako je TV, počítač či tablet a tím ohrozí jejich budoucí zdravý vývoj a přispějí k jejich potenciálnímu vyloučení z reálných vrstevnických skupin? Co jiného než strach, že by rodiče byli po přiznání si pochybení označeni za špatné, způsobí, že radši před alarmujícími skutečnostmi zavřou oči? A co jiného je lhostejnost, než lenost a zlomená vůle k činu? „*Proto jsou nebojácní lidé machthábry odstraňováni včas a nejraději stoprocentně. Pokud tyran pocítí z jednání důstojnost a klid, jeho jistota roztaje jak jarní sníh; nic jej tolik nerozhází než klid a důstojnost.*“ (Hogenová, 2014, s. 43).

Více než deset let před nástupem Hitlera k moci píše český filosof Ladislav Klíma „*Nastala černá noc; z křesťanství zbyla jen hromádka lží a hora otrockosti. Křížencem křesťanské otrockosti a lži, antické světlé síly a severní barbarskosti jest středo- a novověký Evropan*;“ (Klíma, 1995, s. 68). Co tehdy Klíma vnímal a prožíval, to v konečném důsledku vydláždilo cestu pro „zachraňující“ nacionální socialismus, který měl být lékem celého nemocného sociálního organismu tehdejšího Německa po I. světové válce. Je otázkou naléhavě hledající odpovědi, jak je to s duchovností Evropy a sociálním uspořádáním dnes. „*Ale osobovat si vědění o tom, co je lidstvu prospěšno a co škodno, je nestoudnost všech nestoudností. Jen jedno je jisto: že užitečno je vše, co se stane, že vše je dobré. Ne kramářské zření k tomu, co „škodí“ a „prospívá“: Božská Libovůle budiž vládkyní činů.*“ (Klíma, 1995, s. 73). A tak se na poučení z minulosti otevírá prostor pro preventivní, sociální, sociálně terapeutickou i edukační

práci postavenou na poznávání a sebepoznávání, na hledání a praktickém uchopování svobodného duchovního života (nikoli prázdnými teoretickými a řečnickými frázemi), který bude z kulturní oblasti trojčlenného sociálního organismu, jak je v této práci nahlížen, působit uzdravujícím způsobem do oblastí ostatních.

5.5 Ztráta identity

Susan A. Greenfield, britská vědkyně, fyzička a neurofyziložka zabývající se výzkumem léčby Parkinsonovy nemoci a Alzheimerovy choroby, vlivem technologií na mozek člověka a autismem ve své knize Změna myšlení uvádí: „*Je totiž možné, že každodenní existence, která se točí kolem chytrých telefonů, iPadů, notebooků a Xboxů, radikálním a bezprecedentním způsobem mění nejen náš každodenní životní styl, ale i naši identitu, ba dokonce i naše vnitřní myšlenky.*“ (Greenfieldová, 2016, s. 21). A pozorujeme-li dění kolem nás s bdělým vědomím, můžeme konstatovat, že již dochází k technologiemi ovlivněné ztrátě individuálního životního úkolu, ztrátě orientace ve světě a tedy ztrátě vlastní identity.

„Technologie byla vždy lidem výzvou, aby se zamysleli, co je v jejich životech důležité, aby si položili otázku, kterou jsem předložil na začátku knihy: Co znamená být člověkem?“ (Carr, 2015, s. 226). Lidské společenství tedy dnes stojí před jednou z největších vývojových výzev. Ještě nikdy v historii nečelilo takto velikému nebezpečí a současně s takovou dětskou naivitou a neznalostí protivníka.

„Problém je odpovědí a k té hledáme patřičné otázky, nic jiného to nepotřebuje, nic jiného to nechce. Rozhovor, který vede duše sama se sebou, je vždy cestou ze skrytosti do neskrytosti, proto je pro všechny velikány filosofického ducha v Evropě tak důležitá péče o duši neboli epimeleia peri tés psychés. Patočka dokonce prohlásí, že duchovní Evropa je na této péči založena“ (Hogenová, 2014, s. 151). Obrazně se dá říci, že se dnešní moderní člověk nachází uprostřed bitevního pole, na kterém zuří boj o lidskou duši a člověčenství, ale on sám při tom často spí ponořen do svých falešných a virtuálních představ o sobě samém i o světě.

5.6 Proměna prostřednictvím poznání

„Hranic Duše nikdy nezbádáš, i když bys prošel všemi cestami, tak obsáhlá je její bytost“
Hérakleitos

Ale to vše se v budoucnu změní. Otázkou pouze zůstává, kolik lidských životů to bude stát, kolik katastrof a zda budou pro porozumění a poučení se potřebné i válečné konflikty, ve které vždy ústí vědomě neuchopené sociální otázky a nezdravé prolnutí oblasti ekonomické, politické a kulturní.

Dnes jen málokoho napadne dávat řídit auto malým dětem, napájet je alkoholem, kupovat jim pod vánoční stromeček heroin, kokain, morfin, LSD, pervitin a další drogy, nebo je s sebou brát do ložnice, aby se včas připravily na budoucí sexuální život. Dr. Nicholas Kardaras z USA, odborník na návykové látky a terapii technologicky podmíněných obtíží využívá pojmu „**digitální heroin**“ (2016). Takovéto konání bychom považovali vpravdě za nápad minimálně nerozumný, pošetilý, ale také spíše protiprávní a označili bychom to pravděpodobně za týrání a zneužívání a hledali bychom právní i sociální možnosti ochrany a pomoci takto postiženým dětem. Takto se provinivší rodič by dle platných zákonů nejspíše putoval do cely předběžného zadržení a po odsouzení do vězení, zatímco odebranému dítěti by se společnost snažila nalézt pro jeho zdravý vývoj ve společnosti odpovídající náhradní rodinu. Stejně tak málokoho v budoucnosti napadne dát svému dítěti již do postýlky elektronické hračky, dát mu tablet na nočník, pustit mu televizi, nebo mu dokonce dobrovolně dát do ruky mobilní telefon s připojením k internetu a tedy i „špíně celého světa“, jak se o přístupu k internetu vyjádřil mediální pedagog Prof. Dr. habil. Edwin Hübner, citující německého policistu (přednáška, 20. srpna 2017). Udělá-li něco takového učitel či učitelka v mateřské škole, nebo například v prvních sedmi třídách na základní škole, bude to hodnoceno obdobně nebo přísněji než dnes sexuální obtěžování a zneužívání. Tato budoucnost však nemůže být nařízená, lze k ní dospět pouze postupným poznáním a změnou kultury.

Paralelu můžeme hledat třeba v tabákovém průmyslu. Dnes je již obecným statkem poznání společnosti, že kouření škodí zdraví, způsobuje závislost, rakoviny a jiná smrtelná onemocnění. Muselo však projít nejprve fází, kdy cigarety a kouření patřilo do vybrané společnosti bohatých a politicky exponovaných jedinců (tam začínají i dnešní moderní technologie). Poté ho propagovali lékaři pro širokou veřejnost (tak jako dnes propagují technologie vědci, lékaři a další), když pronikalo na veřejnost více a více faktů o škodlivosti kouření, tak nastala fáze zamlčování, zamlžování a manipulace s fakty i konzumenty (Hrubá, 2018). Stačilo zvýšit výdaje na reklamu a správným způsobem využít nástroje ICT - nastává fáze hrdinů a vzorů jako je Marlboro man, či Camel man (Jadrný, Hanžlová, 2017). Tato fáze ještě stihla využít nastupujícího fenoménu internetu a multimédií. Postupně se dostáváme do dnešních dnů, kdy se ještě stát nechce připravit o příjmy ze spotřební daně, daně z přidané hodnoty a daně ze zisku tabákového průmyslu a zvýšenými výdaji zdravotních pojišťoven zatíží rovnoměrně všechny poplatníky, ale alespoň přijme zákon, který nařizuje pravdivě informovat každého konzumenta o možných, dnes již prokazatelně a nevyvratitelně poznaných, následcích kouření. Ať se každý ve svobodné společnosti svobodně rozhodne. Tedy alespoň svobodně do doby, dokud není na nikotinu závislý, pak je to se svobodným rozhodováním složitější. Adiktolog Kulhánek uvádí, že se každý rok pokusí přestat kouřit přibližně 40% kuřáků, ale bez odborné pomoci to zvládnou pouze zhruba 4% z nich (2017). A tak nezbývá, než *„Žít z vlastního pramene není nic jiného, než být v distanci vůči všemu, co nás bytostně ohrožuje, a to je současně jediná možná opravdová svoboda, které se nám v životě může dostat.“* (Hogenová, 2014, s. 67).

Autor této práce může v této souvislosti dosvědčit ze své životní praxe, že byl jako manažer jedné reklamní internetové společnosti osloven nejmenovaným mobilním operátorem se zakázkou na reklamní kampaň, která měla uživatele přesvědčit o zdravotní nezávadnosti používání mobilních telefonů. Součástí zadání byly i vědecké studie, které prokazovaly škodlivost záření mobilních telefonů včetně snímků hlavy z magnetické rezonance, které dokládaly poškozování mozku i orgánů ucha vznikající při telefonování vlivem šíření radiového signálu a další materiály. Zakázku tenkrát pochopitelně odmítl realizovat a nezaznamenal v tom čase ani kampaň, kterou by realizovala nějaká konkurenční společnost. Předpokládá, že si to zadavatel rozmyslel vzhledem k poznatkům, které byly v té době již veřejně publikovány a tedy k potenciální kontraproduktivnosti takovéto kampaně v médiích. Je to však typickým dokladem toho, jak se reklama a marketing zneužívají a jakým způsobem se snaží ti, co na technologiích profitují, ať již z pohledu finančního nebo mocenského, udržet uživatele co nejdéle v nevědomosti. A co jiného je ve své podstatě rozpočet na reklamu, než rozpočet na vzdělávání?

Člověku toužící po svobodě tak může „začít z vlastního pramene“, svobodně poznávat a stát se tak aktivní součástí proměny prostřednictvím poznání.

5.7 Uspořádání jednotlivých článků sociálního organismu a jiná perspektiva

"A nebraň se, jestliže tebou někdo bude chtít opovrhovat jako nerozumným a jestliže tě pohaní, ano, při Diovi, klidně snes i ten potupný políček, neboť se ti nestane nic hrozného, jestliže budeš pěstovat mravní zdatnost a budeš vskutku řádný člověk."

Platón Gorgias

V této práci bylo pojednáno o střetu zájmů výrobců technologií a jejich dopadu na lidské zdraví, přičemž nebylo možné se v této souvislosti vyhnout také tématům touhy po zisku a touhy po moci. Bylo doloženo, jak rozporuplně zacházejí s ICT světové technologické elity ve vztahu ke zdraví svých vlastních dětí a rodin a jak ve vztahu k ostatním konzumentům. Současně bylo v této práci naznačeno, jakým způsobem se dnes prolíná oblast hospodářská (ekonomika) s oblastí politicko-právního státu a oblastí kultury a jaké to má neblahé dopady na celý sociální organismus. Na příkladu v oblasti školství bylo poukázáno na to, jakým způsobem stát jako správce duchovního života (ve spolupráci s hospodářskou sférou), ruinuje svobodný duchovní život a s ním i celou kulturní oblast. Dále bylo poukázáno na rozpor mezi *zákonným* tvořením zisku v různých oblastech hospodářské činnosti (tabákový průmysl, průmysl produkující ICT a dalších) a dopadem na lidské zdraví, na něž má ovšem člověk také *zákonné* právo a to jak v oblasti ochrany zdraví, tak v okamžiku vzniku nemoci jako sociální události. Na tom je možné pozorovat rozpor mezi tímto světským právem samotným a způsobem jeho uplatňování v praxi. Ale je zde také rozpor mezi zákonným tvořením zisku na úkor lidského zdraví, nebo rozpor mezi ničením zdraví a zdravého rozvoje dětí v rámci (politicko-právním) státem

diktovaného způsobu vzdělávání. V čem spočívají tyto rozpory? Na jedné straně státní vzdělání vychovává pro uplatnění se na „trhu práce“ a v rámci „konkurenceschopnosti“, tedy výhradně pro hospodářskou oblast a nikoli kulturní. Dále zde jde o rozpor mezi světským právem a tím, co můžeme zprvu vyciťovat prostřednictvím hlasu svědomí, s tím, co může nazvat poznáváním pravdy a co poté může přecházet do pohnutek vůle individuálního člověka. Teprve poté do oblasti morálky a mravu. Následně, stane-li se to postupně společným statkem v lidské společnosti, i do oblasti etiky a práva. Problém nastává, když jde o hrubý rozpor mezi člověkem stvořeným pozemským právem (a do něho ve smyslu této úvahy spadá i tzv. kanonické právo) a morální intuicí individuality člověka, jeho svědomím a poznanou pravdou. V tomto rozporu může docházet i k těm nejtěžším a současně nejpodstatnějším životním volbám, které, jak ukazuje historie například na životním příběhu mistra Jana Husa, mohou vést třeba i na hranici (Čečetka, 2015).

Ještě jednou nahlédněme tento rozdíl na jiných příkladech. Lidmi stvořené pozemské právo včetně práva kanonického upravuje právní vztahy mezi lidmi, pokud jsou ve vzájemných vztazích v životě na zemi. K tomu však přistupují zákony, které jsou lidstvu známé například jako vyšší zákon, vyšší duchovní zákon, boží zákony, ale také přírodní zákony nebo zákony univerza. Ty mají svou platnost a svůj řád bez ohledu na to, co o nich zrovna míní například přírodovědecké nebo jiné poznání a ten který světový názor. Jde o zákony, které nenapsal člověk, ale kterým sám také podléhá, a které se snaží v historii celého svého vývoje probádat a poznávat. Jde o zákony a vyšší principy, které jsou reálně vyciťovány, prožívány, myšleny i žity, a ke kterým se lidé odvolávají v rozhodujících životních chvílích, ať je již nazývají jakkoli (například známé úsloví Lomikare, Lomikare, …). Tak proti sobě mohou stát například i zákony na ochranu přírody a krajiny, jejich praktické naplňování ze strany hospodářské sféry, ve které se například legálně ničí půda, jak bylo zmíněno v kapitole 3 této práce, a některými zemědělci poznaná a žitá realita, která jde daleko za hranice zákona i jeho naplňování. Na jedné straně se tak jedná například o správu lesů a způsob lesního „hospodářství“, nebo v kontextu uvedeného příkladu o konvenční zemědělství, jehož typickým produktem je zničená půda (která se nedá obnovit), povodně, otrávená spodní i povrchová voda a jedovaté potraviny, které ničí zdraví lidí. Proti tomu se na straně druhé uplatňuje již téměř 100 let tzv. biodynamické (biologicko-dynamické) zemědělství (nejde o tzv. ekologické, příp. organické, ani o bio zemědělství), jehož produktem je hluboké poznávání zákonů univerza, léčení půdy a země, léčení společenství lidí, které se o půdu a život na statku stará a zdravé potraviny. Biodynamické zemědělství vychází z takzvaného Zemědělského kurzu, který konal Dr. Rudolf Steiner pro zemědělce v roce 1924 v Koberwitzu (2015).

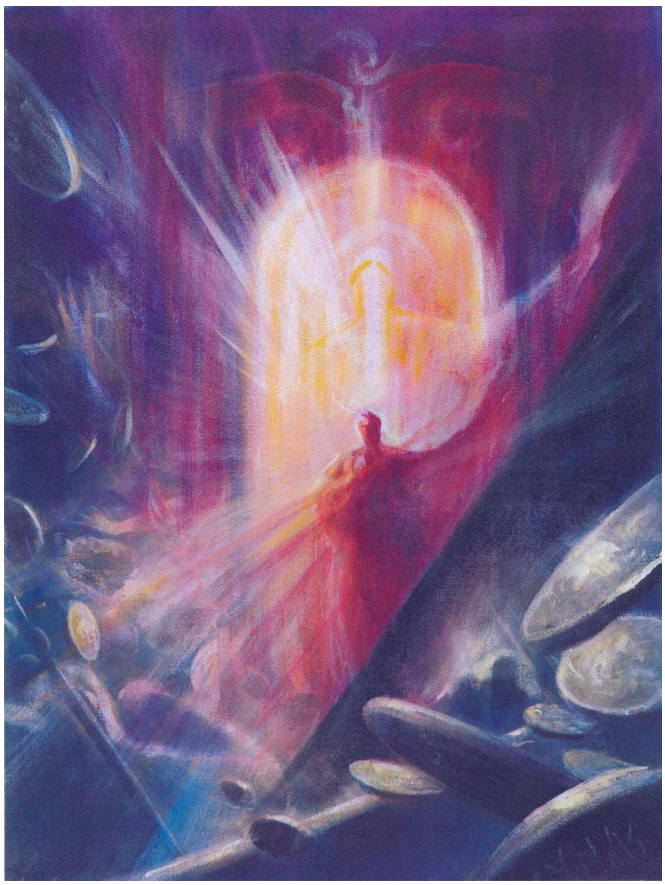
Dalším příkladem tzv. vyšších zákonů může být to, co se projevuje jako účinek, který zpětně dopadá na tu samou osobu, jež tento účinek způsobuje. Přičemž tomu, kdo způsobuje příčinu (tohoto zpětného účinku) není předem známa a zamýšlena souvislost mezi příčinou a zpětným účinkem na něho samého.

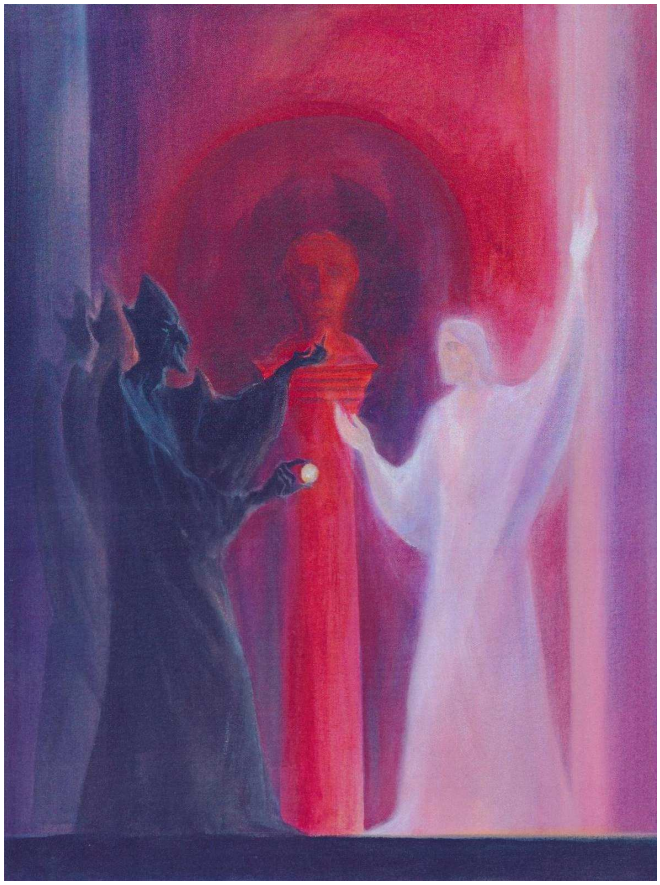
Toto vyciťováno a poznáváno v lidstvu se nazývá například jako tzv. *karmické zákony*, které se mohou vztahovat na individualitu, rodinu, společenství, národ, lidstvo apod. V různých dobách a světových názorech se člověk různými cestami blíží k jeho uchopování a poznávání. Nyní zde nejde o přesné vystižení a popsání zákona karmy, ale o uvědomění si toho, že i tyto zákony jsou v nějaké podobě již po věky v lidstvu vyhmatávány a stále znovu zpřítomňovány (například i v přísloví Boží mlýny …).

Příběh starý přibližně dva tisíce let nám ukazuje, jak byl rozřešen popisovaný rozpor v odpovědi na otázku, na kterou se v duálním počítačovém způsobu myšlení ano-ne, nedalo odpovědět, protože obě odpovědi by znamenaly okamžité odsouzení k smrti. Ta otázka zněla: *Je dovoleno dávat daň císaři, nebo ne? Máme dávat, nebo nemáme* (Marek 12, 14). A odpověď: „„Co mě pokoušíte? Ukažte mi denár!“ Když mu jej podali, zeptal se jich: „Čí je tento obraz a nápis?“ Odpověděli: „Císařův.“ Ježíš jim řekl: „**Co je císařovo, odevzdejte císaři, a co je Boží, Bohu**.“ Velice se nad tím podivili.“ (Marek 12, 15-17). Touto odpovědí bylo odděleno celé tehdejší státní impérium i se svými pozemskými zákony (nejen o placení daní) od toho, co spadá do nezadatelné oblasti svobody každého člověka a to je oblast nadsmyslná, náboženský život, vychovatelství apod. Obdobně byl v obraze vyhnání prodavačů a peněžoměnců z chrámu (Jan 2, 13-16) oddělen hospodářský život od duchovního.

Obrázek 9 (vlevo)Dawid Newbatt, Holy Week, 2 The Cleansing of the Temple – Monday (Newbatt, n.d.a)

Obrázek 10 (vpravo) Dawid Newbatt, Holy Week, 3 Christ challenged with the quwstion of tax – Tuesday (Newbatt, n.d.b)





Takto výše popisované události zachytil umělecky na svých obrazech skotský malíř David Newbatt. Zatímco temná postava žije pouze v perspektivě politicko-právního státu (viz gesto levé ruky a ukazovák směřující k cézarovi) a hospodářské oblasti (zlaťák v pravé ruce), vnáší postava Krista do začarovaného kruhu této podsunuté duality, vyprazdňující duši, *třetí perspektivu*. Zatímco gesto jeho levé ruky směřuje vzhůru, pravá ruka je *uprostřed* nabízených možností jako pomyslné rameno vah. Druhý obraz od téhož umělce zachycující vyhnání prodavačů dobytka a peněžoměnců z chrámu hovoří k duši obdobně srozumitelným jazykem.

Je zřejmé, že životem na zemi je člověk zasazen nejen do pozemského práva, jehož správcem je politicko-právní stát, nejen do oblasti hospodářské, ve které probíhá veškerá výroba, obchod, služby a vznik kapitálu, ale také do oblasti kulturní, která je spjata se svobodným duchovním životem, který se vyjadřuje ve výchově, vzdělávání, umění, náboženství, filosofii, vědě a výzkumu apod. A z této oblasti vždy proudilo do lidstva poznání, které se pak mohlo uplatňovat v podobě přijímaných zákonů a správě státu i v oblasti hospodářské. To v České republice můžeme studovat na událostech roku 1968, na příkladu průmyslníka Tomáše Bati či zemědělského družstevnictví cca do roku 1952 (Feierabend, 2007) a družstevnictví obecně, na příkladu původních kampeliček, zřizovaných z impulsu lékaře Františka Cyrila Kampelíka ze Syřenova pod Kumburkem a dalších. Dokud však bude docházet k umrtvování kultury pod taktovkou státu způsobem výchovy a vzdělávání, určeného k zasazení člověka jako kolečka do stroje hospodářské sféry, který ho v závěru života vyvrhne jako seniora s podlomeným zdravím, bude se zhoršovat onemocnění celého sociálního organismu. Ruku v ruce s mechanizováním duchovního života budou narůstat sociální problémy, u kterých sociální práce nemůže zvládat řešit symptomy, bude narůstat napětí ve společnosti a náchylnost k sociálním katastrofám.

Pro nápravu bude třeba aktivně z vlastní iniciativy pracovat na vlastním duševním obsahu, na sycení duše pravdivými obrazy a uměleckou činností. Ničivým sociálním katastrofám lze předejít vybojováním vnitřního boje a uskutečněním revoluce vedoucí od hmoty k duchu (Prokofjev, 2018). Je však třeba vyvarovat se dalšího počítačového dualismu, kterým je nepravdivá a nebezpečná polarita, na jejíž jedné straně je představa, že ekonomická realita je jedinou pravou skutečností, přičemž vše duchovně-duševní je ničím nepodložená ideologie a na druhé straně tvrzení, že jediná podstatná realita je ta duchovně-duševní a vše vnější, jako je hospodářský a politicko-právní život je vlastně nepodstatné, iluzorní, dočasné zdání.

5.8 Namísto závěru

„Nastoupí-li intelekt na místo duše, stává se škůdcem ducha.“
C.G Jung

"Ale nikdy se nepovznesou k pravdivému nahoře, ani tam nedohlédnou, ani se nenaplní skutečným jsoucnem ani neokusí stálou a čistou rozkoš, ale jako dobytek se dívají jen dolů, sklonění k zemi a stolům, jen se krmí a páří, z lakomství po těchto požitcích se kopou a narážejí do sebe železnými rohy a kopyty a z nenasytnosti se navzájem zabíjejí, protože nenaplňují pravými jsoucny ani své jsoucno ani to, co má sílu je udržet" (Platón, 1980, s. 378).

Nejen sociální pracovník je povinen hájit zájmy a práva nezletilých dětí, proto se autor této práce domnívá, že je již dnes nezbytné veřejně publikovat možná rizika spojená s vlivem ICT na děti a jejich zdravý vývoj. Stejné je tomu v případě dospívajících i dospělých. Přestože se jedná o pozorování a tvrzení, která nemusí být v politických, odborných, komerčních ani laických kruzích populární, přestože jde o život například psychiatrovi Manfredu Spitzerovi, který realizuje a publikuje výzkum v této oblasti a musí na veřejné přednášky chodit s ochrankou, je třeba tyto skutečnosti zřetelně a veřejně vyslovovat.

Nikdo, včetně autora této práce, dnes nezpochybňuje fakt, jakým přínosem mohou být technologie, automatizace a ICT. **Otázkou je jen správná míra, správný čas a správné místo, které je třeba technologiím vyhradit, aby byly lidstvu (člověku) sluhou a nikoli pánem.**

Projděme si fakta doposud uvedená v této práci. Přesto, že ani zdaleka nevyčerpávají problematiku, jsou alarmující. K tomu dále například již v roce 2005 „***zaznamenali lékaři v Jižní Koreji, vysoce moderním industrializovaném státě, který se v oblasti informační techniky nachází na světové špičce, že u mladých dospělých se stále častěji vyskytují poruchy paměti, pozornosti a soustředění, jakož i emociální zploštění a celková otupělost. Nazvali to syndrom digitální demence***“ (Spitzer, 2014, s. 10).

Pokud tedy již dnes nejsou známy žádné studie, které by prokazovaly pozitivní vliv ICT na učení a zdraví dětí, pokud jsou naopak publikovány vědecké práce, které prokazují opak, a které souhlasí s nezaujatým pozorováním vychovatelů i pedagogů, pokud existují studie, prokazující několikanásobný nárůst herních a internetových závislostí u mladých lidí (Spitzer, 2014), pak může každý sám u sebe samého započít již dnes změny v poznávání a ve svém vztahu ke světu ICT a tím dát příležitost dětem dospět v silné, zdravé a skutečně svobodné bytosti, vychované v ideálech krásy, dobra a pravdy a vytvořit tak podmínky pro celospolečenské změny v sociálním organismu.

Jedná se o cestu, na které se člověk snaží stanout na vrcholu své Maslowovy pyramidy (Maslowova pyramida, 2019), na místě sebetranscendence a snaží se výhradně z tohoto bodu, který je na rozhraní fyzického a duchovního světa, začít pořádat svůj pozemský osud. Z tohoto místa je možné pravdivě

poznávat sebe i svět a pravdivě ve světe také působit. Život, který naplňuje duchovní potřeby člověka, nemůže vyrůst z kapitalistické hospodářské oblasti a světa techniky, ani se o něj nemůže nikdy postarat politicko-právní stát. Může však vyrůst sám ze sebe, z ducha a z této perspektivy je teprve možné pořádat hospodářský a politicko-právní život.

Člověku se nabízejí dvě základní polární možnosti; jednou je cesta postupného zániku lidství skrze přílišné spojení se s materialistickým podpřírodním světem techniky, druhou je poustevnický útěk na „samotu u lesa“ a odvrácení se od světa lidí i techniky. Je zřejmé, že zlatá cesta povede pravděpodobně uprostřed. Svět techniky tak stojí před člověkem jako vývojová výzva. Výzva k nalezení „třetí cesty“. V Čechách máme z roku 1968 ještě poměrně živou zkušenost, jak se jednotlivé články sociálního organismu začnou smysluplně uspořádávat, stane-li na vrcholu pomyslné pyramidy upřímná touha po pravdivosti. Pak je přítomno vanutí lidského ducha i pravdivost. K událostem v Československu se takto vyjádřil ústřední deník Rakouské vládní lidové strany Volksblatt: „***Výsledek tohoto odvážného pokusu je dosud nejistý. Kdyby se podařil, byl by západ konfrontován s výzvou, která by byla nebezpečnější než všechna dosavadní ohrožení komunismem, neboť by jí nebylo možno čelit politickými metodami, ale jen zbraněmi Ducha***“ (Jablonka 1968).

Bylo to v sobotu dne 24. února 1968, tedy ani ne dva měsíce po odvolání prvního tajemníka Ústředního výboru Komunistické strany Československa Antonína Novotného a zvolení Alexandra Dubčeka a téměř půl roku před vpádem vojsk Varšavské smlouvy.

6 Možnosti nápravy

„Nejvlastnějším nebezpečím člověčenstva je pád do jednoduchosti. Denně by se měl krajinou ve stanovenou hodinu nést zvuk zvonu, jehož hlas by lidem bez ustání připomínal, že nejsou jen prostými občany toho a toho jména či stavu, nýbrž nepostižitelnou součástí nepostižitelného. Bylo by zapotřebí vynalézt pro tento účel zvláštní zvon a nechat jej odlít v nesčetných malých i velkých exemplářích: Zvon k upamatování člověka."

Christian Morgenstern

Na základě v této práci uvedených skutečností se autor domnívá, že je hlavním nástrojem sociální práce primární prevence a v rámci ní vzdělávání především vzdělavatelů, vychovatelů a rodičů v oblasti mediálních kompetencí. Ruku v ruce s tím jde vzhledem k již projevení negativních a patologických jevů ovlivněných působením ICT nezbytné zaměření i na sekundární a terciální prevenci, tedy práci s postiženými všech rizikových věkových skupin.

Nacházíme se v historicky jedinečné době, ve které se sice otevírá a prohlubuje generační propast, která se rozprostírá mezi věkem gramotné kultury, reprezentované generací, která nevyrostla na ICT a věkem kyberkultury, reprezentované první mladou kyberkulturní generací (Kolesárová, 2016, s. 108). Přestože se na první pohled jedná o „propast věků" (tamtéž), je to současně, dle mínění autora této práce, jedinečná příležitost, jak vystavět most přes tuto propast věků, most, díky kterému k sobě najdou cestu nejen stávající generace, ale po kterém budou moci do světa ICT již vědomě vstupovat generace budoucí, které ve vztahu k němu již dokážou být pány a nikoli sluhy a oběti.

6.1 Sociální práce na její makroúrovni

„Buďme královskými ve svých myšlenkách a plánech a obchodníky v jejich provádění."

Tomáš Baťa

Neúčinnější prevencí je reformní sociální práce na její makroúrovni, neboli v rámci tzv. reformního paradigmatu (Navrátil, 2001), kde v rámci uskutečňování změn v celém sociálním organismu může řešit příčiny a předcházet tak sociálním problémům. Bez tohoto působení je může být sociální práce na mikro a mezoúrovni odsouzena k vyčerpávajícímu a nikdy nekončícímu zápasu s narůstajícími sociálními problémy i byrokratickými a zákonnými nařízeními, komplikujícími a umrtvujícími sociální práci samotnou. Jak plyne z praxe v sociální oblasti autora této práce, nastává i v této oblasti situace podobná jako ve školství, kdy je z moci úřední nařizován přesný postup a vztah ke klientovi, což je pokus o zničení vztahu jedné lidské bytosti k druhé individuální lidské bytosti a tím pádem o zničení duchovního života jeho robotizací a automatizací. To je podpořeno neustálým narůstáním nařízení na administrativu, vykazování a reportování prostřednictvím ICT, které bylo blíže popsáno v kapitole 3.3 Sociální práce v politice a ekonomice. Sociální pracovník je tak nucen trávit více a více času nikoli v přímém kontaktu

s klientem, ale v kontaktu s klávesnicí, monitorem, tabulkami a úředníky. Obdobnou situaci lze pozorovat ve zdravotnictví a dalších oborech, kde tato nařízeními robotizovaná práce brání rozvoji vztahu od člověka k člověku a uskutečňování rozhovoru od srdce k srdci.

Ve smyslu této práce jde o usilování osvobodit nezdravě prolnuté oblasti sociálního organismu a tím umožnit zdravé začlenění se člověka do života ve společnosti ve sféře kulturní, politicko-právní i hospodářské.

6.2 Test závislosti na technologiích a test vůle

Nakolik je účinná výchovná a sebevýchovná primární prevence, si může každý vyzkoušet na jednoduchém testu, navrženém autorem této práce. Po dobu jednoho týdne pokaždé, než počítač zapne, nechť si vždy předem určí, co přesně bude na počítači dělat, v jakém pořadí činnosti provede a jak dlouho bude pracovat, tedy stanoví si též přesný čas, kdy počítač vypne. Následně nechť svůj plán porovná s výslednou skutečností. Obzvlášť potřebný je takový test pro ty, kdo hrají různé počítačové hry. Byl plán naplněn beze zbytku? Pokud ne, je to proto, že jsme se nechali odlákat a například jsme brouzdali na internetu ještě kvůli úplně jinému tématu? Anebo jsme nedokázali dodržet časový limit pro plánované činnosti? Pokus je vždy třeba zreflektovat a ve zpětném pohledu si uvědomit, v jakém okamžiku jsme selhali nebo selháváme, jakými prostředky byla naše pozornost narušena a vůle svedena. Takovýmito opakovanými pokusy můžeme ve výchově a posilování své vůle pokračovat.

Když se například stále nedaří dostat pod kontrolu čas strávený u počítače — což bývá častý problém nejen u hráčů — je možné si pomoci tím, že si nastavíme budík. Když si ovšem všimneme, že ho zpravidla jen zamáčkneme a pokračujeme bez přerušení dál, můžeme si koupit spínací hodiny do zásuvky, které počítač vypnou za nás, nebo si takové vypínání zajistit softwarově (u notebooků a zařízení s vlastní baterií nám ani nic jiného nezbývá). Pokud ani to nezabere, je třeba o pomoc požádat spolubydlícího, přítelkyni, kamaráda apod., kteří nás v určitý čas vyzvednou a od počítače odvedou. To vše prověří, jak na tom ve skutečnosti se svou závislostí a vůlí jsme. Na nepravdivé výmluvy, že zůstat u počítače déle byla přece také naše vůle, rovnou zapomeňme! Jakékoli cvičení v tomto směru má pochopitelně smysl jen pro toho, kdo má zájem o skutečnou sebereflexi. To nikomu nelze vnutit násilím.

Obdobně lze postupovat u sledování televize, u aktivit na sociálních sítích i v případě pouhé e-mailové komunikace nebo jakékoli další činnosti s digitální technikou. Autor této práce ve své praxi nabízí začít takovéto bádání týdenní úplnou abstinencí a následnou reflexí, jak se dařilo a co nového jsme se o sobě dozvěděli. (Pokud máme dojem, že naše práce nám takovou abstinenci neumožňuje, určitě můžeme najít tento čas například během dovolené, nebo si jej zorganizovat jinak.) Aktivity u elektronického zařízení

můžeme nahradit aktivitami s přáteli, s rodinou, hrou stolních her apod., jak dosvědčují i participanti výzkumu například v příloze č. 6, 7, 10, 11.

Ať už si takovéto experimenty na zjišťování vlastní závislosti a síly vůle konkrétně zorganizujeme jakkoli, jde vždy o vědomé rozpoznání vlastních hranic, o uvědomění si vlastní vůle a jejích možností, a tím o naplnění prvního předpokladu k tomu, abychom nebyli sluhy, nýbrž pány digitálních technologií.

6.3 Terapeutické možnosti

Tam, kde sebevýchova či výchova selhala nebo nedokázala vytvořit dostatečně pevný základ proti škodlivým vlivům, je nezbytné zaměření i na práci s „technologicky postiženými“ všech věkových skupin.

Prvním a zcela zásadním terapeutickým krokem v případě, kdy je možno určité tělesné, duševní nebo sociální problémy přičíst na vrub nadužívání digitální technologie, je vytržení postiženého z jeho aktuálního sociálního kontextu a s tím spojeného zajetí světa informační a komunikační techniky, jak potvrzují někteří participanti výzkumu – viz například v příloze č. 6 a 7. Možným řešením je i tzv. time-out, tedy ozdravný pobyt například na přirozeně hospodařícím (ekologickém nebo biodynamickém) statku, kde dotyčný přímo bydlí, stará se o zvířata, pomáhá na poli nebo pracuje v dílně; to může být už pomocí dostatečnou, nebo přinejmenším základem, na němž je možno budovat následnou změnu návyků a životního stylu.

V případech, kdy postižený nemá dost vlastních sil, aby se s takovouto základní pomocí zvenčí dostal ze své situace, nebo kdy se důsledky nadužívání digitálních technologií projevily už v samotném fungování fyzického těla, musí nastoupit medicína a psychoterapie, případně další podpůrné terapie – názorně viz případová studie v příloze číslo 12. Rozsáhlé možnosti pomoci nabízí i antroposofická medicína a terapie, jejímž základem je pohled na člověka jakožto celek, nikoli jen na samotné tělo a tělesné projevy – podrobněji viz příloha č. 9.

6.4 Možnosti sociální práce v prevenci a vzdělávání

Při práci s dětmi i dospělými se autorovi této práce osvědčilo vyjít vždy z vlastního pozorování každého jednotlivce. K tomu dobře poslouží například otázka: Co vše pozorujete na sobě i na druhých, když pracují na počítači nebo sledují televizi? Jednotlivá pozorování pak stačí sesbírat a uspořádat je na pozorování týkající se například fyziologie, zdraví, vnímání tepla, vnímání času, vlastních potřeb, emocí, sociálního chování, myšlení, empatie, vůle apod. Následně lze o pozorováních hovořit, neustále

je doplňovat, zvědomovat a diskutovat o nich. Co přinášejí, zda nám to prospívá či škodí, co získáváme, o co na druhé straně přicházíme. Poté se dají hledat možnosti změny.

V protikladu k technologicky způsobované smyslové deprivaci jsou vynikající sociálně terapeutickou metodou nejrůznější hry sloužící k sycení všech dvanácti smyslů člověka. Při práci s malými dětmi lze začít přímo hrou, kreativitě se zde meze nekladou, jde jen o to nastudovat nauku o dvanácti smyslech (Soesman, 2009) a porozumět jim. Při práci s dospívajícími a dospělými lze o jednotlivých smyslech nejprve hovořit, představit je, prozkoumat je v rozhovoru z vlastní zkušenosti a následně například rozdělit skupinu na dvanáct skupin dle jednotlivých smyslů, přičemž každá skupina dostane za úkol připravit pro ostatní nějaký smyslový zážitek, smyslové senzorium.

Další metodou, která pomáhá spojit se s realitou, jsou všechny možné hry umožňující prožít jednotlivé živly (zemi, vodu, vzduch a oheň) v jejich nejrozmanitějších kvalitách a vzájemných prolínáních. Začít se může vyprávěním, pak pozorováním, pak malováním akvarelem a pak třeba vzájemným vymýšlením živlových smyslových zážitků. Zažít tak bude možné například kvality tepla na nejrůznějších úrovních, na úrovni fyzické, duševní i duchovní. Důležitost vztahu dítěte s živly a rozvoj smyslů potvrzuje i pedagog Tomáš Petr v příloze číslo 7.

Nenahraditelný je také pobyt v přírodě v kontaktu s přirozeným světem a zemědělskou prací, jak doporučují ze své praxe i participanti výzkumu v příloze číslo 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 10 a 11.

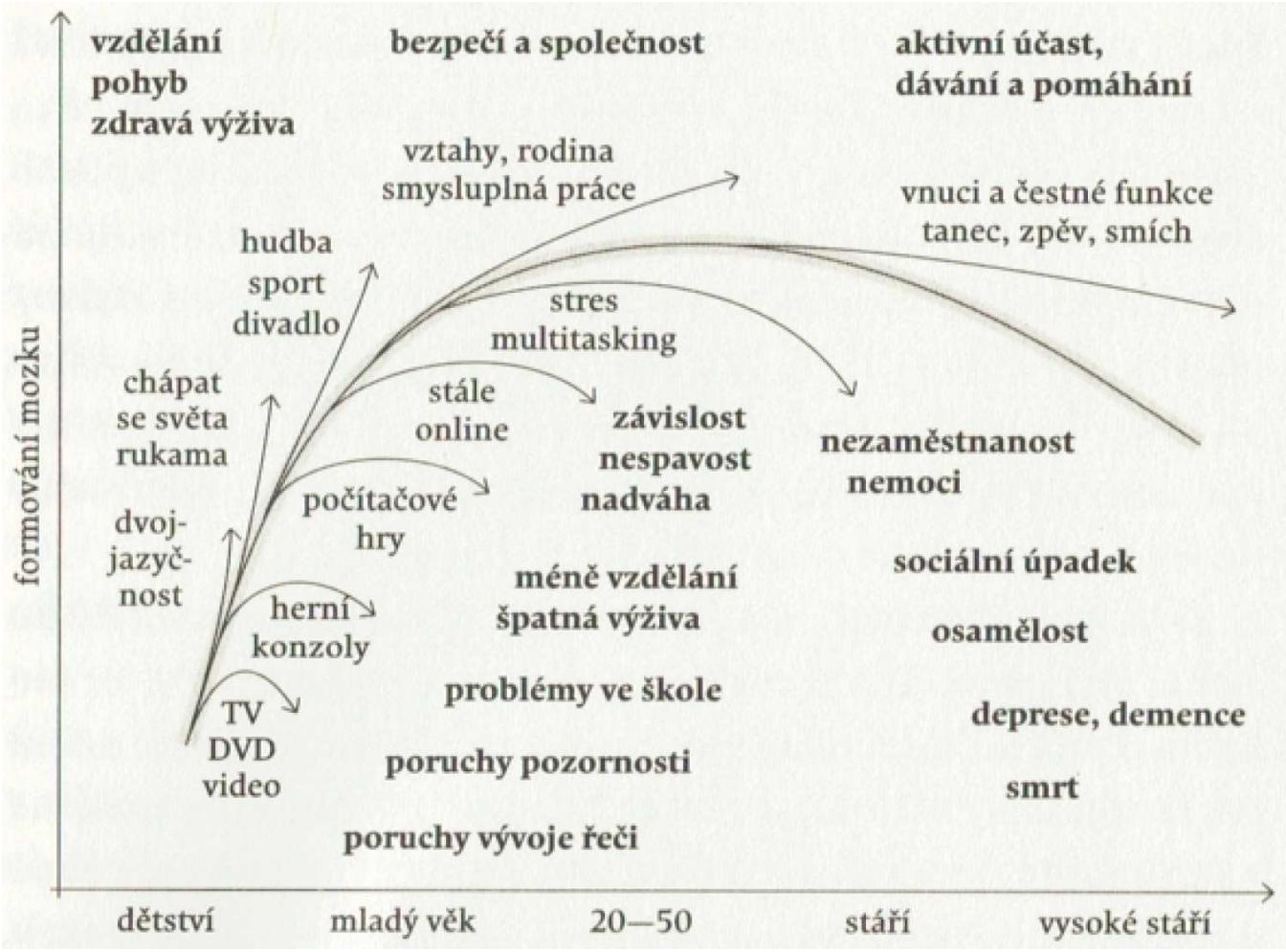
6.5 Možnosti nápravy dle Manfreda Spitzera

Německý psychiatr a neurovědec citovaný v této práci, který realizuje vlastní výzkum v oblasti změn nejen mozku člověka v souvislosti s digitálními technologiemi, vidí možnosti nápravy následujícím způsobem (Spitzer, 2014).

Chránit se proti duševnímu a mentálnímu úpadku duchovní prací jak dokládá na tzv. „Jeptiškové studii“ (tamtéž); formovat celoživotně mozek proti jeho úpadku sebekontrolou, omezením multitaskingu a udržováním si aktivní znalosti dvou světových jazyků; umět se poučit z jiných nebezpečí jako je alkohol či kouření; zavést skládání zkoušek z mediálních kompetencí a získání „řidičáku na internet“ a s tím související změny výuky ve školách a uspoření peněz za drahou a krátkodobou elektroniku. Jako prevenci Alzheimerovy choroby doporučuje „mozkový jogging“, který nefunguje, nahradit společností s druhými lidmi, pobytem na čerstvém vzduchu v přírodě, pozváním si vnoučat a vycházkou s nimi do lesa a uzavírá, že nejlepší mozkový jogging je jogging. Dále doporučuje nenechat se jarmarečními vyvolavači (obchodníky, falšovanými vědeckými studiemi, experty, digitálním lobby apod.) okrást o rozum, ale vyptávat se a zkoumat vše vlastním myšlením a úsudkem. Varuje před trendem „sex and crime“, tedy zredukováním lidské bytosti na potřeby těla (smažený sýr a hranolky) a zredukováním

potřeb ducha na sex a násilí. Oproti tomu dokládá platnost rčení Ve zdravém těle, zdravý duch a shrnuje: jezte zdravě, hýbejte se, soustřeďte se na jednu činnost teď a tady, dokončujte věci, pomáhejte druhým, poslouchejte hudbu, zpívejte, usmívejte se, překonávejte překážky, zjednodušte si život (méně schůzek, méně techniky, více pohybu), setkávejte se s přáteli v rozhovoru a při společném jídle, choďte do přírody, věnujte se dětem a vnoučatům, vyhýbejte se ICT a nezapomeňte, že peníze nepřinášejí štěstí ani zdraví. „Vyhýbejte se digitálním médiím. *Opravdu způsobují, jak zde bylo mnohokrát ukázáno, tloustnutí, ohlupují nás, činí nás agresivními, osamělými, nemocnými a nešťastnými.“* (tamtéž, s. 292). A dodává, že pro naši celou společnost platí *„pokud jde o náš blahobyt a zachování naší kultury, nemáme nic jiného než hlavy příští generace. Přestaňme je systematicky zasypávat odpadky!“* (tamtéž, s. 292).

Obrázek 11 Formování mozku v průběhu života; vzestup a úpadek (šedě podložená čára), pozitivní a negativní faktory



(Spitzer, 2014, s. 267)

S odvoláním na současný stav lékařského bádání shledává jako hlavní terapeutické a preventivní opatření: „*Povzbuzovat formování našeho mozku, a tedy i našeho ducha, a vyhýbat se všemu, co mu v tom brání“* (tamtéž, s. 267).

6.6 Rytmus nahrazuje sílu

Vše, co člověk dělá v pravidelném rytmu a řádu dne, dává sílu. Ať je již tato narušena nemocí, závislostí substanciální nebo nelátkovou, například na PC hrách, internetu anebo z jiných důvodů. V kosmu i ve světě vše probíhá v rytmu; pohyby planet, roční doby, den a noc apod. V těchto rytmech rostou rostliny, jejichž růst a vývoj je na rytmu a pohybech Slunce zcela závislý. Říše zvířecí se již více z tohoto rytmu vymaňuje, přesto s ním zůstává spojena, obvykle ve svém rozmnožování apod. Jen člověk se vymanil z tohoto řádu a rytmu, ze kterého ho příroda do značné míry propustila (viz náš příklad se zemědělcem, který se dnes do značné míry také vymanil) a nahradil jej chaosem. V těle člověka je to odraženo v jeho rytmickém systému, tedy sytému srdce a plic, jejich rytmu i vzájemného poměru tohoto rytmu (T. Boněk, přednáška, 12. února 2009). Spojení s řádem přírody a kosmu v dnešní době mají přirozeně ještě ženy díky svému měsíčnímu cyklu. Ale i ten je dnes často narušován působením ICT či léků, stejně jako jeden ze základních rytmů, bdění za dne a spánek v noci. Probíhají výzkumy, jak kvalitu usínání a spánku narušuje sledování TV nebo práce na PC a jiných elektronických zařízeních, prováděná bezprostředně před usínáním (Brabcová, 2017) a jaký má následně neblahý vliv narušený spánek na zdraví člověka (tamtéž). Každý si také může takový pokus učinit sám na sobě a porovnat nejen kvalitu usínání a spánku, ale i celého následujícího dne, pokud se například alespoň dvě hodiny před usnutím věnuje četbě řekněme duchovní literatury, s tím, jak jaká je situace, když jde spát bezprostředně po sledování TV či PC. To je současně i konkrétně použitelný návod pro sociálního pracovníka, který by to měl pochopitelně nejprve prověřit na sobě samém a pokud učiní pozitivní zkušenost, tak to nabídnout ve své praxi.

Že rytmus nahrazuje sílu je známo a využíváno i v terapeutických, komunitách pracujících se závislými (dnes většinou drogově závislými, přičemž se stále vzácněji objevují závislí na alkoholu a teprve v nedaleké budoucnosti půjde i o komunity závislých na technologiích). V těchto terapeutických komunitách je řád každodenního života přísně dán pevným časovým rozvrhem. A tento se dodržuje s absolutní přesností. Jakékoli odchýlení se od tohoto řádu má své nepříjemné následky pro celou komunitu.

Dalším dokladem toho, že rytmus dává sílu, je životní příběh Charlese Darwina, který si ze své několikaleté pracovní cesty přivezl různé tropické nemoci. Přestože se o jeho diagnózách vedou spory, je zřejmé, že jeho zdraví bylo zásadním způsobem po návratu z cest podlomeno a tyto potíže ho trápily do konce jeho života. Dlouhé dny trpěl velkým nechutenstvím, nevolností, nemohl spát a noci trávil v sedě; těžko snášel londýnský život, který měl neblahý dopad na jeho žaludek a srdce a způsoboval mu velké utrpení. Ve svých 33 letech se přestěhoval do ústraní vesničky Down, kde žil a pracoval do konce života, aniž by se vydal na jakoukoli další cestu. Zde také tvoří většinu svých děl a práci nepřerušily ani jeho zdravotní pobyty v lázních. Jak známo, dožil se ve své době i s takto závažnými zdravotními

problémy, které ho celý život sužovaly, věku 73 let. Zásadní význam zde hraje rytmus, kterému podřídil své dny. Od 33. roku života probíhal každý jeho den s naprosto železnou pravidelností v přesném opakujícím se časovém rozvrhu. Přesto pro své onemocnění většinu dnů nespal a trávil noc bděním či vsedě. Takto na sebe orientovaný rytmus dne mu umožnil vůbec pracovat. Jeho zdraví bylo velice bídné a paralyzovalo ho, o posilujícím spánku nemohla být řeč. Jedině tím, že si dal takto přísný řád, dařilo se mu pokračovat v práci a určité úkoly splnit v termínu. Jeho žena a děti ho v dodržování přesného rytmu dne podporovaly (T. Boněk, přednáška, 12. února 2009).

6.7 Východisko v duchovní vědě

Jednou z možností nalezení třetí cesty jako výchozího bodu z technologicky i jinak vnucované duality je studium moderní duchovní vědy a provádění cvičení, o kterých bude krátce pojednáno v následující kapitole. Dle Prokofjeva (2018) taková cesta vede skrze zvládnutí protikladu moudrosti působící v přírodě a sil působících v technických vynálezech, tedy v jistém smyslu protikladu ducha a hmoty. Dále pak skrze překlenutí propasti mezi vnitřním světem člověka a světem člověku vnějším. Ukázání takové cesty bylo jedním z největších úkolů Rudolfa Steinera. Aby takovou cestu nalezl, musel najít přístup k vyššímu Já člověka jako východisku pravého poznání a dále skrze toto vyšší já dojít k souladu mezi přírodou a duchem. To bylo předpokladem pro založení duchovní vědy jakožto vědy o vyšším Já člověka, která zároveň ukazuje, jak k němu dospět. Tím byla otevřena cesta ke zduchovnění kultury lidstva. Protože v tomto vyšším Já působí síla, skrze niž je možno myšlením, osvobozeným od smyslových pout, dojít k souladnému spojení přírody a ducha (tamtéž). Svět techniky stojí v tomto smyslu jako mocná překážka, jejíž překonání je vývojovou výzvou k uskutečnění tohoto cíle. Pro podrobnější studium duchovní vědy a anthroposoficky orientovaného světového názoru je třeba odkázat na základní literaturu.[4]

6.8 Náprava sebevýchovou

Rudolf Steiner ve své duchovní vědě předal nejen s největším úsilím získané poznání (tamtéž), ale také východiska, praktické návody a prostředky k překonání překážek, které před nás moderní doba staví.

Z mnoha principiálních náhledů i praktických cvičení, která v této oblasti Rudolf Steiner dal, je zde vybráno několik základních podnětů s odkazem na zdrojovou literaturu. Úvodem připomeneme již také v tradici zmiňovanou moudrost *„Snažíš-li se udělat jeden krok kupředu v poznání skrytých pravd, učiň zároveň tři kroky kupředu ve zdokonalování svého charakteru k dobru!“* (Steiner, 1999). Zcela prvotním

[4] Rudolf Steiner: *Anthroposofie*. Michael 1999; Rudolf Steiner: *Před branou duchovní vědy*. Michael 1998; Rudolf Steiner: Tajná věda v nástinu. Fabula 2010; Rudolf Steiner: *Práh duchovního světa*. Studium 2019

cvičením je tedy úsilí být dobrým člověkem, a to ne jen nějak abstraktně dobrým, nýbrž dobrým mezi lidmi, člověkem milujícím a pomáhajícím.

Dalším zcela zásadním cvičením je stálé uvědomování duchovní skutečnosti, tedy toho, že ani my lidé nejsme jen hmotná tělesa, ani svět kolem nás není jen fyzická realita, nýbrž že za vším působí duchovní síly právě tak skutečné, jako jsou skutečné hmotné věci kolem nás. Shrnutím tohoto postoje je například zabývání se nějakým duchovním obsahem, tedy obsahem, který není vzat ze smyslového světa a to v meditaci, koncentraci, kontemplaci či modlitbě. Bylo by příliš velkou odbočkou podávat na tomto místě delší výklad, spokojme se proto s tímto podnětem pro vlastní hledání a odkazem například na knihu Básně, modlitby, meditace, ve která je učiněn pokus sebrat Steinerem na mnohých místech předávané návody a zkušenosti (1999).

Následujícím krokem je vědomé uchopování vlastního života. Člověk si může alespoň jednou denně zjednat chvíli opravdového vnitřního klidu a během ní se snažit odlišit podstatné a nepodstatné věci svého života. Nejvhodnější je pokusit se o takovouto chvíli (nebo jednu z takovýchto chvil) večer před spaním a zařadit do ní zpětný pohled na uplynulý den, který spojíme s onou otázkou po podstatném, resp. snahou podívat se objektivně na to, jak jsme svůj den zvládli. Obdobně pak může následovat ranní chvíle se vstřícným otevřeným pohledem na den, který přichází (tamtéž). Postupem času se podobné chvíle mohou stát základem rytmu každého dne — zejména tehdy, pokud naše práce není pravidelná a náš život není proniknut rytmem plynoucím z našeho okolí. Rytmus posiluje životní síly člověka a tím na jednu stranu jeho schopnost pracovat na sobě samém a vědomě uchopovat vlastní život, na druhou stranu i konkrétní schopnost zacházet s technologiemi, resp. odolnost vůči nim.

Mezi cvičeními doporučovanými Rudolfem Steinerem, najdeme i několik sad drobných praktických cvičení, která při pravidelném konání vedou k výraznému vnitřnímu posílení člověka a ke zvýšení jeho schopnosti účinně a zároveň bez nebezpečí podlehnutí zacházet s okolním, dnes zejména také technologickým světem. Je to jednak šest základních cvičení (tamtéž) — myšlenkové soustředění, nebo také kontrola myšlení (1), posilování vůle drobnými pravidelnými předsevzetími, tedy iniciativa v konání (2), úsilí o citovou rovnováhu výchovou k mírnosti a vyrovnanosti povahy (3), cvičení pozitivity, hledání pozitivních stránek na věcech, jež nemůžeme změnit (4), nepředpojatost k novým zážitkům a zkušenostem (5) a celková reflexe předešlých cvičení a vnitřního vývoje a rovnováhy (6).

Další sady cvičení najdeme ve Steinerových přednáškách Praktický výcvik myšlení a Nervozita a jáství. I zde odkážeme na aktuálně dostupnou literaturu[5] a nebudeme tato cvičení dopodrobna vysvětlovat. Jedná se ve svém zadání o jednoduchá cvičení, jejichž obtížnost spočívá na straně naší vůle začít a ve cvičení vytrvat. Tato cvičení pomáhají překonat tzv. „praktické“ či „kritické“ či „placaté“ myšlení, které je však ve své podstatě živořením myšlení získaného výchovou vštípenými úsudky a myšlenkovými zvyklostmi, které si můžeme představit jako vyjeté koleje, které nás strhávají do stále stejných myšlenkových forem.

Na popsaná cvičení, která vytvoří pevný základ ve vlastním nitru, je případně možno navázat též cvičením meditace. Podrobnější pojednání o meditování je však nad rámec možností této práce, proto odkažme například na internetu dostupnou verzi knihy Básně, modlitby, meditace (Steiner, 1999).

6.9 Humor

Nad každodenností stojí ještě jedna síla — humor, tedy schopnost člověka smát se i problémům navzdory a smát se i sobě samému. Autor práce používá humor jako nezbytnou část své práce a nedovede si bez něho představit ani své sociálně-terapeutické působení, ani svůj osobní život. Nejde pochopitelně o výsměch nebo zesměšňování a humor také není vhodným komunikačním prostředkem pro každého a v každé životní situaci; někdo si ho může vyložit i tak, že se mu vysmíváme, nebo zlehčujeme jeho tíživou situaci či přímo zesměšňujeme jeho osobu. Vždy je třeba vážit intenzitu i úroveň humoru, která je přiměřená situaci. Zajímavé je, že například Wikipedie uvádí, že „*V humoru dochází často alespoň jedna ze zúčastněných stran (pomyslné) újmy či utrpí škodu.*“ (Humor, 2019), že se Sigmund Freud ve svém díle Vtip a jeho vztah k nevědomí zamýšlí nad tím, zda je vtip a dokonce techniky vtipu zdrojem slasti z vlastních myšlenkových pochodů, nebo hovoří o slasti z nesmyslu, respektive ze smyslu v nesmyslu (Freud, 2005). Podstatě humoru budeme dle mínění autora této práce blíže, vyjdeme-li z jeho terapeutického potenciálu, využívaného například i Viktorem E. Franklem v jeho technice paradoxní intence (Frankl, 1999).

Vtip a humor se může stát prostředkem, jak předat důležité sdělení, které je přijímáno v atmosféře smíchu, nebo jak odlehčit příliš tíživou situaci. Člověku to umožňuje řečené neprožívat tragicky, není potřeba řečené hned odmítat nebo se vymezovat, ani není potřeba si podstatu vtipu brát hned za své. Ta zkrátka zazní v daném kontextu rozhovoru a je přijata se smíchem. Není-li to provedeno se zlou vůlí či

5 Rudolf Steiner: *Vedľajšie cvičenia. Šesť krokov v sebavýchove*. (Na webu dostupný anonymní slovenský překlad výběru Steinerových textů od Ateşe Baydura.); Jan Dostal: *Šest základních cvičení.* Opherus 2005;
Rudolf Steiner: *Praktický výcvik myšlení: Nervozita a jáství.* Franesa 2017. (Souhrnné vydání obou zmíněných přednášek.)

ironií, odlehčí se závažnosti nebo dokonce nesdělitelnosti nějaké skutečnosti a přesto to má svou působnost. Navíc smích prospívá tělesnému i duševnímu zdraví a sociální soudržnosti (Nešpor, 2002).

Umělecky zpracovanou ilustrací úlohy humoru je umělecké zpracování sousoší Reprezentant lidství od Rudolfa Steinera. Praobrazná lidská bytost tu stojí mezi polárně působícími odpůrčími mocnostmi. Teprve bojem proti nim a vítězstvím nad nimi se stává Člověkem. Ale na samém vrcholu tohoto sousoší — nade vší dramatikou našeho boje o samotnou podstatu lidství — se nachází smějící se tvář, již autor udiveným spolupracovníkům představil jako „světový humor“.

Obrázek 12 Sousoší Reprezentant lidství (Steiner, Maryon, 1925)

Obrázek 13 Sousoší Reprezentant lidství – „světový humor“, detail (Steiner, Maryon, 1925)

6.10 Primární prevence

Jak bylo uvedeno, ve vztahu k moderním technologiím a případným negativním důsledkům jejich užívání je nejpodstatnější primární prevence. V případě jednotlivého dospělého člověka je touto primární prevencí popsaná cesta sebevýchovy. Pro společnost jako celek to však znamená úkol výchovný, resp. vzdělávací. Je nutno vzdělávat nejen děti, ale také (a především) rodiče, vychovatele a vzdělavatele, a to nejen v oblasti mediálních kompetencí.

První skutečnost, kterou musíme vědomě uchopit, je to, že výchova dítěte začíná dávno před početím výchovou rodičů, aby člověk byl opravdu lidskou bytostí a ne umělým člověkem, robotem. Celá výchova pak musí být změněna tak, aby rodiče věděli, co se děje, když k nim dítě přichází. Aby věděli, odkud dítě přichází. Že dítě přichází jako host z duchovního světa (Prekopová a Schweizerová, 2008). Samotná výchova dítěte pak začíná již v prenatálním období, a uskutečňuje se tím, jak je matka prožívá, jakým způsobem dokáže prožít dobu těhotenství – viz příloha č. 3. Když se pak dítě narodí, objevují se výchovné výzvy v obvyklém smyslu slova. Dítě ještě nemůže mít svou vlastní zralou vůli, ale zato má přirozenou zvídavost a tou je silně přitahováno k veškerým informačním a komunikačním technologiím – viz příloha č. 2. Mediální pedagogové a psychologové nás ovšem upozorňují, že **mediální kompetence je možno dosáhnout jen tehdy, pokud dítě nejprve projde mediální abstinencí** (E. Hübner, přednáška, 20. srpna 2017), tedy bez digitálních technologií se naučí základům zacházení s naším světem. Proto je zde zapotřebí velice silná vůle rodičů, kterou je třeba pěstovat a posilovat. Jak plyne z praxe preventisty na základních školách, autora této práce, ani rodiče, kteří jsou v této oblasti velice dobře poučení, často nenajdou dostatečně silnou vůli k tomu, aby překonali své strachy a traumata, a nabídnou svým dětem mobilní telefony například v okamžiku, kdy mají samy začít jezdit ze školy. Když pak rodiče přicházejí za pedagogem, terapeutem nebo jiným specialistou v době, kdy je

dítěti například čtrnáct let a nedokáže se odtrhnout od počítače, tabletu či mobilu, je již příliš pozdě, protože se již pouze projevuje to, co bylo založeno dříve – viz příloha číslo 7.

6.11 Praktické využití poznatků v oblasti sociální práce, komunikace a terapie

Tato práce ve své teoretické i praktické části přináší mnohé poznatky a konkrétní náměty, které se mohu stát podněty pro uplatnění v praxi sociálního pracovníka. V rámci praktického zavádění bude nutné jednotlivé metody dále rozvíjet, zkoumat a evaluovat. Níže je rozšířený souhrn uplatnitelnosti v jednotlivých oblastech sociální práce, uvedených v bakalářské práce autora (Bezányi, 2015):

- **Na makroúrovni sociální práce** lze usilovat o systémové změny a změny na úrovni celého sociálního organismu, které umožní ve smyslu této práce „odstátnit“ oblast vzdělávání i oblast praktického poskytování sociálních služeb (nikoli financování) a umožnit tak odborníkům z každodenní praxe, sdruženým ve specializovaných asociacích, aby společně s veškerými dotčenými stranami zkoumali a citlivě usměrňovali procesy v jednotlivých oborech tak, aby odpovídali sociální realitě a požadavkům doby a nikoli požadavkům ekonomickým (vynuceným hospodářskou činností a tedy byznysem) a politickým.
- **V oblasti prevence** lze na základě výstupů práce rozvíjet techniky, jak vzdělávat rodiče, aby dětem bylo zachováno dětství, aby se vyprávěly klasické pohádky, aby bylo umožněno sycení a rozvoj všech dvanácti smyslů a umožněn harmonický vývoj ve všech jejich vývojových stádiích; jak působit ve školách, aby děti považovaly za podstatné čtení knih a vyprávění příběhů; jak působit ve výchovně vzdělávací oblasti tak, aby rodiče požadovali po školní výuce více uměleckých aktivit (kreslení, malování, práce s hlínou, práce se dřevem, hraní divadla, zpěv a více tělocviku); jak zaujmout děti, aby preferovaly umělecké aktivity a dětské společenské hry; jakým způsobem nabídnout náhradní aktivity jako je sport, rytířské soutěže, literární a divadelní soutěže; … a mohli bychom jmenovat řadu dalších aktivit, ale to podstatné můžeme shrnout v krátký slogan: **Jak působit ve směru opuštění kyberprostoru a návratu do reálného světa**.
- **V oblasti komunikace** lze zohlednit výstupy a závěry práce v uvědomění si fenoménu nového druhu skupinové komunikace prostřednictvím sítí ICT; v pravidlech a způsobech komunikace s dětmi, dospívajícími a dospělými; při identifikaci a práci s poruchami komunikace; při zvládání konfliktů a agrese; při tréninku umění sdělovat a naslouchat; v sociální komunikaci; v práci se lží a pravdivostí (neskutečností a skutečností). Učit se komunikovat tváří v tvář, učit se vyjádřit a komunikovat prožívané pocity a učit se empatickému naslouchání druhým.
- **V oblasti krizové intervence** lze zohlednit výstupy práce pro krizovou intervenci postavenou na bližším porozumění určitým klientům, přicházejícím nejen s obtížemi přímo identifikovanými jako

pocházející ze světa ICT, ale například s vývojovou či psycho-spirituální krizí, nebo zejména s krizemi ve vztahové oblasti.

- **V oblasti práce s firemními týmy a konflikty na pracovištích** lze poznatky rozvinout v práci na vědomém udržení rozdílu mezi virtuálním a skutečným světem; v uměleckých činnostech rozvíjejících kreativitu a posilujících individualitu člověka odolnou tlaku doby; v metodách směřujících k zachování ICT pouze jako pracovního nástroje; v metodách informování o vlivu PC na zdraví člověka a prevenci; v prevenci a práci se syndromem burn-out; pozitivně lze rovněž ovlivnit firemní aktivity v oblasti společenské a sociální odpovědnosti. V rámci teambuildingových aktivit lze zařadit pobyty v přírodě na statku při společné práci se zemí a zvířaty.
- **V oblasti vzdělávání sociálních pracovníků** se lze kromě edukace dále zaměřit na sebezkušenost s reflexí kontextu používání ICT a dopadem na osobnostní výbavu sociálního pracovníka. Nově se zařazením uměleckých aktivit a uměleckého způsobu poznávání je třeba uchopit celý vzdělávací systém také sociálních pracovníků samotných. Cílem je takové vzdělávání, které povede k získání kompetencí v oblasti sociálního umění a sociálně umělecké terapie přinášející radost a teplo.
- **V oblasti sociální opory** lze na makro, mezo i mikro úrovni rozvíjet kompetence a metody poskytnutí opory na základě znalostí výstupů této práce. Sociální oporu tak lze zakládat přednostně na reálném, nikoli virtuálním vztahu; instrumentální hmotná pomoc se může soustřeďovat na jinou oblast než ICT a uplatnit se zde může i vhodná edukace v rámci informační opory. Podaří-li se například samotným osobám poskytujícím podporu vrátit nesmyslně trávený čas, který jim je „ukradený“ prostřednictvím informačních a komunikačních technologií a nesmyslných nařízeních, nutících je s ICT pracovat, uvolní se tím ohromný ideový, citový i volní potenciál, který lze směřovat do oblasti této sociální opory.
- **V oblasti zdravotních problémů, narušujících psychosociální stabilitu jedince** lze poznatky této práce využít nejen při problematice poruch paměti a pozornosti, poruch emotivity, cítění, empatie, vůle a jednání, poruch obrazotvornosti, poruch vztahů, pudů a instinktů, ale také v souvisejících lékařských i nelékařských oborech při založení nového způsobu určování příčinných souvislostí a při hledání nových způsobů prevence i metod návratu k opětovné psychosociální stabilitě.
- **V oblasti prevence a práce se závislostmi** lze rozvíjet znalosti a kompetence rodičů, vychovatelů, vzdělavatelů, sociálních a dalších pracovníků a rozvíjet metody zvládání přechodu z virtuálního do reálného světa a zdravých sociálních vazeb. Ve své teoretické i praktické časti tato práce poskytuje množství prakticky uchopitelných podnětů.
- **V oblasti diagnostiky** psychosociálních, psychických či zdravotních problémů a sociálně patologických jevů lze zohlednit jako významný diagnostický údaj způsob a intenzitu užívání ICT.

7 Návrat do reality

Je zřejmé, že cestou ke zdraví a životu bude vědomé rozhodnutí se k návratu do reality, ve které bude možné pravdivé poznávání sebe sama. Ve které bude možné i v myšlení začít překračovat vlastní egoitu. Egoitu, která se v myšlení reprezentuje tak, že člověku velí, „to znám“, a že pouze jeho vlastní názor je ten pravý a správný a jím také přísně měří názory ostatních. Místo toho bude možné jevit živý sociální zájem o mínění druhého člověka a to i v případě, že ho budeme považovat za mylné. Tento nesobecký zájem o mínění druhého, kterým je teprve možné poměřovat své vlastní myšlenky (a nikoli naopak), pak může pomoci překonat vlastní předsudky a spojovat se s tím, co je všeobecně lidské.

V sousedním Německu jsou provozovány waldorfské základní školy, ve kterých probíhá vzdělávání a výuka přímo na statcích a zahrnuta je i péče o zvířata a přírodou, která sytí smysly, navrací do reality a začíná tak člověka léčit. S návratem do reality tak může jít ruku v ruce nové vědomé uchopení posvátnosti země i lidství. Také v Čechách se někteří lidé vracejí k řemeslu, učí se znovu kosit trávu a v kosení pořádají i soutěže, vznikají kozí i jiné statky, lidé pracují s koňmi a podobně. Autor této práce je přesvědčen, že i v budoucnu bude tento trend pokračovat a jako nutná protiváha k životu nezdravě ovlivňovaného prostředky ICT se budou lidé vracet ke společenstvím a budou k tomu plánovitě, vědomě a jako páni a nikoli sluhové, využívat technologie a to v nezbytně nutné a zdravé míře. **Namísto internetové sítě tak bude vznikat zlatá záchranná sociální síť tkaná od člověka k člověku.**

Pěstovat z vlastního rozhodnutí lze rovněž vůli ke vznešeným ideálům. Je lhostejné, že je například sociální realita jiná, tím se člověk nemusí nechat odvést od toho, aby si svůj nesobecký idealismus podržel. Od toho, aby byl idealistou, který ve svých myšlenkách a při vhodné příležitosti i ve slovech tyto ideály zpřítomňoval a připravoval tak to, co se blíží z budoucnosti.

Tím poroste odpovědnost za veškeré věci, které myslíme i konáme. A to vše může pomoci překlenout propast mezi gramotnou generací a generací kyberkultury a digitálních domorodců, mezi realitou a virtualitou, mezi sociální realitou dneška a budoucím uspořádáním sociálního organismu.

Ukončit tedy můžeme opět citátem ze Zlatého mostu, který celou tuto práci uvozuje:

„ *...Mně samotnému už docházejí síly. Mám pocit, že roboti a mloci zaplavují Zemi. Vždy, když přestaneme vnímat Krásu v jejích každodenních projevech, v západech a východech slunce, v úsměvu dětí, v otázkách nám kladených a v odpovědích na ně, dáváme prostor přízrakům, aby se zabydlely kolem nás i v nás. Každým slovem, které vyslovíme nebo napíšeme, tvoříme. Tvoříme buď šat pro Bytost Krásy a Moudrosti, anebo pomáháme svou bezmyšlenkovitostí, strachem a zlou vůlí tvořit těla přízrakům, které chtějí lidskou bytost zničit. Ale věřím, že váhu slova i myšlenky si každý z nás začne stále více uvědomovat.* **„** (Janátová & Krček, 1988/2005, stopa 13)

PRAKTICKÁ ČÁST

8 Kvalitativní výzkum

Plán výzkumu:

Zvolený zkoumaný problém:

Jaké jsou příklady dobré praxe při prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů, využitelné při práci sociálního pracovníka?

Zvolená metoda jeho řešení:

Krátké případové studie (Short Case Study), řízené rozhovory.

Prostřednictvím krátkých případových studií budou mapovány dostupné příběhy mladistvých i dospělých, relevantní vzhledem k vymezení zkoumaného problému.

Budou vedeny řízené rozhovory s odborníky z ČR i zahraničí, kteří mají empirické zkušenosti z pozorování či terapie osob ovlivněných virtuální realitou. Půjde o sociology, psychology, terapeuty, pedagogy a léčebné pedagogy, lékaře, sociální pracovníky i manažery a další profese, které mají v dané oblasti reálnou praktickou zkušenost a výsledky.

Výběr zkoumaných osob:

V první fázi byli osloveni odborníci, kteří jsou autorovi známi z doby práce na bakalářské práci a/nebo díky dlouhodobému zájmu o výzkumné téma. Další účastníci výzkumu byli získáni prostřednictvím referenčního výběru (metodou sněhové koule).

8.1 Realizace výzkumu

Výběr zkoumaných osob, technika dotazování a proces sběru dat:

Nejprve byl sestaven základní seznam výběru participantů výzkumu, kteří byli následně seznámeni s tématem výzkumu a byli požádáni o zprostředkování kontaktů na případné další odborníky zabývající se relevantním tématem. Takto postupně vznikl seznam celkem 32 osob, z nichž 17 se na výzkumu podílelo. Se 14 z nich byl veden výzkumný rozhovor, přičemž jeden nemohl být zařazen do výzkumu z důvodu jeho vedení v cizím jazyce a prostřednictvím velice nekvalitního přenosu Skype rozhovoru, přičemž špatná kvalita nahrávky znemožnila přepis a další zpracování obsahu rozhovoru. Jedna participantka poskytla krátké příklady klientů ze své sociálně terapeutické praxe, další participant poskytl autobiografickou případovou studii a pro zpracování další případové studie byly použity data z předešlého výzkumu (přepisu 93 normostran hloubkových rozhovorů s participantem). Z důvodu

omezeného rozsahu této práce bylo do analýzy dat zahrnuto pouze 13 rozhovorů a krátké případové studie, které ilustrují skutečnosti, popisované zejména v teoretické části této práce.

V rámci realizace výzkumu bylo tedy zvoleno osobní dotazování jako metoda způsobu kontaktování participanta a realizace výzkumu. V rámci osobního dotazování byly vedeny rozhovory s využitím techniky volného polostrukturovaného otevřeného rozhovoru a neformálního rozhovoru na téma zkoumaného problému. Rozhovory s experty, kteří se v tématu výzkumu vyznají, byly vedeny jako problémově zaměřené. Rozhovory byly na základě informovaného souhlasu participantů výzkumu zaznamenávány na nahrávací médium a byl tak pořízen audiozáznam. Současně byly v průběhu rozhovoru pořizovány poznámky výzkumníka.

Metoda zpracování dat:

Následovala doslovná transkripce rozhovorů s nezbytnými poznámkami výzkumníka, které v přepsaném textu vysvětlovaly například kontext, který se při přepisu mluveného slova ztrácel (části řečené v humoru apod.).

Takto získaná data byla dále zpracovávána, jednotlivé rozhovory byly redigovány a byly v nich obvykle vypuštěny opakující se nebo osobní sdělení participantů. Z většiny rozhovorů byly v následujícím kroku vytvořeny selektivní shrnující protokoly, ve kterých byly vybírány ústřední poznatky a výpovědi reprezentující podstatné sdělení a vypouštěny části výpovědí nerelevantních vůči zkoumanému problému. V některých případech byly tyto protokoly pro lepší orientaci opatřeny nadpisy uvozujícími jednotlivá témata. Cílem bylo najít skutečnosti důležité a relevantní ke zkoumanému problému, případně k tématům zpracovaným v teoretické části této práce.

Aby bylo vyloučena nepřesnost a chybovost výzkumu, způsobená touto metodou zpracování, byl výsledný shrnující text předložen participantům výzkumu k jeho autorizaci.

V rámci výzkumu byly zpracována rovněž krátké případové studie.

Etické otázky:

V rámci etického rámce výzkumné práce byly akcentovány tyto otázky:

- Účastníkům výzkumu byla nabídnuta možnost vystupovat anonymně (využil pouze jeden participant).
- Účastníci byli informováni o možnosti z jejich strany kdykoli participaci ukončit, či odmítnout publikaci citlivé části jejich výpovědí (v průběhu výzkumu bylo této možnosti využito).
- Účastníci byli ujištěni o zachování důvěrnosti ze strany výzkumníka.
- Účastníci byli požádáni o informovaný souhlas s použitím audio nahrávacího zařízení.

- Účastníkům byla nabídnuta možnost kdykoli hovořit o zvolených tématech bez použití nahrávacího zařízení (v průběhu výzkumu bylo této možnosti využito).

Předporozumění zkoumané problematice:

Jelikož je výzkumník hlavním zprostředkovatelem, pro získávání dat je třeba uvést, že výzkumník s v oboru ICT a vývoje SW pro internetové aplikace pohybuje profesionálně již od roku 2000 jako manažer a majitel v několika vzájemně se prolínajících rolích, v rámci kterých je zodpovědný za: personál, obchod, řízení projektů, marketing, obchodní strategie, inovace, výzkum a vývoj. V rámci této své praxe se od roku 2005 začal věnovat také kontextu užívání ICT ve vztahu k různým sociálním procesům, probíhajícím v rámci pracovních týmů a ve vztahu k osobnostnímu rozvoji a zdraví.

Nápadné negativní projevy v kognitivních funkcích, útlumu kreativity, v psychosociální oblasti či ukončení života sebevraždou a množství úmrtí mladých členů týmu na různá onkologická onemocnění a jiné neléčitelné choroby jsou součástí předporozumění, se kterým autor k této práci a výzkumu přistupuje a je si tedy vědom možného přímého i nepřímého ovlivnění průběhu a výsledků výzkumu touto okolností.

Od roku 2014 se autor této práce věnuje výzkumné práci v oblasti zkoumané problematiky, dále sociálně terapeutické práci a pokračuje i v osvětové, přednáškové a publikační činnosti na toto téma.

Součástí základního předporozumění autora je ze zkušenosti vycházející předpoklad, že osoby dlouhodobě používající ICT ztrácí schopnost reflexe, jak tyto technologie ovlivňují jejich osobnost, sociální vztahy a zdraví. Dále pak předpoklad negativního působení ICT na děti ve všech jejich vývojových fázích.

8.2 Případové studie

V rámci realizovaného výzkumu byly zpracovány dvě případové studie.

První je pod názvem „**Případová studie, mladý muž, student**“ uvedena **v příloze číslo 12** a je sestavena ze sebereflexní písemná výpovědi patologického hráče PC her.

Druhá je sestavena na základě poznámek výzkumníka a přepisu 93 normostran zaznamenávajících čtyři epizodické rozhovory s participantem výzkumu vztahující se k období přibližně třiceti let profesního života v oboru ICT v kontextu s celým životním příběhem. Jedná se o případovou studii, doplňující bakalářskou práci autora této diplomové práce o biografické údaje a hodnotovou orientaci experta v oblasti ICT v hraniční situaci života a smrti. Pod názvem „**Ivan, (1962), IT specialista**“ je uvedena **v příloze číslo 13**.

9 Výsledky výzkumné sondy

9.1 Prof. PhDr. Anna Hogenová, CSc. (nar. 1946), filosof, univerzitní pedagog

V úvodu rozhovoru je poukázáno na „konflikt ekonomických zájmů výrobců technologií a působením těchto technologií na zdraví člověka“. Dále je akcentováno, že problém přetíženosti technikou začíná již u dětí a dokonce v mateřských školkách. Z vysokoškolské pedagogické praxe participantky je pozorováno „hloupnutí“ generací, přičemž IT na tom mají svou zásluhu. Úpadek je spatřován také ve vzdělávání samém, které se bere pouze jako prostředek ke konkurenceschopnosti. Obdobně je vnímané negativní působení světa techniky i v ostatních oborech lidské činnosti.

Těžiště potíží je shledáváno v problému dnešních věd a vědeckého poznání, které je postaveno na zjednodušujícím karteziánském způsobu myšlení a pojímání světa, které vše fragmentizuje, dále na strachu z budoucnosti, a proto hledání pravdy jako srozumitelné a jednoduše kontrolované jistoty, která se matematizuje a umožňuje tak „plánovat“ budoucnost. „*V tom je technologie dnes nejnebezpečnější a IT je v tomto královnou*“. Součástí tohoto způsobu poznávání je uzavřená tzv. subjekt-objektová figura, která je protikladem principu otevřené poznávající duše. Ten byl znám v antice nebo ještě u J.A. Komenského a je shledáván (dle Heideggera) jako jediná možnost pro budoucnost.

Podmínkou dle participantky však je mít odvahu k samotě, být sám a umět si vyhloubit cestu k tomu, z čeho život pramení a naučit se být a žít z tohoto pramene. Toto hloubení se již dva a půl tisíce let nazývá starost/péče o duši. Jde o to naučit se rozhovoru duše se sebou samou, naučit se vnímat, že to nejdůležitější (bytí samo) přichází potichu a nenápadně „na holubičích nožkách“ (Nietzsche) a naučit se dialogu s tímto přicházejícím bytím, s budoucností. To může vyústit v úplně jiný autentický rozvrh života. Přičemž napomáhání tomuto procesu je shledáváno jako hlavní úkol dnešních psychoterapeutů. Předpokladem je pak probudit hlad po pochopení (můžeme říci i porozumění, poznání, pravdě), napětí, ze kterého vznikne otázka. A jakmile tato otázka jednou vznikne, je to již začátek proměny.

Porozumění výzkumníka: k prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů vede hledání cesty k otevřené poznávající Duši, která začíná u slyšení výzvy, která k nám doléhá již z dob Apollónova chrámu v Delfách a která do dnešních dnů stále zní: **Ó člověče, poznej sebe sama**.

Redigovaný přepis rozhovoru v jeho podrobnostech a návodech a s myšlenkami Heideggera, Aristotela, Descarta, Nietscheho a dalších je uveden **v příloze číslo 1**.

9.2 **Mgr. et MgA. Lucie Essenza** (nar. 1985), psycholog

Za klíčové participantka považuje vyvinout na základě praktických poznatků specifický terapeutický program, zaměřený na problematiku nadužívání ICT, o což se snaží institut Re:Life, který spoluzaložila. Jako důležitá je v tomto smyslu označována primární prevence a informovanost z důvodu plošné přítomnosti různých forem a stupní závislosti na ICT, aniž by si to uživatelé uvědomovali a aniž by si uvědomovali rizika s tím spojená. Potvrzuje střet zájmů výrobců technologií a jejich působení na vědomí lidí prostřednictvím marketingových aktivit, které ovlivňuje možnosti získávání náhledu na situace. Potvrzuje děti jako nejohroženější cílovou skupinu. Jako praktický poznatek uvádí, že většina dospělých po edukaci v tomto smyslu nemá zájem pracovat se svým vztahem k ICT, ale že pozitivně reaguje na to, že mohou nějak ochránit vlastní děti. V závěru rozhovoru se participantka zamýšlí nad pojmem „nesprávného“ užívání počítače a tím, zda a jak je schopna dnešní věda vymezit, co je již patologické, přičemž při vymezení hranice patologičnosti nemusí to, co ještě není vědou označováno z patologické, být současně i zdraví prospěšné.

Porozumění výzkumníka: k prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů vede aplikovaný výzkum odborníků z prakticky vedené terapeutické praxe, který může dále rozšiřovat a definovat funkční preventivní a terapeutické programy a dále osvěta mezi rodiči, vedoucí ke změně vlastního smýšlení a jednání a k participaci na ochraně dětí.

Redigovaný přepis rozhovoru v jeho podrobnostech a s uvedením například praktických příkladů z terapeutické praxe je uveden **v příloze číslo 2.**

9.3 **Doc. Enzo Assenza, MPA** (Harvard), **DPhil** (Oxon) (nar. 1968), univerzitní pedagog a inovátor

V samém úvodu rozhovoru je poukázáno na to, že používání ICT má vždy, i v případech správného, vědomého (informovaného) a pouze nezbytně praktického používání, negativní efekty, které při nadužívání začínají škodit. Dále že nápravě musí předcházet edukace a ani poté není náprava jednoduchá. Údajně již na začátku 90. let existovalo vice než 1000 studií, prokazujících zvýšení pravděpodobnosti eskalace násilných činů v důsledku sledování násilných obsahů v televizi a další negativní efekty (tzv. victim effect a mean world syndrome, de-sensitization effect, education effect a další). Zdůrazněna je také skutečnost, že média mají vždy nějaký vliv na člověka a tento je nezávislý na obsahu (ztráta obrazotvornosti, poškození zdraví apod.). Za velice podstatnou je považována problematika obecné technologizace světa, která se se projevuje v medicíně a veškerých ostatních oblastech života. Na otázku, jakou pomoc lze očekávat od dnešní vědy, zazněla následující odpověď:

„*Je proti struktuře dnešního vědeckého světa dlouhodobé efekty vůbec zkoumat. Není možné si dělat iluze o tom, že se tento problém dá plně vědecky uchopit. Vědecký svět bude pravděpodobně ten poslední, který se k těmto fenoménům do hloubky dostane. A to zejména kvůli tomu, jak je organizován a financován, což mu znemožňuje tento fenomén v celé své šíři a hloubce pochopit.*“

Východisko je shledáváno v transdisciplinárním přístupu k problematice, v aplikovaném výzkumu a zapojení lidí s reálnou vlastní zkušeností a dále v novém přístupu ke vzdělávání (participant vede iniciativu s názvem *nextRenaissance*, jejímž cílem je přispívat k regeneraci vysokoškolského vzdělávání).

Porozumění výzkumníka: k prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů vede uvědomění si, že užívání ICT může být pro člověka škodlivé nehledě na obsahu, a že je potřeba změna paradigmatu vědeckého přístupu.

Redigovaný přepis rozhovoru s uvedením podrobností o evaluovaných výzkumech efektů způsobovaných sledováním TV, či vysvětlením zájmu dětí a nových generací o technologie je uveden **v příloze číslo 2.**

9.4 PhDr. Anežka Janátová (nar. 1945), psycholog a pedagog

Hlavní problém shledává participantka ze svého praktického studia výpočetní techniky a letité psychologické praxe v samotné podstatě fungování binární soustavy, které schází třetí rozměr a jejíž používání otupuje vůli a „zploští *myšlení a myšlení pak již není schopno třetího rozměru, pak je to placaté myšlení a takový člověk již neumí prostorově myslet, neumí prostorově vnímat*“. Přičemž reálný (trojdimenzionální) svět se nedá popsat ani pochopit takovýmto způsobem zploštěného myšlení. Jako terapeutické východisko shledává úplné odpojení se od ICT; i přesto se údajně jedná o terapii dlouhodobou a s rezidui, které vždy zůstanou právě ve způsobu plochého myšlení, které se z binární soustavy jen velice těžko propracovává k reálnému trojrozměrnému prostoru.

Pomoc pro takto poškozený způsob myšlení je shledávána především u umění a umělecké činnosti (pozorování barev, malování, hudba, sycení smyslů); ve výchově rodičů ještě před početím jejich dětí; v novém vědomém uchopování každodenností, aby člověk „*nebyl nášlapnou minou, aby byl opravdu lidským člověkem a ne člověkem umělým*“; ve vyprávění klasických pohádek, které sytí Duši pravdivými obrazy; ve změně výuky; v návratu k řemeslům a zemědělské činnosti a zejména v humoru, prostřednictvím kterého lze problematiku vhodně tématizovat.

Porozumění výzkumníka: k prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů a k budoucím mediálním kompetencím vede cesta skrze mediální abstinenci; sycení celé bohaté smyslové bytosti člověka; umělecké tvoření, prožívání a poznávání světa, což povede k posílení vůle a rozvoji mohutností lidského myšlení, které se tak vymaňuje z binární soustavy směrem k třetímu rozměru jako rozměru člověka a lidství. **Otázka budoucnosti tedy nezní, jestli budou počítače jednou myslet jako lidé, ale jestli lidé nebudou myslet jako počítače**.

Selektivní shrnující obsah rozhovoru s praktickými návody na provádění umělecko-terapeutických činností a sycení smyslů, probouzení fantazie, návody na výchovu rodičů a dětí i pozitivními příklady ze současnosti je uveden **v příloze číslo 3**.

9.5 Mgr. Martin Procházka (nar. 1973), pedagog a terapeut

Ze své praxe pedagoga, preventisty na základních školách a terapeuta vidí participant jako základní východiska jakoukoli smysluplnou práci rukama v reálném světě, zprostředkující zážitek s realitou: práci v zemědělství se zvířaty a se zemí, na stavbě, při různých opravách. Setkání se s vlastním tělem, jeho schopnostmi a možnostmi. Dále skrze dálkovou turistiku, pobyt v přírodě, konstruktivní kolektivní sport a další zátěžové záležitosti. Za důležité jsou rovněž považovány zážitky vlastních reálných schopností, protože člověk a děti speciálně, mohou být v zajetí představy toho, co a jak jim jde. Možnost a příležitost zažívat vztahy, konflikty a jejich řešení a zpracovávání.

Porozumění výzkumníka: k prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů vede smysluplná práce v reálném světě s vyřazením prostředků ICT, reálné zážitky prožívané skrze fyzické tělo a život v reálné sociální komunitě, což vše společně napomáhá vnímat sebe sama i rozumět druhým, předcházet konfliktům vnitřním i vnějším a dává zkušenost a kompetence konflikty zpracovávat a řešit.

9.6 Ada Ulčáková Rosin, B. Ed., Dipl.K.T. (nar. 1968), arteterapeut

Participantka ve výzkumném rozhovoru ze své arteterapeutické praxe potvrzuje mnohé vlivy ICT na myšlení, cítění a vůli člověka uvedené v kapitole 4. Problematika získávání náhledu na ohrožující situace a nabízí mnohá terapeutická východiska, která pomáhají opět budovat *„…**čtyři mosty**, ze kterých se na sebe můžeme podívat. Most k sobě sama, most ke druhému člověku, most k okolí, světu a přírodě a most k duchovnímu světu.*“ Z profesionální praxe získané na klinikách i při práci s individuálními klienty uvádí mnoho příkladů terapií jako například arteteraputický prožitek světla a temnoty a různé k tomu sloužící techniky; dále kreslení forem a dynamické kreslení forem; práci s rytmem při zpracování hlíny nebo rytmem dne a noci, svátků, ročních období v malbě; pozorování a malování metamorfózy rostliny; práci s teplými barvami a teplem apod. To má vést k zapojení vůle i rytmického systému srdce a plic,

k vytváření tepla i vřelejších vztahů, ke zpřítomnění jáství člověka, která žije v teple a k jinému druhu myšlení. Arteterapeutický proces tak zapojuje celou trojčlennou bytost člověka s jeho myšlením, cítěním a vůlí; rozvíjí smysly; obohacuje vnitřní svět a vytváří vztah k vnějšímu světu a vede ke svobodnějšímu rozhodování a konání.

Porozumění výzkumníka: k prevenci technologicky podmíněných sociálně patologických jevů pomáhá vlastní umělecká činnost, v případě následné péče pak významně pomáhá profesionálně vedená anthroposofická arteterapie. Tu však může provádět pouze speciálně vzdělaný profesionální terapeut, který vše nejprve prošel na základě vlastní (sebe)zkušenosti.

Selektivní shrnující obsah rozhovoru s praktickými příklady arteterapeutických technik, s popisem práce s teplem a významu porozumění extrémům světla a temnoty je uveden **v příloze číslo 4**.

9.7 Eva Helebrantová (nar. 1971), pedagog, umělec a terapeut

Participantka uvádí své praktické zkušenosti při práci s technologiemi přetíženými studenty různých fakult vysoké školy v rámci Centra informačních a poradenských služeb ČVUT, kde pracuje. Vzhledem k „zastřené paměti“, které si všímá, a která způsobuje absenci vzpomínek na dětství, již často nepomáhá (terapeutický) rozhovor a je třeba zařadit do práce různá cvičení jako například cvičení od Dr. Rudolfa Steinera (myšlenkové soustředění či kontrola myšlení a další viz podrobněji v kapitole Náprava sebevýchovou), umělecké aktivity, kreslení forem, zprostředkování prožitku plynulého děje při pozorování a ztvárnění metamorfózy rostliny, práci s řečí a řečovými cvičeními (něm. Sprachgestaltung), nabídky činností jiných než u PC apod. Práci se závislostmi na ICT vnímá sice jako dlouhodobou, ale nadějnou.

Porozumění výzkumníka: k prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů vedou speciální seberozvojová cvičení vycházející z duchovní vědy, umělecké aktivity a uchopování metamorfózy přírodních dějů, dramatické umění a vědomá abstinence od technologií, která může postupem času vést k posílení tvořivých sil a kreativity člověka a k uvědomování si duchovního přesahu, který může nahrazovat prázdnotu, chlad a sklony k nihilismu.

Selektivní shrnující obsah rozhovoru s příklady z praxe a návody na vlastní pozorování a prožívání je uveden **v příloze číslo 5**.

9.8 Tomáš Boněk (nar. 1972), farář Obce křesťanů, historik a pedagog

Participant ze své praxe duchovního i z pohledu pastorální medicíny shledává jako hlavní ochranu před nežádoucím působením ICT vědomé uchopování našeho vztahu k technice a médiím, ze kterého bude plynout vědomé rozhodování a plánování toho, zda, kdy, jak dlouho a jakou techniku budeme používat,

abychom si tak zachovali zdraví rytmus života, který nepovede k somatickým obtížím a nemocem. Jde o hledání zdravé míry, omezení množství in-line aktivit, o hledání uměřenosti (řecky *sófrosyné*) jako jedné z ctností, což je nazýváno kulturním činem, neboť „*kultura začíná tam, kde jsme schopni a ochotní sami sebe omezit*“. To vše je však třeba rozhovorem, trpělivým doprovázením a vlastním příkladem u druhých zvědomovat.

Jiná situace je popisována u dětí. Zde má hlavní odpovědnost rodič, který může dítěti zprostředkovat jiný zážitek, „*secvičit divadlo, vypravit se do přírody, propojit se se sousedy, začít se starat o zahrádku před domem. Práce se zemí je v tomto velmi léčivá. Vše to, kde je možné dostat se do přímého kontaktu s fyzickou realitou, do kontaktu se zemí, s přírodou, s druhými lidmi, to léčí.*“ U dětí, které jsou již v těžké situaci, je vyprávění pohádek ta nejlepší volba. V jistých případech lze využít i specializovaných odvykacích kempů pro děti závislé na médiích.

Důležité dle participanta dále je, učit se vyplňovat volný čas smysluplnou činností (bez ICT), uměleckou činností, prací na sobě, cvičeními, vědomým pobytem v přírodě a hledat tak způsob, jak nezbytné spojení člověka s ICT kompenzovat. Dále je uveden příklad, že Obřad posvěcení člověka v Obci křesťanů je první křesťanský obřad, který bere elektřinu a elektromagnetický smog v potaz a počítá s vlivem techniky na člověka.

Porozumění výzkumníka: k prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů vede plně vědomá práce s tímto fenoménem, která se neobejde bez stejně vědomé práce člověka na sobě samém, na výchově dětí i na svém zdraví fyzickém a duševním a dále na sebetranscendenci a uspokojování duchovních potřeb. To pak může být základem budoucí kultury.

Selektivní shrnující obsah rozhovoru s podrobnostmi a návody, jak se dle příkladu českého světce svatého Prokopa učit orati čertem a nenechat techniku, aby orala s člověkem, je uveden **v příloze č. 6.**

9.9 Mgr. Tomáš Petr (nar. 1972), pedagog

Participant ze své role pedagoga na základní škole a vzdělavatele pedagogů poukazuje na to, že hlavní nárok je kladen na rodiče a jejich silnou vůli při ochraně dětí před předčasným uvedením do světa ICT. Tato vůle musí zastoupit ještě nevyvinutou vlastní vůli dětí. Následné řešení problémů, které plynou ze zanedbání mediální abstinence a přicházejí kolem třináctého roku, je již velice komplikované. Poukazuje na děti, které jsou tzv. funkčními analfabety, kteří dokáží sice číst, ale ne porozumět obsahu, na děti kterým je prostřednictvím techniky předčasně ukončováno dětství. Ze své zkušenosti varuje před nedozírnými negativními dopady na zdraví dětí nového Rámcového vzdělávacího programu, který má být revidován od roku 2020, a který zavádí prostředky ICT do většiny výukových předmětů. Východisko shledává v pedagogice, která neoslovuje pouze s myšlení, ale harmonicky rozvíjí od

počátku i oblast cítění a vůle, o takovou pedagogiku se snaží například waldorfské školy. Za podstatnou u dětí označuje rovněž práci se živly, dále harmonický rozvoj všech smyslů a setkávání se se sociální realitou. Za cíle pedagogiky označuje rovněž zdravý rozvoj základních čistě lidských kvalit, které odlišují člověka od zvířete: vzpřímené chůze, řeči a myšlení a poukazuje na to, jakým způsobem se tyto kvality rozvíjejí a jakým způsobem jsou naopak ochromovány při různých závislostech.

Porozumění výzkumníka: k prevenci technologicky podmíněných sociálně patologických jevů u dětí vede silná vůle dobře edukovaných a motivovaných rodičů, kteří nepřipustí předčasné a nevhodné zatížení svých dětí světem ICT. Následná péče je již velice komplikovaná.

Selektivní shrnující obsah rozhovoru obsahující další podrobnosti a náměty pro vychovatele jak kontrolovat své závislosti, posilovat vůli a jak zaujmout děti smyslovou a sociální realitou je uveden **v příloze číslo 7.**

9.10 Nora Vockerodt (nar. 1949), terapeut, lektor

Participantka, která se celoživotně profesně i terapeuticky věnuje výstavbě řeči a tvořivé řeči (něm. Sprachgestaltung) nahlíží problematiku ICT následovně „*.. celá tato technika, ať už je to od těch nejjednodušších věcí až po ty nejsofistikovanější, ta je tady proto, aby zabránila lidskému vývoji, aby zamlžila vědomí člověka o svém úkolu na Zemi.“* Přičemž východiskem pro ni je duchovní původ člověka, který se rodí na Zem, přichází na Zem z duchovního světa, přichází odtud s nějakým impulsem, úkolem, projde tady svou životní cestu a zase se do duchovního světa vrací.

Část problémů pak údajně vychází z toho, že člověk tento impuls svého úkolu zapomněl, ten však přesto žije jako touha v hlubinách Duše. Aby tuto často nevědomou touhu člověk naplnil, nebo naopak utlumil (médii, uzavřením se, agresí, workoholismem, alkoholem, drogou apod.), používá k tomu nejrůznější prostředky. „*Čili otázka proč jsem na Zemi, jaký je můj úkol tady na Zemi, ta otázka v člověku žije, ale člověk na ni nedokáže odpovědět.*“ Další příčina je shledávána v tom, že „Člověk v *dnešní době žije mezi narozením a smrtí s představou, že nebylo nic předtím a nebude nic potom.“* A dále: „*Duše cítí, že existuje nějaký smysl života a neustále po něm touží. A to je to štěstí, že člověk vůbec může terapeuticky působit, protože Duše pořád touží po smyslu života. Jsem přesvědčena o tom, že jako terapeut bych nedokázala udělat, způsobit vůbec nic, kdyby v duši druhého člověka nebyla tato touha, toto volání.“*

Jako skutečná terapie je poté shledávána ta, „*která začleňuje do procesu Duši a Ducha. Onemocnění vznikají z toho, že právě Duše není opečovávána, nemá pro sebe možnost se projevovat. Zažívá to, že je zneužívána, opomíjena.“* Přičemž terapii nelze začít v Duši, ale skrze fyzické tělo, pohyb, řeckou gymnastiku, umělecké aktivity, léčebnou eurytmii apod. Za středobod je u jednotlivých aktivit a specificky v profesi participantky (Sprachgestaltung) považován jejich pozitivní vliv na dýchání a práci

s dechem. To vše má uvést do pohybu životní síly (éterné tělo), které budou dále zdravě působit i na Duši a tím ve svém důsledku posílí působnost jáství, aby se mohlo začít plně projevovat. „*To je jediná možnost, jak ustát celý ten příliv techniky.*“

Dále participantka zdůrazňuje nezbytnost odborného vzdělání terapeutů a sociálních pracovníků, nezbytnost sebezkušenosti s nabízenými terapeutickými postupy a nutnost individuálního tvořivého přístupu, který se bude v lásce zabývat každým člověkem, se kterým terapeut či sociální pracovník pracuje.

Porozumění výzkumníka: k prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů je uvědomění si duchovního původu člověka, porozumění jeho bytí před zrozením i po smrti a smyslu opětovných pozemských životů, protože z této perspektivy je možné hledat a nacházet své životní úkoly a uskutečňovat je v souladu, nebo i navzdory tlaku doby, ke kterému patří i svět techniky. A toto platí i pro životní úkoly sociálního pracovníka.

Redigovaný obsah rozhovoru s mnohými podrobnostmi, návody a příklady z terapeutické praxe je uveden **v příloze číslo 8.**

9.11 MUDr. Hana Sirotková (nar. 1969), lékař, neurolog

Ze své praxe lékaře participantka dokládá vliv ICT na různé degenerativní choroby včetně Parkinsonovy nemoci, jejímž projevem jsou příznačně strojové pohyby, různých demencí a onkologických onemocnění. Poukazuje na dělení chorob dle úrovně tepla na tzv. studené a teplé. Přičemž „***Nemoci způsobené nadužíváním digitální techniky patří vesměs mezi nemoci studené. Tělesně se projevují absencí horečky, často i sníženou teplotou a ztuhlostí, která může zasahovat i do duševních procesů.***“ Snížení tělesné teploty je poté typickým projevem nádorových onemocnění.

Z tohoto způsobu pojetí následně plynou možnosti nápravy a léčby, ke které se využívá dodávávání tepla na úrovni tělesné (horkými koupelemi, předehříváním postele, termolahví, dostatkem pohybu, sportem apod.), na úrovni duševní (veškeré umělecké tvoření — malování, tancování, zpívání, divadlo apod.) i na úrovni duchovní, kde se jedná především o teplo lidské osobnosti, které se manifestuje například v dobrých mezilidských vztazích. V rámci léčby na substanciální úrovni se pro dodávání tepla do organismu využívá například preparátů s obsahem mědi či jmelí (Iscador ®). Dále se v léčbě a terapii využívají rytmické masáže, kraniosakrální masáže, léčebná eurytmie a všechny umělecké terapie.

Za důležitou je považována rovněž schopnost nastavovat si hranice i ve vnějších mezilidských vztazích, což obrazně řečeno souvisí také se schopností imunitního systému nastavovat hranice například nádorovému bujení. Poukázáno je na přetěžování orgánu hlavy (ajťáci, studenti, manažeři apod.) a polárního přetěžování systému končetin při sportu, přičemž schází zapojení středu, tedy srdce a

rytmického systému člověka. Tu lze vyvažovat například meditacemi a uměleckými aktivitami, které navíc podporují kreativitu a tvůrčí schopnosti. Za důležité je považováno rozvíjení a sycení dvanácti smyslů člověka, přičemž je specificky poukázáno, jak ICT otupují tzv. životní smysl (vnímání potřeb hladu, žízně, vnímání bolesti, tělesného chladu apod.).

V závěru rozhovoru je hovořeno o medicínském rozdílu mezi rytmem a taktem u vegetativní soustavy člověka, protože upadá-li organismus z rytmu více do taktu, může to být vážné varování blížícího se onemocnění. Vystupňované to lze pozorovat na přístrojích u vážně nemocného člověka v posledních minutách před smrtí, kdy organismus upadá do strojového počítačového taktu.

Porozumění výzkumníka: časté zacházení s ICT bez vědomého vyrovnávání jejich negativního působení na fyzické i duševní zdraví člověka vede k postupnému upadání životních rytmů do strojového, počítačového taktu, což postupně vede organismus k nemocem a smrti. K prevenci u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů vede harmonické zapojení celého člověka do jeho každodenních činností. U následné péče v oblasti poškození zdraví tělesného i duševního se pak lze obrátit na specializované anthroposofické a další lékaře, kteří vhodně zvolí léčbu a terapii, která bude zaměřena na veškeré bytostné články člověka.

Selektivní shrnující obsah rozhovoru s podrobnějším popisem rozdílu mezi rytmem a taktem a návody na zachování zdraví pro ty, kteří intenzivně používají informační, a komunikační technologie je uveden **v příloze číslo 9.**

9.12 MUDr. Petr Mílek (nar. 1965), psychiatr a psychoterapeut

Participant nahlíží problematiku zejména z pohledu své praxe v rámci denního stacionáře psychiatrické kliniky a skupinové terapie. Popisuje proces vyprazdňování duše při užívání médií zejména v dětském věku a v případech profesního využívání či nadužívání v dospělosti a s tím spojenou problematiku závislostí a omezené možnosti terapeutického zaplnění této prázdnoty v budoucnu. Poukazuje rovněž na souvislost násilného mediálního obsahu s rostoucí ztrátou empatie, nárůstu agresivity, šikany, s rostoucím počtem pokusů o sebevraždy či na technologiemi způsobené vyčerpání životních sil (únavový syndrom, somatická onemocnění a předčasná úmrtí). Mezi hlavními východisky nápravy a terapie je shledávána práce s tělem a umělecké terapie. Dále práce s dechem, relaxační techniky, učení se sebereflexe, zpěv, pracovní terapie, vytváření příležitostí pro setkávání se, pobyty v přírodě, stimulace bazálních smyslů a sycení 12 smyslů, cvičení empatie či terapeutické divadlo. Specificky je poukázáno na to, že po nezbytné době léčby je i u vážnějších technologicky podmíněných obtíží možné úplné nahrazení psychiatrických léků: *„co mohou dnešní léky, se vždy dá nahradit zdravým životním stylem“*. Budoucnost nápravy je shledávána v pobytech (2-3 roky) v terapeutických komunitách v rámci

biodynamicky hospodařících statků při zažívání reálného sociálního společenství a při smysluplné práci ve smyslovém světě spojené se zdravým životním stylem.

Porozumění výzkumníka: k prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů vede komunitní způsob života, zdravý životní styl, práce s tělem a umělecké činnosti, které vedou k reintegraci a osvojení si nového životního stylu v reálném sociálním okolí a světě.

Selektivní shrnující obsah rozhovoru s podrobnějším popisem zde vyjmenovaných metod využívaných při následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů i úvahou o celospolečenské (ne)odpovědnosti je uveden **v příloze číslo 10.**

9.13 MUDr. Lukáš Dostal (nar. 1963), lékař

V úvodu rozhovoru participant uvádí, že se v něm opírá o osobní zkušenost profesní, o zkušenost se sebou samým i se svými čtyřmi dětmi. Na příkladu vlastních dětí dokládá praktickou zkušenost s tím, že technologická abstinence v dětství (cca do 14. roku) vede u dětí k možnosti stát se v pozdějším věku premianty v oblasti informačních technologií. Dokládá příklad počínající závislosti na mobilním telefonu, která byla vyřešena třítýdenním pobytem na salaši bez signálu, elektřiny a vody.

Na praktických příkladech z anesteziologicko-resuscitačního oddělení dokládá odosobnění vztahu lékaře a pacienta způsobené lékařskými (pří)stroji, které současně odvádějí pozornost od reality a na konkrétním příkladu nastiňuje východisko, které shledává v opětovné nezbytné konfrontaci lékaře se smyslovou realitou a smyslovým vnímáním pacienta. Ukázáno je na příkladu fotoaparátu, jak se technika vsouvá mezi člověka a realitu světa, což vede k tomu, že se emocionalita člověka nespojuje s touto realitou a dochází k jejímu oplošťování. Poukázáno je na to, jak přemíra informací škodí schopnosti rozhodování se, odnaučuje intuitivnímu způsobu rozhodování a vede k vědění bez rozumění. Východiska pro prevenci a terapii jsou shledávány v aktivitách, které citový život obohacují, „*což je vše aktivně umělecké*“, v tělesných fyzických aktivitách a především aktivitách **prohřívajících fyzické tělo, končetiny i srdce, vším, co zahřívá a přináší radost, neboť teplo je všeprostupující element, který opět zceluje fragmentizovanou roztříštěnost**.

Výzkumný rozhovor participant uzavírá za obor medicíny následovně: *„ tendence jaká nyní je a s ní i všechny ty dobré přínosy techniky nyní potřebují protiváhu vědomě, cíleně, intenzivně rozvíjet a učit budoucí lékaře i celostnímu pohledu“*. A dále uvádí, že nejde o to ošklivě hovořit o chemických lécích, ale využívat je až po vyčerpání všech ostatních mimolékových možností a i poté je užívat ryze individuálně, přičemž v individuálním přístupu je shledávána budoucnost nejen medicíny, ale i dalších oborů a věd.

Porozumění výzkumníka: k prevenci u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů je nezbytná mediální a technologická abstinence v dětství, pokud možno až do cca 14. roku, která vede k budoucím prémiovým kompetencím v oblasti informačních technologií. Při následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů je z pohledu lékaře zapotřebí uměleckých aktivit, radosti a teplo přinášejících aktivit, což platí i pro lékaře samotné, pro obor medicíny a moderní vědy.

Selektivní shrnující obsah rozhovoru s příklady z praxe a náměty na možnosti návratu do smyslové reality a metody vedoucí k opětovnému zcelováni fragmentizovaného světa je uveden **v příloze č. 11.**

9.14 Sebereflexní písemná výpověď patologického hráče PC her

Případová studie prostřednictvím autentické výpověďi mladého muže poutavě dokládá následující výstupy teoretické části této práce: vyvedení z reality sociálních vazeb do virtuality, deprivaci smyslového poznání, děti jako nejohroženější skupinu, nebezpečnost strategických cílů Ministerstva školství pro vzdělávání dětí, ztrátu schopnosti koncentrace, zničené schopnosti myšlení, zničené schopnosti cítění a empatie, slabou vůli a prohlubování závislosti, poškozené fyzické i duševní zdraví, nepravdivost a neodbornost informací poskytovaných v médiích, touhu po zisku, ztrátu identity. Praktickou část této práce potvrzuje v následujících oblastech: umění jako nezbytný pomocník při přemáhání závislosti, pozitivní zkušenost s psychoterapií, nezastupitelnost podpory sociálního společenství při návratu z virtuality do reality, důležitost edukace a pravdivého poznávání fenoménu ICT.

Porozumění výzkumníka: Životní příběh malého muže, který začal s hráčstvím ve svých 12ti letech a během přibližně 6ti let se dostal až na úplné dno je alarmující, ale současně dává naději na pozitivní východiska, přestože vypořádání se se všemi rezidui je prakticky v průběhu celého života téměř nemožné.

Celá autentická výpověď je uvedena **v příloze číslo 12.**

9.15 Případová studie, profesionální IT specialista

Na životním příběhu IT profesionála dokládá, jakým způsobem tato profese postupně ovlivňovala jeho osobnost a jak byla tato proměna vnímána ze strany jeho manželky a jím samotným následně reflektována a uchopována po oznámení diagnózy rakovinového nádoru v neléčitelném stádiu.

Pod názvem „**Ivan, (1962), IT specialista**“ je uvedena **v příloze číslo 13.**

10 Závěr výzkumu

V průběhu výzkumu se ukázalo, že k výzkumné otázce a zkoumanému problému mají blízko osoby, které v jejich nejrůznějších profesích spojuje zájem o filosofii, tedy, do češtiny přeloženo, láska k moudrosti, což lze interpretovat i jako touhu po pravdivém poznání Sofie, božské moudrosti. Mnozí z nich pak již nalézají cesty, jak toto poznání uplatňovat ve svých profesích, čímž se stává filosofie nikoli pouze individuální, akademickou, či kavárenskou záležitostí, ale naopak životní, živoucí praxí.

Participanti výzkumu nahlíželi zkoumaný problém optikou nejrůznějších profesí a shodovali se na problematickém kontextu užívání informačních a komunikačních technologií a technologické redukce reality v psychosociální oblasti. V jednotlivých výpovědích tak byly doplňovány či rozšiřovány informace uvedené v teoretické části této práce a poskytnuty mnohé teoretické poznatky i praktické zkušenosti, využitelné při práci sociálního pracovníka (podrobněji viz kapitola 9 a přílohy č. 1 až 13).

Výzkum ukázal, že pro prevenci a následnou péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů jsou podstatné následující skutečnosti: (1) péče o duši, (2) péče o sebetranscendenci a duchovní potřeby; (3) začínat výchovu dětí ještě před jejich početím výchovou rodičů; (4) uvědomění si, že dítě přichází jako host z duchovního světa; (5) zjednávat si porozumění o bytí člověka před zrozením i po smrti; (6) změna způsobu vzdělávání na všech stupních, vedoucí k celistvosti, transdisciplinaritě a harmonickému rozvoji lidské bytosti na úrovni tělesné, duševní i duchovní, i na úrovni myšlení, cítění a vůle; (7)na zmíněných základech postavený nový přístup k vědeckému zkoumání, lékařské vědě i vědám ostatním. Dále bylo zjištěno, jak důležité je sycení dvanácti smyslů člověka smyslovou realitou, jak je důležitý pobyt v přírodě a pobyty v komunitách spojené s prací na biodynamicky hospodařících statcích, jak je významný život v reálném sociálním společenství. Dalšími výstupy výzkumu jsou poukazy na nenahraditelnost uměleckého tvoření a způsobu poznávání světa, na zdravý životní styl a zařazení pravidelného rytmu do každého dne a na uzdravující přínosy humoru i na zdraví prospěšné teplo (zahřívání) na fyzické, duševní i duchovní úrovni.

Pro ty, kteří jsou technologiemi již zdravotně poškozeni, přináší výzkum podnět na vytváření nových sociálně-terapeutických programů se zařazením uměleckých terapií, terapií pracujících s dechem, řečí, řeckou gymnastikou a léčebnou eurytmií. Pro řešení závažných psychických, psychiatrických, somatických a degenerativních chorob (spolu)způsobených nezdravým užíváním ICT, přináší výzkum odkazy na možnosti odborné lékařské a psychiatrické péče, na metody praktikované při stacionární léčbě, na možnosti substanciální léčby dodávající teplo do organismu využívající například preparátů s obsahem mědi či jmelí (Iscador ®) a dále ukazuje nezbytnost kombinace lékařské péče s uměleckými terapiemi, psychoterapiemi, s rytmickými masážemi a dalšími možnostmi popsanými výše v tomto závěru.

10.1 Diskuse

Při realizaci výzkumu bylo vedeno množství rozhovorů, výzkumník doslova pátral po osobách a profesích, které mají relevantní zkušenost se zkoumaným problémem, účastnil se mnohých veřejných přednášek různých odborníků na dané téma a pokoušel se od nich zajistit podklady pro svůj výzkum a zajistit jejich aktivní účast na tomto výzkumu, což se podařilo přibližně u poloviny oslovených. Mohly tak na jednu stranu výzkumníkovi uniknout další unikátní zkušenosti, na druhou stranu byl rozsah i tak získaného materiálu natolik obsáhlý, že nebylo možno do analýzy a publikovaných výsledků zahrnout veškeré zjištěné skutečnosti, zejména jejich různé nuance, a nemohla tak být provedena odpovídající triangulace. Do výzkumu již také nemohly být zařazeny další materiály a rozhovory výzkumníka získané v průběhu zpracování dat. Nevyužity zůstaly i výstupy rozhovorů, které se netýkaly přímo tématu výzkumu. Veškeré tyto podklady by autor této práce rád využil ve svých dalších výzkumech, při své publikační činnosti i v rámci své praxe. Přesto je výzkumník toho přesvědčení, že v publikovaných výstupech sebraných dat není opomenuto nic podstatného, co by vnášelo úplně nový pohled na výsledky výzkumné sondy. Nepublikovaná data, relevantní ke zkoumanému problému, která již nemohla být zařazena do této práce, sice v mnohém rozšiřují a doplňují daná zjištění, ale nijak věcně nepozměňují publikované výstupy.

Výzkum se také nemohl věnovat mnohým dalším souvisejícím tématům, které se během jeho realizace objevily, a které rovněž čekají na své zpracování.

10.2 Závěr diplomové práce

Tato diplomová práce se zabývala tím, jak technika a svět informačních a komunikačních technologií od samého počátku svého vzniku slouží také k získání politické a ekonomické moci. Dále bylo poukázáno na to, jak může negativně ovlivňovat zdraví člověka na úrovni tělesné i duševní a jak ve svém důsledku může vést ke ztrátě kvalit Já, duchovního přesahu a ztrátě individuálního životního úkolu. V souvislosti s trojčlenně pojímaným sociálním organismem bylo poukázáno na příklady nezdravého prolínání jednotlivých oblastí, jako v případě zasahování moci politicko-právní a hospodářské do oblasti kulturní, a tedy i do oblasti vzděláváni, ve které se snaží předčasně zavádět do výuky ICT s neblahými dopady na zdravý vývoj dětí.

Bylo pojednáno o tom, jakým způsobem svět techniky a ICT může připravovat člověka o lidský rozměr schopností v oblasti myšlení, jak vyprazdňuje citovou oblast, ničí schopnost empatie a navazování zdravých mezilidských vztahů a vytváří tak vnitřní duševní prázdnotu, jak může vést k uzavřenosti, sociální izolovanosti a egoismu. Jak může vytvářet různé závislosti a ochromovat vůli, která se nemůže opřít o zdraví fyzické ani duševní a nedokáže se vyjádřit v rozhodném odvážném činu. Byl popsán proces vyvádění člověka ze smyslové reality do virtuality a s tím související proces retardace, oploštění

dvanácti smyslů člověka a pasivní využívání pouze několika málo z nich, které jsou skrze svou pasivitu a jednostranné přetěžování dokonce poškozovány (například zrak a sluch).

Svět techniky stvořený člověkem a společně s ním svět virtuální, do kterého je člověk uváděn, byl v kontextu přírodní říše nerostné, rostlinné, zvířecí a lidské popsán jako svět podpřírodní.

Tato práce zdokumentovala vybrané skutečnosti psychosociálního kontextu užívání informačních a komunikačních technologií a technologické redukce reality, které ve vzájemných kombinacích svého spolupůsobení zapříčiňují postupnou ztrátu schopnosti náhledu člověka na ohrožující situace, které samotným užíváním ICT vznikají. A tedy poukázala na ztrátu schopnosti pravdivého sebepoznání a poznávání reálného světa, v němž mohou být ideály pravdy, krásy a dobra nepozorovaně, také prostřednictvím ICT, nahrazovány lží, ošklivostí a násilím, což přispívá k duševní prázdnotě, disociaci i rozpadu individuálního životního plánu. V práci bylo upozorněno na nezdravé působení světa techniky na člověka, které může sloužit k další snadnější manipulaci, udržování a uplatňování moci hospodářské i politické a k odnímání možnosti stát se pánem vlastního osudu. Přičemž tato svoboda může být nahrazována svobodou iluzorní ve světě virtuálním, případně ve světě reálném, ve kterém jsou člověku podsouvány nekonečné možnosti volby, ale ve své podstatě polární (binární), kterým schází třetí rozměr, kvalita středu.

Byl učiněn pokus o shromáždění mnoha teoretických i praktických poznatků a příkladů dobré praxe při prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů, využitelných při práci sociálního pracovníka, které lze uplatňovat a dále rozvíjet v sociální práci na její mikro, mezo i makroúrovni. Jako výchozí bod byl shledáván sociální pracovník, který se z vlastního rozhodnutí obrací ke smyslové realitě, vědomě pečuje o duši, umělecky tvoří, působí v reálném sociálním společenství a pravdivě poznává sebe sama i vnější svět. Sebrané poznatky se snaží přispět k rozšíření možností pro uchopování sociální reality z vlastní zkušenosti a vlastního poznání, které lze poté tvůrčím způsobem uplatnit v sociální práci. Jako spojovací článek sebraných a publikovaných praktických poznatků a příkladů dobré praxe vnímá autor této práce potřebu návratu od technologiemi redukované a fragmentované reality zpět k celistvému vnímání a poznávání světa a člověka v jeho sociální realitě. Důležitým prostředkem v tomto poznávání bylo shledáváno umělecké tvoření, které přináší namísto technostresu radost a namísto technologiemi způsobovaného chladu teplo.

Poukázáno bylo na potřebu vystoupit z karteziánského rozvrhu pojímání světa, z „placatého myšlení“ a vnucované duality, podporované binárním principem světa ICT, ke třetímu rozměru a duchovní podstatě člověka. Dále že z této perspektivy je možné začít sjednocovat i dualitu vnitřního světa a světa vnějšího, ve kterém se dá pravdivě poznávat sociální situace dneška a nově poznávat potřeby, navrhovat a realizovat řešení na všech úrovních sociální práce. To umožní navázat na gramotnou kulturu a

kyberkulturu a zakládat tak novou budoucí kulturu a společně s ní i nově uchopovat společenskovědní obory.

Autor této práce vyjádřil naději, že lidé budou stále více plánovitě opouštět technologie, jak jen to bude ve zdravé míře možné, a budou se obracet k životu v sociálním společenství, čímž bude vznikat namísto internetové sítě a tzv. sociálních sítí, zlatá záchranná sociální síť tkaná od člověka k člověku.

Na základě pokusu o teoretické, umělecké i praktické uchopení tématu v této práci je zřejmé, že mnoho zůstalo jen napovězeno, mnohá odvětví neoslovena, a že bude vhodné se tématem negativního působení informačních a komunikačních technologií na člověka i nadále zabývat a zkoumat možnosti vyrovnávání i nápravy tohoto působení. Za velice přínosné autor této práce považuje další podrobnější rozpracování výstupů pro praxi sociálního pracovníka v jednotlivých oborech a pro práci se specifickými cílovými skupinami a jejich ověřování v praxi. Podstatné je rovněž zabývat se tvorbou a evaluací nových sociálně-terapeutických programů. Z pohledu makroúrovně sociální práce je pak dle mínění autora důležité věnovat se podrobněji sociální situaci dneška z perspektivy trojčlenného modelu sociálnímu organismu. Za důležité dále považuje rozpracovat náměty rovněž z pohledu dalších oborů jako je například architektura a urbanismus, ve kterých lze zaměřit pozornost také na tzv. organické (živé) stavby, rozpracovávat studie věnující se vlivu architektury na zdraví člověka a hledat nová východiska ze syndromu nezdravých budov. Další otevřenou možností je navázání na již existující práce, zabývající se vědou a etikou a rozpracovat okruh témat směrem k podstatě technologií, které jsou tvořeny na přírodním principu a napomáhají tak k trvale udržitelnému životu (např. tzv. morální technologie). V neposlední řadě je rovněž nezbytné zabývat se možnostmi překlenutí duality mezi vědou a religiozitou, které mohou vystavět most mezi vědou o duchu a přírodními vědami.

11 Použitá literatura

Albrightová, M. (2006). *Mocní a všemohoucí: Úvahy o Americmerice, Bohu a mezinárodních vztazích.* Praha: Práh.

Banáš, J. (2011). *Zastavte Dubčeka!* Praha: Euromedia Group, k.s. - Knižní klub.

Baumanová, M. (2007). *Hygiena, bezpečnost a ochrana zdraví při práci, první pomoc pro praxi ve zdravotně sociální péči.* Praha: Public relations.

Beastess. (2016). *Osamělost, aneb, kolik máte přátel na facebooku.* Praha: Grada.

Bednářová, Z. (1999). *Sociální práce na ulici.* Brno: Doplněk.

Bílek, F. (1900). *Orba křížem* [dřevořezba]. Pohlednice, vydala Galerie hlavního města Prahy 2002, foto archiv GHMP – H. Hamplová

Bílek, F. (1901). *Slepci* [plastika]. Dostupné z http://ghmp.cz/online-sbirky/detail/CZK:US.P-455/

Bilton, N. (2014, 10. září). Steve Jobs Was a Low-Tech Parent. *New York Times*. Dostupné z https://www.nytimes.com/2014/09/11/fashion/steve-jobs-apple-was-a-low-tech-parent.html?mcubz=0

Bílý, J. (2009). *Moc a právo v evropské politické tradici.* Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk.

Blinka, L. (2015). *Online závislosti.* Praha: Grada.

Brabcová, A. (2017). *Vliv elektronických zařízení na lidský spáneky* (bakalářská práce). Dostupné z webových stránek UK: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/91572/BPTX_2016_1_11240_0_413292_0_187603.pdf?sequence=1

Breitfelder, M. (2000). Rozhlas ve službách nacistické propagandy. In *Dějepis 18: Sborník je věnován památce docentky Jany Janusové* (pp. 103-117). Plzeň: Západočeská univerzita. Zostupné z https://courseware.zcu.cz/CoursewarePortlets2/DownloadDokumentu?id=16717

Brynjolfsson, E. (2015). *Druhý věk strojů.* Brno: Jan Melvil Publishing

Buermann, U. (2009). *Jak (pře)žít s médii.* Hranice: Fabula – Hana Jankovská.

Bytyçi, E. (2015). *Coercive diplomacy of NATO in Kosovo.* Newcastle upon Tyne, England: Cambridge Scholars Publishing.

Carr, N. (2015). *Skleněná klec.* Brno: Emitos.

Čečetka, F. J., & Medek, J. (Eds.). (2015). *Mistr Jan Hus*. Ilustroval Věnceslav ČERNÝ. Praha: Dobrovský.

Černý, D. (1999). *Kůň* [socha]. Dostupné z https://www.expres.cz/viral/david-cerny-vede-v-

seznamu-nejbizarnejsich-soch.A160405_145309_dx-viral_khor

ČTK. (2016, 29. března). Roboti píší literaturu - žádná sci-fi, ale realita. Samozřejmě japonská. *Reflex*. Dostupné z http://www.reflex.cz/clanek/zpravy/70351/roboti-pisi-literaturu-zadna-sci-fi-ale-realita-samozrejme-japonska.html

Duffack, J. (2009). *Joseph Goebbels: poznání a propaganda: komentovaný překlad vybraných projevů*. Praha: Naše vojsko.

Eichler, T. (2005, 4. Dubna). Reformní sociální práce. *Socialnirevue.cz*. Dostupné z http://socialnirevue.cz/item/reformni-socialni-prace

Eyb, B. (n.d.a). M*aterialismus* [obraz]. Získáno 27. července 2018 z archivu autora této práce

Eyb, B. (n.d.b). *Fliegender Holländer* [obraz]. Získáno 27. července 2018 z archivu autora této práce

Eyb, B. (n.d.c). *Der Mut* [obraz]. Získáno 27. července 2018 z archivu autora této práce

Farkas, V. (2006). *Lži za války a v míru: tajná moc tvůrců veřejného mínění*. Praha: Mladá fronta.

Feierabend, L. K. (2007). *Zemědělské družstevnictví v Československu do roku 1952*. Volary: Stehlík.

Frankl, V. E. (1999). *Teorie a terapie neuróz. Úvod do logoterapie a existenciální analýzy*. 1.vyd. Praha: Grada.

Freud, S. (2005). *Vtip a jeho vztah k nevědomí*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství.

Greenfield, S. (2016). *Změna myšlení.* Brno: BizBooks.

Hladký, A., & Glivický, V. (1995). *Škodí počítač našemu zdraví?* Praha: Codex Bohemia.

Hogenová, A. (2014). *Čas a sebepoznání.* Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta.

Hron, L. (2018, 3. dubna). Je to černé na bílém. Mobilní služby v Česku jsou jedny z nejdražších v EU. *iDnes.cz.* Dostupné z https://www.idnes.cz/mobil/mobilni-operatori/cesti-mobilni-operatori-oprerator-drahy-drahe-mobilni-sluzby-cesko-eu-srovnani-evropska-komise.A180327_120432_mobilni-operatori_LHR

Hrubá, D., 2014. Mýty a fakta o kouření. Praha: Liga proti rakovině. Dostupné také z https://www.lpr.cz/?edmc=1097

Humor. (2019, 15. února). In *Wikipedia*. Dostupné z https://cs.wikipedia.org/wiki/Humor

Huplach, V. (2004). *Hans Christian Andersen - nejkrásnější pohádky.* Čestlice: Rebo.

Chalupa, P. (2017, 6. listopadu). Se svou sexuální robotkou budu mít dítě. A vy brzy též, říká vynálezce. *iDnes.cz*. Dostupné z https://www.idnes.cz/xman/styl/sexualni-robotka-dite-samantha.A171105_214526_xman-styl_fro

Jablonka, H. (1968, 12. února). Vorfrühling in Prag. *Volksblatt.*

Jaderný test. (2018, 28. srpna). In *Wikipedia*. Dostupné z https://cs.wikipedia.org/wiki/Jadern%C3%BD_test

Jadrný, P., & Hanžlová, J. (2017, 31. května). OBRAZEM: Malá historie reklamy na cigarety a zákazu kouření. Snaha o omezení sahá do 16. století. *iRozhlas.cz*. Dostupné z https://www.irozhlas.cz/veda-technologie/historie/obrazem-mala-historie-reklamy-na-cigarety-a-zakazu-koureni-snaha-o-omezeni-saha_1705310700_pj

Janátová, A. (text), & Krček, J. (hudba). (1988) Karel Čapek Olze Scheinpflugové [Nahrála A. Janátová]. Na *Zlatý most* [CD]. Praha: iMagic. (2005)

Janíková, S. (2018, 14. května). Jsem svým způsobem feministka. Občanství Saúdské Arábie jsem dostala darem, říká dosud nejvyvinutější humanoidní robotka. *Hospodářské noviny*. Dostupné z https://zahranicni.ihned.cz/c1-66137390-jsem-svym-zpusobem-feministka-obcanstvi-saudske-arabie-jsem-dostala-darem-rika-dosud-nejvyvinutejsi-humanoidni-robotka

Jedlička, R. (2015). *Poruchy socializace u dětí a dospívajících.* Praha: Grada.

Jh. (2017). Přestat kouřit bez pomoci zvládnou jen 4 procenta lidí. Šanci zvyšuje nový web. *ČT 24*. Dostupné z https://ct24.ceskatelevize.cz/domaci/2305171-prestat-kourit-bez-pomoci-zvladnou-jen-4-procenta-lidi-sanci-zvysuje-novy-web

Jirák, J. (2007). *Média a společnost.* Praha: Portál.

Kar. (2017). Umělá inteligence jako soudce. Když algoritmy posílají lidi za mříže. *ČT 24*. Dostupné z https://ct24.ceskatelevize.cz/veda/2107265-umela-inteligence-jako-soudce-kdyz-algoritmy-posilaji-lidi-za-mrize

Kardaras, N. (2016, 27. srpna). It's 'digital heroin': How screens turn kids into psychotic junkies. *New York Post*. Dostupné z https://nypost.com/2016/08/27/its-digital-heroin-how-screens-turn-kids-into-psychotic-junkies/

Kasík, P. (2014, 9. června). Počítač přesvědčivě napodobil člověka. Hrál si na puberťáka. *iDnes.cz*. Dostupné z https://www.idnes.cz/technet/software/uspesny-turinguv-test.A140609_181110_software_pka

Kolesárová, K. (2016). *Životní styl v informační společnosti.* Praha: Univerzita Jana Amose Komenského.

Krejčí, O. (2004). *Politická psychologie.* Praha: Ekopress.

Kühlewind, G. (1986). *Das leben der seele zwischen überbewusstsein und unterbewusstsein.* Stuttgart: Verlag Freiss Geistesleben.

Leary, T. (1997). *Chaos a kyberkultura.* Praha: Maťa.

Leavitt, D. (2007). *Muž, který věděl příliš mnoho.* Praha: Argo.

Luhman, N. (2014). *Realita masmédií.* Praha: Academia, 2014.

Matějčková, T. (2016, 29. listopadu). Kvůli tabletům společnost hloupne a dětské mozky se nevyvíjejí, tvrdí psychiatr. *Lidovky.cz*. Dostupné z https://www.lidovky.cz/lide/internet-je-nebezpecny-jako-azbest.A161128_174222_ln_kultura_ELE

McLuhan, M. (1991). *Jak rozumět médiím: extenze člověka.* Praha: Odeon.

Microsoft. (2019). *Minecraft* [počítačový software]. Dostupné z https://mojang.com/category/minecraft/

MPSV ČR. (2015, 14. července). Strategie digitální gramotnosti ČR na období 2015 – 2020. Dostupné z https://www.mpsv.cz/cs/21498

MŠMT ČR. (2014, 12. listopadu). Strategie digitálního vzdělávání do roku 2020. Dostupné z http://www.msmt.cz/ministerstvo/strategie-digitalniho-vzdelavani-do-roku-2020

Musil, J. (2003). *Elektronická média v informační společnosti.* Praha: Votobia.

Myslbek, J. V. (1912). *Pomník svatého Václava* [socha]. Dostupné z https://cz.prague-stay.com/lifestyle/clanek/244-socha-sv-vaclava

Navrátil, P. (2003). *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Marek Zeman.

Negroponte, N. (2001). *Digitální svět.* Praha: Management Press.

Neider, A. (2013). *Aufmerksamkeitsdefizite: Wie das Internet unser Bewusstsein korrumpiert und was wir dagegen tun können.* Sttutgart: Verlag Freies Geistesleben.

NEŠPOR, K. (2002). *Léčivá moc smíchu: smích a zdraví, smích a vztahy, smích a práce, smích a výchova*. Praha: Vyšehrad.

Nešpor, K. (2011). *Jak přežít počítač*. Prostějov: Computer Media. ISBN 978-80-7402-069-8.

Newbatt, D. (n.d.a). *Holy Week, 2 The Cleansing of the Temple – Monday* [obraz]. Získáno 27. července 2018 z archivu autora této práce.

Newbatt, D. (n.d.b). *Holy Week, 3 Christ challenged with the quwstion of tax – Tuesday* [obraz]. Získáno 27.7.2018 z archivu autora této práce.

Norbekov, M. S. (2002). *Jak se zbavit brýlí: zkušenosti hlupáka, aneb, klíč k prozření*. Praha: Lott.

Platón. (1980). *Ústava.* Bratislava: Nakladateľstvo Pravda.

Pokorný, V. (2002). *Patologické závislosti.* Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky.

Pokorný, V. (2003). *Prevence sociálně patologických jevů.* Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky.

Prekopová, J., & Schweizerová, C. (2008). *Děti jsou hosté, kteří hledají cestu*. Praha: Portál.

Procházková, E. (2014). *Práce s biografií a plány péče.* Praha: Mladá fronta.

Prokofjev, S. O. (2018). *Rudolf Steiner a založení nových mysterií.* Praha: Anthroposofická společnost v České republice.

Průcha, J. (2014). *Andragogický výzkum.* Praha: Grada.

První robot v dějinách lidstva získal občanství. (2017, 30. listopadu). *National Geographic*. Dostupné z https://www.national-geographic.cz/clanky/prvni-robot-v-dejinach-lidstva-ziskal-obcanska-prava-20171030.html

Ramonet, I. (2003). *Tyranie médií.* Praha: Mladá fronta.

Retter, E. (2017, 21. dubna). Billionaire tech mogul Bill Gates reveals he banned his children from mobile phones until they turned 14. *Mirror.* Dostupné z https://www.mirror.co.uk/tech/billionaire-tech-mogul-bill-gates-10265298

Rey, J. D. (2014, 3. prosince). Five Things We Learned About Amazon CEO Jeff Bezos From His Rare Public Appearance. *Recode.net.* Dostupné z https://www.recode.net/2014/12/3/11633474/five-things-we-learned-about-amazon-ceo-jeff-bezos-from-his-rare

Richtel, M. (2011, 22. října). A Silicon Valley School That Doesn't Compute. *New York Times*. Dostupné z https://www.nytimes.com/2011/10/23/technology/at-waldorf-school-in-silicon-valley-technology-can-wait.html

Sadílek, P. (2006). *Poradenská činnost v oblasti závislostí poskytovaná prostřednictvím telefonu nebo internetu.* Praha: Úřad vlády České republiky.

Sak, P. (2004). *Mládež na křižovatce.* Praha: Svoboda Servis.

Sak, P. et al. (2007). *Člověk a vzdělání v informační společnosti.* Praha: Portál.

Sak, P., & Kolesárová, K. (2012). *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada.

Slezáková, M. (2018, 22. června). Čína staví devět krematorií pro půl milionu vězňů. Selhali jsme, děsí se autor Jatek. *iRozhlas.cz.* Dostupné z https://www.irozhlas.cz/zpravy-svet/rozhovor-ethan-gutmann-jatka-cina-odebirani-organu-falun-gong-ujgurove-zprava_1806221100_hm

Soesman, A. (2009). *Dvanáct smyslů. Brány duše.* Hranice: Fabula – Hana Jankovská.

Spitzer, M. (2014). *Digitální demence. Jak připravujeme sami sebe a naše děti o rozum.* Brno: Host.

Spitzer, M. (2016). *Kybernemoc! Jak nám digitalizovaný život ničí zdraví.* Brno: Host.

Steiner, R. (1993). *Hlavní body sociální otázky.* Praha: Baltazar.

Steiner, R. (1999). *Básně, modlitby, meditace*. Olomouc: Michael.

Steiner, R. (2000). *Idea sociální trojčlennosti.* Svatý kopeček u Olomouce: Michael.

Steiner, R. (2015). *Zemědělský kurz: kosmické a terestrické podmínky zdravého zemědělství : osm přednášek, jeden proslov a čtvero odpovědí na dotazy, uskutečněných v Koběřicích u Vratislavi od 7. do 16. června 1924 a zpráva z vratislavské cesty, napsaná v Dornachu 20. června 1924*. Hranice: Fabula.

Steiner, R., Maryon, E. (1925). *Reprezentant lidství* [sousoší]. Získáno 30. května 2007, autor fotografie Tomáš Boněk, grafická úprava 1.10.2018 Jan Pexa Váňová

Suchý, A. (2007). *Mediální zlo – mýty a realita.* Praha: Triton. ISBN 978-80-7254-926-9.

Šedý, R. (2018, 7. listopadu). Přípustná nevěra? V Praze otevírá první nevěstinec se silikonovými pannami. *Deník.* Dostupné z https://prazsky.denik.cz/podnikani/nevestinec-trochu-jinak-nabizi-realisticke-silikonove-panny-20181107.html

Šmahel, D. (2003). *Psychologie a internet.* Praha: Triton.

Šmíd, D. (2016, 5. dubna). Muž si vytiskl Scarlett Johanssonovou po součástkách na své 3D tiskárně – a teď ji má doma celou. *Reflex*. Dostupné z http://www.reflex.cz/clanek/zpravy/70517/muz-si-vytiskl-scarlett-johanssonovou-po-soucastkach-na-sve-3d-tiskarne-a-ted-ji-ma-doma-celou.html

Tomanová, P. (2016, 14. března). Nezmar nesmrtelný: Miliardář sní o věčném životě v počítačové podobě. *Reflex*. Dostupné z http://www.reflex.cz/clanek/zpravy/70001/nezmar-nesmrtelny-miliardar-sni-o-vecnem-zivote-v-pocitacove-podobe.html

Unfallhergang. (2019, 9. března). In Wikipedie. Dostupné z https://de.wikipedia.org/wiki/Eisenbahnunfall_von_Bad_Aibling#Unfallhergang

Vacek, J., (2019). Nelátkové závislosti. Behaviorální závislosti. Praha: Centrum adiktologie. Dostupné také z http://www.adiktologie.cz/cz/articles/download/3476/Behavioralni-zavislosti-pdf

Volek, J. (2003). *Média a realita.* Brno: Masarykova univerzita v Brně.

Zimbardo, P. (2017). *Odpojený muž. Jak technologie připravuje muže o mužství a co s tím.* Praha: Grada.

PŘÍLOHY

Seznam příloh

Slovníček pojmů

Příloha číslo 1 - Prof. PhDr. Anna Hogenová, CSc. – redigovaný přepis rozhovoru

Příloha číslo 2 - Mgr. et MgA. Lucie Assenza / Doc. Gaudenz Assenza, MPA, DPhil – redigovaný přepis rozhovoru

Příloha číslo 3 - PhDr. Anežka Janátová - redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

Příloha číslo 4 - Ada Ulčáková Rosinová, B. Ed., Dipl.K.T. - selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

Příloha číslo 5 - Eva Helebrantová - redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru

Příloha číslo 6 – Tomáš Boněk - redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

Příloha číslo 7 - Mgr. Tomáš Petr **-** redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

Příloha číslo 8 - Nora Vockerodt - redigovaný obsah rozhovoru

Příloha číslo 9 - MUDr. Hana Sirotková - redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

Příloha číslo 10 - MUDr. Petr Mílek - redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

Příloha číslo 11 - MUDr. Lukáš Dostal - Redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

Příloha číslo 12 - Případová studie, mladý muž, student

Příloha číslo 13 – Případová studie, Ivan, (nar. 1962), IT specialista

Obrazová příloha

Slovníček pojmů

Analogová - spojitá povaha zpracovávaných signálů, obrazná, intuitivní a imaginativní.

Ajťák - počítačový odborník, často pohlcený svým oborem, odvozeno od IT.

Big Data - velká data, soubory dat zpracovávané ve velkém měřítku, které běžnými softwarovými prostředky nelze zpracovat.

Binární - dvojková číselná soustava, která používá pouze dva symboly: 0 a 1.

Determinismus - budoucí události jsou předvídatelné důsledky předchozích událostí.

Digitalizace - převod spojitého signálu do nespojité posloupnosti číselných údajů.

Digitální - nespojitá číselná forma několika definovatelných stavů, digitální komunikace se opírá o rozum a logiku, užívá se věcná argumentace a logické zákony.

Fragmentizace - vytrhávání z kontextu, rozčleňování, rozkládání.

Generace sítě - generace, která se socializuje v reálném i virtuálním světě, odlišuje se rozdílností kultury, hodnot, myšlení, prožívání a způsobu jednání.

GPT - energie páry a elektřiny jsou nazývány univerzálními technologiemi (general purpose technologies), charakterizují se podle třech hlavních znaků: musí být velmi rozšířené, v čase se neustále zdokonalovat a musí z nich vycházet další inovace.

ICT - Information and Communication Technologies, informační a komunikační technologie (IKT), technologie využívané ke komunikaci lidí s cílem předávání informací, k dorozumívání se bez fyzického kontaktu specifickou formou telekomunikace, při které využíváme zařízení pro přenos, šíření a uchování informace.

Informatika - obor zabývající se zpracováním informací.

IT - informační technologie.

IT stress- stres spojený s užíváním informačních technologií, nejčastější příčinou jsou požadavky na krátké termíny, práce pod tlakem a nereálné požadavky vedoucích pracovníků.

Kyberchondrie - specifická forma hypochondrie, popisuje člověka, který nadměrně získává na internetu informace o svém zdraví, sám si poté diagnostikuje nemoc a kloní se k té nejhorší možné variantě.

Kyberkultura - kulturní praxe spojená s využíváním informačních a komunikačních technologií.

Kyberprostor - virtuální světová globální počítačová síť, sloužící k online komunikaci a výměně dat.

Logický blok - má buď dva a více vstupů nebo jen jeden výstup, binární počítač zná pouze stavy ano a ne.

M2M - machine-to-machine, komunikace strojů, robotické povídání na bezdrátových sítích.

Netiketa - etiketa na internetu (počítačové síti), pravidla chování a komunikaci v internetovém světě.

Over-identifikace - nadměrné ztotožnění se s technologií.

Redukciunismus - složité skutečnosti jsou převáděny na jednoduché, rozklad na části.

SBS (sick building syndrome) - syndrom nezdravých budov.

Solipsismus - vytváření fantazií o druhém a vytváření fantazijního a nereálného světa.

Technologicko-obsedantní porucha (TOP) – stres z informačních systémů, nedůvěra k technologiím, nutkavé kontrolování práce počítačů.

Technosis – silné dobrovolné propojení člověka s technologiemi, při kterém hrozí až ztráta vlastní identity (např.: potřeba být nepřetržitě připojeni k internetové nebo mobilní síti, e-mailu apod.).

Temporalita - časovost, časová kontinuita, jak plyne čas.

Virtuální realita - počítačovou technikou simulovaná skutečnost.

Příloha č.1 - Prof. PhDr. Anna Hogenová, CSc. (nar. 1946), filosof, pedagog

Vystudovala tělesnou výchovu na Fakultě tělesné výchovy Univerzity Karlovy a český jazyk a občanskou nauku na Filozofické fakultě UK. V současné době přednáší na Pedagogické fakultě UK, kde je také vedoucí Oddělení filosofie a etiky, a na Husitské teologické fakultě UK, kde zároveň působí jako vedoucí Katedry filozofie. Specializuje se na témata, jako jsou pohyb, pravda jako neskrytost (aletheia), tělo a tělesnost a filozofie sportu. V oblasti filozofie se specializuje na Husserlovu, Heideggerovu a Patočkovu fenomenologii.

Redigovaný přepis rozhovoru

2.6.2017, PVŠPS Praha

Poznámka výzkumníka: *Rozhovor byl pouze mírně redigován, výzkumník se rozhodl publikovat ho v téměř nekrácené podobě pro zachování srozumitelnosti a celistvosti jeho obsahu. V závěru rozhovoru se přidali další dva participanti výzkumu, jejich příspěvky jsou označeny zkratkami GA a LV. Výpovědi participantky jsou psány černou barvou a pro zvýšení přehlednosti jsou tučným písmem označena důležitá místa.*

Před začátkem nahrávání rozhovoru je hovořeno o zkušenosti lékařky, která vidí souvislost mezi stresem způsobeným světem technologií a výskytem rakoviny slinivky břišní, která následně během několika týdnů končí smrtí.

***

V: Co se dá dělat, když je člověk přetížený technikou?

Nejhorší je, že to začíná u dětí. Tablety chtějí dát již do školek, aby měly učitelky pokoj (od dětí). Narážíme zde na konflikt ekonomických zájmů výrobců technologií a působením těchto technologií na zdraví člověka. Souvislost mezi technologiemi a například rakovinami se dle zkušenosti zmiňované lékařky nehodí pro diskusi ve veřejném prostoru. Člověk se musí obrnit velkou trpělivostí, usmívat se, když mu nadávají, nerozčilovat se, nenechat se vytočit a říct ano, něco na tom je a dělat si to svoje, nenechat se otrávit.

Problém věd (té lékařské i dalších) **je karteziánské rozvržení světa.** Nejdůležitější součástí vzdělanosti je celek bez marga. To je celek, který nemá okraje. A je to celek, který se nadá nazřít jako předmět. A protože karteziánské myšlení je jenom předmětné, tam to musí být všechno objektivní, tak v něm vůbec nejsou celky bez marga a ta **fragmentizace je tak nebezpečná, že opravdu degraduje člověka na adici jeho částí**, buď anatomickou, nebo psychologickou, nebo sociální, prostě jakoukoli. A tyto systémy pak úplně znemožňují pochopit člověka v jednom rázu (celistvě). To je Patočka, který o tom píše celý život a je z toho zoufalý.

Karteziánské myšlení je opravdu velice zjednodušující, je postavené na tom, že člověk má strach z budoucnosti. Budoucnost člověka děsí, proto byla pravda jako neskrytost proměněna na pravdu jako certitudo (jistotu) a ta jistota musí být každému srozumitelná a musí být velmi jednoduše kontrolovatelná. A bohužel, ono je to v životě s tou pravdou trochu složitější. Karteziánský rozvrh světa vlastně ten svět popisuje v Aristotelském čase, to je ta sukcesivita (časová posloupnost, postupnost), která je kauzálně provázána a musí tam být ona jistota. A toto je zarámováno v něčem, co je naprosto osudné pro dnešního člověka a co ještě není dokonale, řekla bych, dotázáno a učiněno tématem a to je **subjekt objektová figura myšlení**. Tento subjekt a objekt je ohromný dodnes nepochopený problém, který dle mého soudu spočívá v tom, že **subjekt je pochopen jako uzavřená subjektivita**, jako uzavřená substance, kolem je objekt, který vlastně uzavírá tento subjekt. Čili ten princip otevřené duše, který je pro antiku vůbec základní podmínkou života v poznávání i ve všem ostatním. To, co bylo pro Komenského **principem otevřené duše, to novověk zabil**. Čili **dnes psycholog duši nebere ani jako duši,** protože duše, co to vlastně je? Ale bere jí jako kognitivní procesy, paměť a různé emoce a vůli a tak dále jak se to všechno empiricky, kauzálně, karteziánsky zkoumá. Ale ta otevřená duše tu není. **Řekové**, ti dokonce **hranici něčeho**, ať to byl stůl, nebo ať to byla hranice pojmu, **chápali tak, že od té hranice se něco otevírá do světa**.

Kdežto my (dnes) chápeme hranici jako to, kde něco končí. Toto je důkaz uzavřeného subjektu pochopeného jako substance, jako res cogitans (dle Descarta věc myslící ve smyslu nerozprostraněnné duchovní substance s atributem myšlení, neprostorového a netělesného ducha, myšlení), které se nakonec stane objektem, který popisuje právě tímto karteziánským způsobem často i dnešní psychologie, sociologie, politologie, antropologie atd.

V: Dle mého se to dnes obrátilo v tom smyslu, že když vstoupíme do virtuálního prostoru, tak tam se na druhou stranu otevírá nekonečný prostor do virtuality. Tedy nikoli směrem do světa, ale směrem do nicoty.

V podstatě ano. Ten **uzavřený subjekt se ještě více uzavírá dovnitř**. A to člověka dusí, protože každé uzavřené ovzduší plodí jed, to je stará myšlenka starých řeckých doktorů. Každá louže v lese se proměňuje v močál. Musí to jít do světa ven. Základní tendence člověka je „zur Welt sein“, čili do světa ven. A tato cesta je naprosto zazděná. **Člověk musí mít křídla, jinak se zhroutí dovnitř a skončí**.

V: A to je obraz člověka pracujícího u PC, zavřený, v zatemnělé místnosti aby mu nesvítilo na monitor a od světa se více a více odděluje. Místo aby vyšel do světa a prakticky si ověřoval, zda jeho poznání ve světě funguje, tak se o tuto korekci připravuje.

A to je hrozně nebezpečná věc a neví se o tom, nechce se o tom vědět. Ono to překáží metodologii, která je založená na karteziánské ontologii, čili je také karteziánská. Všechno musí být verifikovatelné, falsifikovatelné, matematicky vyjádřené, aby se to dalo kontrolovat. Nejlépe to pochopil Heideger.

V: Máte v této souvoslosti nějaké pozorování rozdílu u vašich studentů? Například srovnání z doby, než přišly počítače a po jejich zavedení.

Můžu vám říct naprosto jednoznačně, že nyní ty **poslední generace jsou úplně nejhloupější** a že u nás **na pedagogické fakultě mezi tyto studenty patří významně také ajťáci**. Jednak neumí psát, hrubky dělají dokonce i jejich kantoři. Klidně napíší na nástěnku „rychlý“ s měkkým i. **Nemají vůbec schopnost vhledů do zmiňovaných celků**, **nechápou filosofii**, chybí jim zkrátka ty celky a to je podle mne ohromně důležité.

V: Otázka je, co z toho plyne pro sociální pracovníky?

Odpovím ze svého hlediska. Já jsem přesvědčena, že tento fenomén, který zde sám bytostně popisuješ (zkušenosti výzkumníka v oboru ICT), je důsledek onoho ontologického zázemí dneška. Tam je třeba pochopit, že **současná doba má podstatu bytí v Nietzscheovské vůli k moci**. A ta moc je silou. Jestliže podstatou bytí člověka a jeho existence je vůle k moci, „der Wille zur Macht“, tak tam je nutné si uvědomit, že **moc, která je silou, se jako síla ukazuje, pouze když samu sebe přerůstá**. A toto přerůstání je základ toho maléru. To přerůstání, u Heidegera „Übermächtigung“, znamená, že aby člověk mohl existovat, musí pořád být lepší a lepší a lepší. Ne že by chtěl být lepší a lepší, ale on MUSÍ chtít být lepší. To je past, o které se neví. Čili státy musí být lepší, Evropa jako celek musí být lepší, Amerika musí být lepší a tak dále a **vzdělání se bere jenom jako prostředek ke konkurenceschopnosti**, což je důkaz toho, že člověk musí být lepší a lepší. A Evropa jako subjektivita musí být také lepší a lepší. **A tyto závody jsou dnes**, řekla bych, **bytostným osudem všech lidí, aniž o tom vědí**.

Čili Nietzsche se nám z našeho hlediska ukazuje jako profét (prorok). V tomto dnešní člověk žije, a **proto musí všechno urychlovat, i to urychlení**. Čili jde v ekonomii o **růst růstu**; nejde tam o růst něčeho, co tady je, ale i ten **růst musí růst**. A tento malér, to jsou ty vaše počítače.

Heideger krásně říká, že karteziánské myšlení, tj. descartovské myšlení, kde pravda je pouze jistotou, kde je subjekt – objektová figura a subjekt je v nové době pochopen jako uzavřenost, protože subjekt je to, co není objekt a ten objekt mu vlastně dává hranice. Subjekt je u Descarta res cogitans, to bylo poté pochopeno jako substance a tato substance se pak popisuje skrze psychology, sociology, antropology, politology atd. jako objekt. **Tato objektivizace poté vyvrcholila v číslech na předloktí vězňů v koncentračních táborech**. **A pokračuje to pořád,** akorát se to netematizuje a nemluví se o tom. Ale je to tu stále. A nyní Heideger řekne, že **karteziánský**

člověk se tak strašně bojí budoucnosti, že potřebuje tu pravdu jako jistotu. A tato jistota musí být kontrolovatelná, **proto se všechno matematizuje**. My tomu říkáme myšlení more geometrico (filosofická argumentace napodobující matematiku a geometrii, ve které se vyvozují jednotlivé teze z obecných **axiómů** a nejsou tedy zdůvodňovány), což je základem metodologie všech věd.

Nyní vzniká toto: **novodobý člověk se tak bojí budoucnosti, že ji v podstatě plánuje** a tyto plány, které se nejprve jmenují prognózy, jsou poté částečnými plány v těchto prognózách, poté částečné plány ve všech jednotlivých částech společnosti. A **prognózy a plány se dělají z takzvaného historicismu**. Historicismus je v podstatě popis historie, který se dělá karteziánsky, tj. události se za sebe kladou jako příčina-účinek, příčina-účinek, příčina-účinek, hraje tu roli subjekt-objektová figura, čili musí to být objektivní atd. Pravda je jistotou, to je to certitudo, proto všechno musí být verifikovatelné, vše musí být falsifikovatelné, a když to nejde, tak se to musí nějak předpřipravit. Karteziánský rozvrh světa skrze historii vytváří v podstatě **technickou sukcesivitu** (časovou posloupnost) **těchto příčin a účinků**, které se v prognózách prolongují do budoucnosti, **takže se budoucnost ve své podstatě znásilňuje**. A to je ta „der Wille zu Macht in der Zukunft" (vůle k moci v budoucnosti), to je ten malér, který se dá tak těžko vysvětlit inženýrům a dalším karteziánsky myslícím vědcům a odborníkům, protože jejich myšlení je ontologicky nastaveno na tyto samozřejmosti, které nejsou ani tématizovány. **Oni si je ani nedotážou**. Pro ně to jsou takové samozřejmosti, že se o nich již nemyslí.

A nyní nastává ten malér, který tak krásně popisuje Heideger. On řekne, že ty prognózy a plány jsou projevy jednoho fenoménu, který nás má v hrsti a to je onen fenomén, kterému říká „**das Gestell**" (něm. Stellen = postavit). Gestell je fenomén, který v sobě obsahuje tyto prognózy, plány, dílčí plány a všechno je to systémové, kauzální, vše je verifikovatelné, falsifikovatelné, objektivní, VĚDECKÉ. Tento das Gestell funguje zvláštním způsobem. **Vydává povely ze systémů a struktur, které jsou v plánech a prognózách** tak, že z nich přicházejí povely v podstatě ke každému jednotlivému člověku. **Fenomén das Gestell si člověka objednává**. Ale tento fenomén **není vidět očima, nemohu si na něj položit ruku**. A jelikož si na něj nemohu položit ruku, tak většina lidí o tom nebude chtít ani slyšet, protože jsou karteziánsky vychovaní. Potřebují mít ony jistoty. A tento **Gestell si nás objednává**, čili my **nežijeme z vlastního pramene**. **Žijeme z podsunutého pramene a nevíme o tom**. A toto podsouvání provádí druhý fenomén, který Heideger krásně vysvětlil, a ten se jmenuje „**die Machenschaft**" a die Machenschaft je organizace a kontrola tohoto objednávání. **Dnes je množství fakult postaveno pouze na organizaci, vůbec tam nejde o nějaký konečný smysl a cíl**. Jsou to marketéři (tzv. kinder management) apod. a na tom se podílejí i ajťáci.

V hypertrofii (zvětšení, zbytnění) **této organizace se rodí nihilismus**. Najednou je vše přeorganizované a nikdo neví proč. A najednou **člověk vyhoří**. To za nás nikdy nebylo, aby někdo vyhořel. Byl naštvaný i víc než naštvaný, ale aby vyhořel, to jsme neznali. Ale dnes lidé padají jeden za druhým. **Nemají smysl, nežijí vlastní život, žijí život podsunutý a to je v podstatě zločin**. Ale to se nedá říkat. **A ajťáci na tom mají svůj podíl**.

Heideger o tom všem již ví, psal o tom nádherně v 50-tých letech v tzv. černých sešitech. Když se ho ptali, jak z toho ven, tak on říká „Nur ein Gott kann uns retten" (Pouze Bůh nás může zachránit). Nemůže nás zachránit systém, ten je již ajťácký a pracuje dle popsaného fenoménu das Gestell a die Machenschaft.

Nemůže to být nějaký systém. Říkali mu (Heidegerovi), prosím vás, co nám to tu říkáte, vždyť my o tom víme, že nás mají systémy takto v moci, že jsme v tom zajati (verhaftet) jako v pasti, takže se s tím dá něco udělat. Technika je přece něco, co člověk ovládá. **Ale právě uvnitř toho, že si člověk myslí, že ovládá techniku, se nachází fenomén das Gestell**. Jinými slovy, když třeba dnes budete chtít udělat revoluci a uděláte partaj, tak ještě dříve, než pro tu partaj získáte povolení k tomu, aby mohla ve společnosti vůbec existovat, tak už vás ten Gestell dostane. Takže nemá ani cenu tímto způsobem dělat nějakou revoluci, to není vůbec možné.

Všimněte si třeba, jak krásné myšlenky měli ekologové a jak se dnes interpretují. V podstatě jako nepěkní lidé, kteří lobují pro jisté skupiny. Čili fenomén das Gestell nás má v takové moci, že je skoro obtížné to vysvětlovat. Jelikož je tomu málo kdo schopen uvěřit a rozumět. A součástí, která katalyzuje všechny tyto procesy, které

člověka objednávají, které mu podsouvají jeho takzvanou přirozenost, tak to všechno katalyzuje IT. **V tom je technologie dnes nejnebezpečnější**.

Pozn. výzkumníka: v dalším rozhovoru se nějaká témata částečně opakují, nebo jsou rozšířena z důvodu shrnutí pro nově příchozí k rozhovoru.

U starých Řeků hranice věci končila tam, kde začínal otevřený svět. Hranice stolu byla tam, kde začínal otevřený svět. Al e hranice stolu dnes, v novověku, je tam, kde stůl končí. Takže je to obráceně a to je způsobeno tím subjektem, který je vlastně uzavřený, protože kolem je objekt. Poněvadž jen subjekt, který je uzavřený, může být přesně matematizován a dávat onu jistotu.

Takže Heideger řekne, že **pokud se moderní člověk chce alespoň trošku vyvázat z toho Gestellu, musí mít odvahu**. Úplně osvobodit se nejde, ani když se odstěhujete na konec světa, který již dneska není; i když se odstěhujete třeba na Mars. **Musí mít odvahu k samotě, být sám a umět si vyhloubit cestu k tomu, z čeho jeho život pramení**. My tomu říkáme „poslední pramen", ze kterého člověk teče ve svém životě. **A toto hloubení se již dva a půl tisíce let jmenuje starost o duši**. A starost o duši je vlastně „selbst Gespräch mit der Seele", člověk se musí usebírat, usebírat, uvlastňovat. Podle Heidegera se vrchol tohoto uvlastnění jmenuje „das Ereignis", eigen znamená vlastní a to vlastní je tento pramen. Ale ten stále teče, pramení, nedá se zastavit a popsat karteziánským způsobem. Tento pramen je v podstatě oním celkem, my říkáme celek bez marga (margo znamená okraj). Když je nějaký celek, který nemá okraj, tak to nemůže být předmět. A když to není předmět, tak to není možné pochopit karteziánským způsobem; k tomu se nejlépe vyjadřuje Patočka. **Patočka říká, že celky, které nemají margo, se dají pouze sdílet a to v napětí bytostného tázání**. A to bytostné tázání je právě ona starost (péče) o duši. **Když člověk není v rozhovoru se sebou samým** tímto způsobem, **je v podstatě vydán na pospas onomu podsouvání** – a to je nebezpečná situace.

Kněží v kostelech toto neznají, takže mluví o Bohu a občas člověk získá pocit, že to tak nějak jde, ale je to málo. Heideger říká, že člověk se musí uvlastnit tak, aby se stal středem čtveřiny, „**das Geviert**" , to znamená bozi – lidé – Země – svět (ve smyslu kosmos). Bozi nahoře, lidé dole, Země a svět, tedy je to takový kříž. Hérakleitos, Země a nebe je Hieros gamos, posvátná svatba mezi nebem a Zemí; člověk je mezi tím a tyto protiklady harmonizuje. A pak je to Země jako planeta vůči všemu, co je kolem jako kosmos. A člověk, když je uvlastněný, je uprostřed tohoto kříže v ohni, **v ohňovém středu**. A ohňový střed je dokonalé usebrání všeho do tohoto středu.

Nyní maličko odbočím. Slovo Logos má mnoho významů, nejen ten, který je v Bibli. Původním slovem je Legein a to znamená usebrat z mnohého do jednoduchého. **A když je člověk usebrán v ohňovém středu**, tak vlastně ti bozi, lidé, Země, svět, to všechno je usebráno v něm. Teče to s ním z onoho pramene a toto je „das Ereignis". V této chvíli **je člověk uvlastněn, je u sebe a je šťastný**. **A to je to, s čím mají lidem pomáhat psychoterapeuté**.

Protože když je člověk v tomto ohni, je duše nádhernou věcí. Aristoteles říká, „**Duše je tak nějak vším**". To vypadá jako úplně pitomá definice, ale ona opravdu je. Do té duše mohou přijít všechny hvězdy, všechny hloubky oceánu, všechny ryby, všichni lidé, ona prostě vše usebírá (legein), to je ta schopnost Logu a to je opravdu něco úchvatného. Je to za zrakem, je to zázrakem.

Takže když se člověk dokáže takto usebrat a žít z vlastního pramene, tak nevyhoří. A to je dnes podmínka přežití. A je to hrozně těžké. A tak lidé chodí do Compostely, nebo lezou na vysoké hory, nebo prostě spí sami v lese pod širákem, jak jsem je několikrát našla – hledají se, usebírají se, chtějí se potkat. A v tom setkání se sebou má být všechno. Toto je zjednodušeně řečeno celý Heideger.

Je to něco úchvatného, jenomže **dnešní svět**, jak říkal můj kolega (myšlen výzkumník), ten vše fragmentizuje, analyticky přistupuje k člověku, k nemoci, ke vzdělání, ke smyslu života, ke všemu, to je to karteziánství. Toto je jeden z největších problémů, jak dát člověku možnost, aby byl u sebe, měl u sebe všechno (čtveřinu), byl v ohňovém středu, prožíval das Ereignis a žil z vlastního pramene, protože pak se nebojí.

Novověký člověk nám budoucnost dělá (plánuje)z historie technicky. A Heideger řekne**, historie, to je technika**. A to opravdu je. Orální historie jsou někdy bláboly, to byste nevěřili. Říká, že historie začíná s církevními otci. Protože **v církvi podle něho také působí das Gestell a die Machenschaft**, ne ve víře v Boha, to je něco jiného. Ale církev, to je prostě politický **systém** a dokonce nejlepší, od kterého se vlastně všichni učí. Poněvadž je nejstarší. Také v katolické církvi je toho systému velice mnoho, subsidiarita atd. Čili on (Heideger) řekne, že historie začíná od církevních otců, to znamená Tomáš Akvinský, Augustýn atp., ale to, co nazýváme historií u Řeků, to, co byl třeba Thúkydidés, to jsou **dějiny**; rozlišuje historii a dějiny. Říkám to nyní moc rychle, tak nevím, zda se mi to podaří říci. Dějiny jsou o dění, které přichází z bytí samého. **U Heidegera je bytí a jsoucna. Jsoucna, to je to, co je v prostoru a čase a v jeho filosofii se to, co se ukazuje, se ukazuje z nějakého pozadí a to bytí je vlastně pozadí pro možnost vyvstávání oněch jsoucen.** Nyní vám vlastně říkám, co je podstatou fenomenologie. Fenomén znamená z řečtiny jev a jev se vždy jeví. A když se jev jeví, tak je propuštěn z nějakého pozadí. Například na pozadí bílé stěny je vidět obraz, protože tento obraz je rozdílný od stěny, stěna ho tedy vlastně vpouští do jevu. Fenómen je od řeckého fós, nebo faós a faós je světlo. A co je ve světle, to se ukazuje, to se jeví. A pro fenomenologii jsou nyní daleko důležitější ta pozadí, než to, co se z nich vzchází, ukazuje se. Poněvadž ta pozadí jsou cestou k poznání oněch jsoucen. Heideger říká, že karteziánský člověk je jsoucnař, žije pouze v jsoucnech, jenom pro jsoucna, jenom se jsoucny. Proto ta jsoucna musí počítat a popisuje je jako objekty.

V: Co je tedy pak oním pozadím virtuálního světa? Kdybychom to dokázali pojmenovat … mám z toho úplně husí kůži.

Musí to být něco, co tento jako-svět propouští do platnosti. A to musí být rozdíl vůči tomu světu, který v tomto případě není virtuální. To tedy musí být objektivní skutečnost, ale ta která je plodem karteziánství. Ta skutečnost je pro mnoho dnešních filosofů nejtěžším pojmem vůbec. Pro normálního právníka je to nejjednodušší pojem, ale pro myslícího člověka je to něco velice těžkého, protože si uvědomuje jak penetruje virtualita do skutečnosti a jak se to někdy nedá rozlišit a jak je to strašně nebezpečné.

A tak je skutečnost dnes nejtěžším pojmem. Jsou tři druhy modálních, to je způsobových platností, je to možnost, nutnost a skutečnost. Vždy to tak bylo, ale dnes je z těch tří pojmů nejdůležitější skutečnost. A kdo si tu skutečnost jakoby přivlastňuje, to je „Machthaber“ , ten který má moc. Čili skutečnost je dnes to, co se ukazuje silou, protože der Wille zur macht (vůle k moci) je dnes základem, tak skutečné je to, co je **působící.** Die Wirkung je v němčině účinek a die Wirklichkeit je skutečnost (realita). Čili Wirkung je účinný, protože skrze sebe provaluje tuto sílu, což je ona vůle k moci a to co provaluje tuto sílu k moci je skutečné. **Čili skutečnost a to, co je působící, je dnes totéž**. Proto se dnes každá celebrita snaží být účinná, aby se o ní psalo, aby byla v televizi, je jedno jestli to jsou skandály, nebo je to něco velice pěkného, hlavně se o nich musí mluvit. A toto je stejné ve vědě, v kultuře, ve všem. Skutečnost je dnes plovoucí fenomén, protože **skutečnost se vlastně vyrábí tou účinností**. A jak se řekne **účinnost latinsky? Efektivita**. Co chtějí všechny fabriky, konsorcia, vědecké ústavy? Být efektivní. O čem mluví všichni naši politici? Jen o efektivitě. **Být účinný je tvoje povinnost, to je to, co ti bude podsouváno do konce života**. Mně taky, vám taky a vám taky. A **máme to přijmout jako skutečnost**. **Ale to není skutečnost, to je jenom projev vůle k moci**. To je to „Übermächtigung“, to přemocňování (Heideger: muset být lepší; Nietzsche: urychlování urychlování a růst růstu).

GA (příspěvek dalšího účastníka rozhovoru) : Moc je pro mnoho lidí velice důležitá a v pozadí je mnoho struktur, ale není to úplně jediná síla, která tvoří das Gestell, ten Gestell je také tvořen touhou po statusu, někteří nechtějí tolik mít moc nad druhými, ale chtějí být vidět, nebo touží hlavně po penězích. Samozřejmě, peníze, moc, status, to je takový klastr. To je něco, co patří k sobě. Ale myslím, že když takto silně dáte důraz na moc, tak nepokryjete celou populaci a její touhy. Peníze, sex, status a moc, dá se říci, že je celý klastr.

Ano, souhlasím, to nemůže být pouze adice jako součet, ale je to celý klastr.

GA: A já myslím, že technologický svět je daný touhou po penězích, protože to, co vydělává peníze je dnes v pořádku.

Ano, přesně tak.

V: A současně, jak jsem to pochopil, tak na pozadí té skutečnosti vystoupila z neskutečného virtuálního světa nějakých magnetických záznamů skutečnost, která nás již nyní ovlivňuje, určuje co budeme dělat, jak to budeme dělat a jak dlouho to budeme dělat. Že to vlastně na pozadí skutečnosti vystoupilo z neskutečnosti a stalo se to novou (ne)skutečností.

Ano, teď jsi objevil Nietzscheův nihilismus. To je ten nihilismus.

V: A přesto, že to je stále vlastně nic, tak jsme všichni přesvědčeni, že je to skutečnost.

Ano, přesně. Toto je dnešní doba.

V: To je strašné.

Strašné, to víme již dávno. Akorát to nemůžeme nikomu říkat.

LV (příspěvek dalšího účastníka rozhovoru) : Mně se honí v hlavě spousta otázek a jedna z nich je, jak toto vlastně komunikovat dál?

V: Jak vyvést lidi z platónské jeskyně? (Vždyť jsme se v ní vlastně zanořili o další vrstvu hlouběji a pozorujeme hru stínů, která je vytvářena stíny samotnými na částečně průhledné stěně za zády pozorovatelů, která tyto stíny dále deformuje a vrhá je na stěnu proti pozorovatelům.)

LV: Snažíme se nějak toto téma komunikovat s maminkami, s teanegery, s dospělými, kteří o to mají zájem, ale narážíme na to, že dokážeme popsat jen jednoduché symptomy, to co je vidět, to co je evidentní a co lidé pochopí, ale a proto jsem vlastně dnes tady. Zajímá mě to, o čem mluvíte, hlubší příčiny a podstaty, ale zároveň nevím, jak je sdílet dál.

Nebojte se, to vám přijde samo. Vidím na vás, že jste úplně v napětí, takže toho se vůbec nebojím. To se ve vás narodí, vůbec se nebojte.

Chci vám teď říct jednu důležitou věc, to jsem nakousla a pak jsem to nedořekla. Heideger říká, že člověk, který má otevřenou duši, na sebe nechává přicházet bytí. Teď to možná zní divně. A to **bytí přichází vždy**, říká Heideger a má to od Nietzscheho, **„na holubičích nožkách“.** To nejdůležitější v životě přichází tak jemňounce, jako když holub chodí na parapetu okna a my ho někdy ani neslyšíme, ani nevidíme. Čili člověk musí být otevřen pro příchod toho, co není výslovné. Poněvadž **bytí není předmět**. Na to si nemůžeme dát ruku, t**o je to, co je pozadím, ze kterého se ukazuje úplně všechno**. A protože to je úplně všechno, **tak bytí musí být dobré**. Je to něco jako **platónské dobro**. Takže nechávat na sebe přijít bytí znamená mít **odvahu k samotě**, mít **odvahu i k opuštěnosti**. Kterou stejně každý z nás občas cítí, i když má kolem sebe spoustu lidí.

Otevřít se, což je princip otevřené duše, kterou znali Řekové a chtěl jí Komenský a chce jí Patočka, je v podstatě ten „Selbstgespräch“, **rozhovor duše se sebou samou**, jak tomu říkají. **A to je to, co má psychoterapeut otevírat v těch, kteří za ním chodí**. Když je člověk alespoň občas otevřený k tomu, co k němu takto přichází, dochází k něčemu neuvěřitelně krásnému. **Člověk je v rozhovoru, který je podstatou člověčenství vůbec**, to je **rozhovor s nevýslovným**. To přichází z přírody, z umění, z toho vašeho krásného dítěte (nově příchozí přišli do rozhovoru s miminkem), to je prostě úplně otevírací dítě, z hudby, z filosofie, z rozhovoru s druhým, ze schopnosti vnímat toho druhého. Protože jste k němu otevření. Ale být otevření k tomu druhému znamená jít do rizika, že se prostě znemožníte. Člověk prostě musí jít do tohoto rizika. **Když je v tomto rozhovoru, tak k němu přicházejí po holubičích nožkách věci, kterých si jinak nikdy nevšimne**. A tyto věci působí na duši člověka tak, že mu vytahují tzv. **podstatnou minulost**, kterou v sobě máme. Ta se německy jmenuje „die Gewesenheit“ , Wesen je podstata, a tato podstatná minulost se u člověka stává současně přítomností, aniž o tom člověk ví. **A tato podstatná minulost se společně s přítomností stane základem pro úplně jiný rozvrh života**. A to je ten **autentický rozvrh**.

LV: Já jsem se zasekla v myšlenkách nad tou podstatnou minulostí. Co je tím myšleno?

Řeknu vám to jednoduše. Historie popisuje všechny události , podstatné i nepodstatné, prostě všechny - v sukcesivitě (časová posloupnost, postupnost), tj. v následnosti, v linii. Čili historie popisuje i úplné pitomosti (… následuje příklad z historické diplomové práce na filosofické fakultě), to je ta technika. A nyní „die Gewesenheit" jsou počátky a počátek se v člověku rodí ; to je ten klastr, o kterém mluvil váš manžel. Počátek je to, že vy znáte toto, toto, toto, ale najednou ze všech těch věcí se ve vás zrodí něco, co ve vás třeba měsíce čeká, než pro to najdete správné jméno. A toto je počátek. Der Anfang německy. A tento Anfang je základem pravé vzdělanosti. Pravá vzdělanost, ta musí být počátkující. **V člověku musí být počátky, které však byly vyvolány dialogem, který vedeme s přicházejícím bytím, s budoucností**.

Jenom tehdy není člověk předvyroben a je to autentický způsob života. Aut-ens, aut (vně) a ens (jsoucna). Člověk je otevřený i pro to, co není jsoucno. A co není jsoucno, to je bytí a co je bytí, nemá žádné okraje, to je ten celek bez marga. A **celek bez marga se dá sdílet jenom z napětí bytostného tázání**. Když chcete toto někomu předat, **musíte do něho dostat privaci**. Privace je **hlad po pochopení**. Hlad po pochopení, který vytváří napětí a z té privace **poté vznikne otázka**. A jakmile chytnete člověka takto do otázky, tak je to dobré. On si pak již pojede sám. A dostane se k tomu nevýslovnému, bude tomu říkat Bůh, bude tomu říkat třeba Bráhma, to je úplně jedno. A když to nechá k sobě přicházet tak, aby to na něj hrálo jako na loutnu, tak se vlastně vyhraje k těm svým počátkům a tyto jeho počátky společně s budoucností pak vytvářejí onu přítomnost. A této přítomnosti se říká temporalita. A temporalita je právě objev Augustýna, Platóna a a Heidegera.

Temporalita je jiná časovost než u karteziánského člověka. U karteziánského člověka je časovost pouze linií příčin a účinků. To, co popisuje dnešní lékař, etiologii choroby. Aitia je řecky příčina, hledá příčiny a příčina je to, co je „při-činu". Jenomže my hledáme něco, co není při-činu, ale co je předpokladem toho činu, co je před tím.

V: Takže jde o to, aby člověk od techniky nějak vstoupil do dialogu se Zemí a kosmem, skrze umění, děti, rozhovor a poté to všechno vzal a usebral se a byl s tím sám. A sám v sobě to zažíval, zpracovával a třeba si kladl otázku, jaký je jeho další úkol ve světě.

Určitě to takto je, ale ono to vlastně probíhá v člověku po celý život. Pokud v něm zapálíš ten plamen, který jak říká Platón, vychází z laskavého tření otázek a odpovědí, tak je tam ta zmiňovaná privace a už je to dobré.

V: Já jsem za sebe udělal velký objev toho, jak virtualita vystoupila do reality a jak nás začala ovlivňovat. To si zkusím ještě nějak zformulovat.

Toto je ale motiv, který zná mnoho druhů (moderního) umění. A nicota jak prostupuje tu skutečnost, je vždy zpodobována tak, že tě to dílo má roztřást, šokovat. To jsou všechny moderní performance. Protože oni se bojí, cítí, že přichází něco, co nemá jméno, co je strašné, „anything goes" (něco přichází) a takže toto tam lze všude najít.

Člověk je u nás ve filosofii pochopen jako **Zoon Logon Echon**. Což je Aristotelova definice stará 2300 let a znamená to, že je to **živočich, který má řeč**. A řeč je podstatou člověka; říkáme, že když je člověk v rescendenci, to znamená, že je před horizontem, za kterým se již nachází transcendence. Když je v rescendenci (res znamená věc), tak ho na této cestě v životě vede ruka. A pak když se v myšlení dostane do transcendence, tak ho vede řeč. Takže řeč má celého člověka v transcendenci a ruka má celého člověka v rescendenci. Takže řeč, to je opravdu úchvatná věc. Ř**eč musí být posvátná**, podle nás. **S tou nejde jen tak zacházet, jako to dělají ajťáci**. **Jednička není pravda, nula není nepravda, ale podle nich ano. Tato znakovost, že se prostě jedničce přiřadí pravda, to je vůle k moci, der Wille zur Macht**. **A skrze toto se poté ovládne podsouváním těchto systémů všem ostatním lidem, aniž o tom ti lidé vědí. Aniž o tom vědí sami ajťáci**. **Proto ten Gestell vládne, aniž o tom člověk ví**.

To je to nejnebezpečnější, co vůbec je. Poněvadž se ti lidé snaží technicky ovládnout techniku, ale čím víc se snaží, tím víc je má ta technika ve svých spárech - ještě více je drží. To je malér.

LV: Ale jaká je cesta z toho ven. Já vím, že jste mluvila o tom usebrání…

Jediná možnost je toto. Usebrání, uvlastnění, my tomu říkáme **radiální cesta od duše k duši**.

LV: Ale ta nastane pouze tehdy, když už to člověk chce, pocítil privaci.

Ano, výborně, přesně.

LV: A je možné s tím něco dělat? Když jsou nějací lidé, kteří si to již uvědomili a chtějí nějak světu pomoci. Jak vlastně působit?

Otevírejte pro to i ostatní. Vyjděte z toho, co je bolí. Vyjděte z nich a pak je pro to opatrně otevírejte. Otevírejte je pro tuto problematiku. To je jediná možnost, jiná možnost není.

V: Takže člověk musí často počkat, než je začne něco bolet, nebo než přijde ona otázka.

Proto je tak důležité, aby doktoři nebyli jen technici, ale oni jsou. Aby učitelé nebyli jen technici, ale oni jsou. Nebo Machenschaft jako ohromná státní správa, která chce všechno řídit, organizovat a vše kontrolovat, že ano. A jak toto dát pryč nevíme. Proto „nur ein Gott kann uns retten“. Ale rozhodně to pro Heidegra není katolický Bůh, protože na ně má hrozný vztek. Ne na Boha, ale na církev.

Ta Machenschaft je často nejvyvinutější a církvi a následují to státní systémy, tam je to tak propracované, ta subsidiarita (z lat. subsidiaris – pomocný, podpůrný od subsidium – pomoc, podpora), že se to řeší pouze na určitéúrovni, jinak to nejde.

V: Ve Švýcarsku dělali velký výzkum sekt, který došel k tomu, že když jsou přítomny následující tři skutečnosti, tak se dá hovořit o sektě: 1/ Daná společnost je hierarchicky uspořádaná. 2/ Vládnou v ní dogmata. 3/ Zdola nahoru je neprostupná, nebo těžko prostupná. A to lze nalézt u církví, ve státní správě, ale i třeba u komerčních firem.

Ano. Ale to také nemůžeš nikde říct.

GA: Můj názor je, že možná nesmíme končit jen u toho „nur ein Gott kann uns retten“,

Ja, ja

GA: protože musíme také debatovaným způsobem spasit sami sebe a pokusit se o vytvoření nových paralelních struktur, nebo institucí a nyní struktur nemyslím Gestell, ale něco, co nahrazuje ten Gestell (účastník rozhovoru nyní krátce představuje svou osobní cestu z das Gestell a svůj projekt nového systému vysokoškolského vzdělávání a předává písemně zpracovaný koncept).

Hlavně tam musí být otevřenost dialogu, ta je podstatná.

LV: Hledáme způsob, jak tyto věci (veřejně) říkat tak, aby to bylo pochopitelné.

Toto vám dojde, když bude v napětí toho hledání. Když budete na cestě, tak vám to dojde. **Je dobré, když máte před sebou lidi, tak mluvit podle jejich očí**.

GA: Co myslíte tím mluvit podle jejich očí?

Velice důležité je dostat do toho napětí. A to poznáte podle očí, jestli je člověk v napětí nebo ne. To je důležité. Choďte mezi lidi. Chce to prostě vnímat ty holubičí nožky, to je Nietzsche. Budete to dlouho vyhmatávat, všechno dobré se dlouho vyhmatává, ale vyhmatáte. Určitě, na vás vidím napětí.

GA: Napětí je dobré ne?

Napětí je výborné.

V: To je nezbytná podmínka.

To je nezbytná podmínka, ano.

Příloha č.2 - Mgr. et MgA. Lucie Essenza (nar. 1985), psycholog

Je absolventkou Katedry psychologie na Univerzitě Palackého v Olomouci a Katedry autorské tvorby a pedagogiky na DAMU se zaměřením na studium psychosomatických disciplín. Mezi její pracovní zkušenosti patří působení v Pedagogicko-psychologické poradně, práce s drogově závislými v Terapeutické komunitě Němčice-Heřmaň SANANIM a práce asistenta na katedře Psychologie a pedagogiky JČU v Českých Budějovicích, kde též byla členkou týmu vysokoškolské psychologické poradny. Na Univerzitě Palackého byla členkou projektového týmu School for Transformative Leadership a lektorkou kurzů zaměřených na aplikované divadlo. Je zakladatelkou společnosti Re:Life, kde působí též jako lektor a psycholog. Re:Life nabízí poradenské a psychoterapeutické služby lidem, kteří pociťují zahlcení světem technologií a internetu, vede klienty k vědomému a odpovědnému užívání technologií a podílí se na celosvětové podpoře jejich zdravého užívání. Zajímá ji dramaterapie a další umělecké terapie. Je frekventantkou daseinsanalytického psychoterapeutického výcviku a absolventkou výcviku expresivních přístupů při práci se skupinou.

Doc. Enzo Assenza, MPA (Harvard), DPhil (Oxon) (nar. 1968)

E. Assenza je transdisciplinární vysokoškolský pedagog a inovátor. Magisterský titul obhájil na Harvardské univerzitě, doktorát absolvoval na Oxfordské univerzitě a docenturu získal na VŠE. Vyučoval na řadě prestižních universit, např. Friedrich-Schiller-Universität Jena či Instituto de Empresa Madrid. Založil inkubátor společensky přínosných projektů Institutions for the Future, s.r.o. Ve volném čase vede iniciativu s názvem *nextRenaissance*, jejímž cílem je přispívat ke vzniku nového vzdělávacího systému, odpovídajícího nárokům 21. století. Tématem závislostí na ICT se dlouhodobě zabývá ve svém transdisciplinárním výzkumu i v osobním životě.

Redigovaný rozhovor Mgr. et MgA. Lucie Essenza

2.6.2017, Praha PVŠPS

***

V: Můžete něco říci o psychologicko-poradenském institutu Re:Life, který zakládáte, a který je zaměřený na problematiku nadužívání digitálních technologií?

Jsme psychologicko-poradenský institut zaměřený na problematiku nadužívání digitálních technologií. Poskytujeme psychologické a psychoterapeutické poradenství, kurzy a semináře pro veřejnost, školy, rodiče i jejich děti. Institut jsme založily v roce 2016 jako jediný specializovaný institut v Evropě. Chceme, aby byly technologie vnímány jako dobrý sluha, ale špatný pán. Naším cílem je vzdělávat děti i dospělé ve zdravém a odpovědném užívání digitálních technologií.

Jedním z problémů, s nimiž se potýkáme, je, že nejsou dlouhodobé zkušenosti z praxe, jako je tomu u léčby látkových závislostí. **Specifický terapeutický program pro ICT ještě neexistuje. My bychom ho rádi vytvořili**. Hledáme v literatuře a vycházíme z vlastních zkušeností, kombinujeme tedy přístupy, k nimž máme samy vzdělání a které známe z praxe. Dalším tématem je, že se málo se píše o tom, co dělají technologie s tzv. zdravou společností, s mladými lidmi, s těmi, kteří jsou zaměstnaní a jsou pod tlakem digitálního stresu. Schází publikace a výzkumy z oblasti, kde se nepracuje přímo se závislostí v klinickém slova smyslu, ale s problematickým užíváním, kterým trpí troufnu si říct většina lidí.

Proto u nás nezmiňujeme primárně závislost na ICT a chceme se více zaměřovat na tzv. zdravou společnost, o které já si myslím, že zdravá není, už jenom tím, že určitý stupeň **závislosti na technologiích prokazují téměř**

všichni, pokud nežijí někde v lese. Ostatní jsou pod neustálým tlakem zpráv, e-mailů, SMS a potřebou vše neustále aktualizovat, poněvadž pokud to člověk neudělá, tak se bude pozadu apod. Zaujalo mě slovíčko „nesprávné“ užívání ICT. To je otázka, kterou se málo kdo zabývá. Vědci se snaží vymezit, co je a co není patologické, ale málokdo si uvědomuje, že to, co ještě není patologické, nemusí být zdravé.

Chceme pracovat i s populací, která ještě tzv. závislá není. Velice důležité je, jak to komunikovat veřejnosti, aby lidé pomoc vyhledali, ale zároveň se necítili ohroženi tím, že budou označeni jako nemocní. To je tenký led, na kterém se nyní pohybujeme. Protože jsme psychologové, ale zároveň to chceme komunikovat tak, že je to problém, ale že to není nemoc. Že se to stalo součástí našich životů jako například stres, se kterým již dokážeme pomoci. **A tomu stresu říkáme digitální**.

A nemyslíme tím pouze to, že je člověk pod tlakem e-mailů apod., ale pod pojem digitální stres zahrnujeme rovněž vlivy na tělesný zdravotní stav, na psychický stav, ale i na jeho životní směřování, prožitek životního smyslu atd.

Když člověk nadužívá alkohol nebo bere drogy, tak ví, že něco dělá špatně, často si to sice nepřiznává, říká si „já sice piju, ale nejsem alkoholik“. Ale užívání technologií se většinou nepovažuje za něco špatného, naopak je vnímáno jako znak pokroku a úspěchu. A navíc jsou technologie všude, dá se jim těžko vyhnout. V léčbě se nedá využívat možnosti naprosté abstinence, protože technologie dnes člověk k životu potřebuje a byl by výrazně znevýhodněn, zejména v práci.

V: Jak tedy vnímáte srovnání alkoholika a uživatele technologií a jejich vnímání náhledu na to, co se s nimi děje a jak na ně technologie působí?

Technologiemi ovlivněný člověk si často neuvědomuje, že to může být tak špatné a hlavně si neuvědomuje, jaké to může mít dopady. Alkoholik zná případy kolem sebe. Ví, že když bude hodně pít, tak umře, nebo se propije do alkoholové demence, nebo může skončit na ulici apod. Zatímco člověk, který nadměrně užívá technologie, možná ví, že to je špatně, že to na něj nějak špatně působí, ale nemá vědomí o tom, jaký by to mohlo mít dopad, jako hluboké a rozsáhlé mohou být následky. Například dopad na jejich imunitu, na změnu myšlení a citění, na postupný rozklad sociálních vztahů, to si lidé většinou nepřipouští. Neví, jaký to může mít dopad na jejich děti. Jako by si alkoholik říkal, já sice piju, ale ono to všechno skončí dobře.

To je dané tím, že celkový a dlouhodobý vliv technologie na člověka není dostatečně prozkoumaný, a že je to obecně přijímané jako něco pozitivního. O drogách a alkoholu se ví, že škodí. Sice je hodně lidí užívá, někdo méně, někdo více, ale nějak se již obecně ví o negativních účincích. **Toto povědomí o technologiích téměř schází**. Naopak je veliká lobby za to, jak pozitivní je technologický pokrok, jaké nám to všem přináší obrovské výhody. Jak to rozvíjí mozek dětí, jak nám to umožňuje mít rozhled a být neustále ve spojení, jak nám to rozšiřuje zkušenosti a vědomí a všemožné další přesahy. **A jelikož je to sycené množstvím peněz a marketingem, tak se o tomto mluví. Ale jaké to má negativní dopady, o tom se moc neví, protože to nikdo (finančně ani marketingově) nepodporuje.** Takže se k tomu lidé dostanou až ve chvíli, kdy jsou na tom již špatně a projevuje se to patologicky, ale poté se již nedostanou k nám do psychologických poraden, na to je již příliš pozdě. Naším cílem je tedy prevence, podchytit to tam, kde to takto daleko ještě není a něco s tím udělat.

Řada lidí si samozřejmě uvědomuje, že se něco děje, že je něco špatně, že jsou tím zavalení, že je to stresuje, ale zároveň jsou pod tlakem toho, že je to vlastně v pořádku, společensky kladně vnímané, finančně dobře ohodnocené apod. Je tam rozpor, že z toho nemůžou ven. Museli by například opustit práci nebo si najit nové přátele. **Odpojení je pro ně nemožné, aniž by změnili svůj život**.

A to hovořím o dospělých, kteří svůj život měnit mohou. **Vůbec nemluvím o dětech, které jsou do toho vržené a které často nemají možnost náhledu**. Protože jsou do toho vržené ve škole, kde se vše také digitalizuje, jsou do toho vržené mezi kamarády, protože kdo nemá chytrý telefon, je „out“, jsou do toho vržené doma, protože téměř každá domácnost má četný počet obrazovek. **Takže dítě vlastně možnost volby nemá** (*ozve se pláč dítěte respondentky*).

Potíž je také v tom, že pokud u dospělých uvědomění rizik je, většinou již nenásledují činy, které by něco změnily. Existuje mnoho firem, které přicházejí se stále novými a novými technologickými inovacemi se záměrem lidem pomoci. Například nyní se vyvíjí oční čočky proti zatížení a únavě očí, způsobené koukáním do monitoru. Nebo se vyrábí různé chrániče na displej, nebo existuje flight mód mobilu, který slibuje, že mobil nevysílá ani nepřijímá signál a lze s ním spát v noci a mít ho u hlavy. Objevují se aplikace, které vám řeknou, kolik času jste na zařízení strávili a pomáhají vám usměrnit čas na zařízení strávený. Z toho lze odvodit, že se někteří lidé chtějí chránit, protože vědí o části negativních dopadů, ale je velice těžké s tím udělat něco více než jen nainstalovat další aplikace a technické vymoženosti. Mnohem těžší je se totiž chránit vědomě. Vždy doporučuju si před tím, než se podívám do obrazovky, položit otázku „Proč?“. Abych to udělala za jasným účelem a s vědomím, že chci a potřebuji. Ne proto, že se zrovna nudím, jsem ve stresu nebo si jen tak potřebuji zkontrolovat maily. Zdravé je též určit si off-line dny, anebo alespoň části dni, kdy budu bez digitálních zařízení.

Naším původním plánem bylo dostat se mezi dospělé lidi, protože s tím něco mohou dělat. **Pak jsme však zjistili, že dospělí s tím nic dělat nechtějí. Většina z nich však slyší na to, že chtějí ochránit svoje děti.** To je náš nový směr. **Nehovoříme primárně k dospělým o tom, že mají nějaký problém, ale pomáháme jim v tom, jak mohou ochránit svoje děti**. A oni si často uvědomí, že přece jen musí začít napřed u sebe, že to bez toho nepůjde. Protože ať chtějí nebo ne, tak jsou pro svoje děti vzorem a děti jsou takové malé kopírky. Proto máme u nás v Re:Life institutu mezi strategickými směry i prevenci ve školách.

Naším cílem je dostat se i do organizací, kde jsou lidé pod velkým tlakem a snažit se s managementem komunikovat o tom, jak zaměstnance technologiemi nepřetěžovat. Ale to je zatím trochu fata morgana, protože firmy po zaměstnancích chtějí, aby byli přetížení a stále se vymýšlí nové formy digitalizace, umělé inteligence, robotizace atd.

V: A jaké jsou konkrétní zkušenosti s vašimi klienty?

Do léčby v našem institutu jsou klienti většinou motivováni někým dalším. Partnery, kteří říkají: už to s tebou nejde, rodiči, kteří hrozí: půjdeš z domu. Ale postižený sám s tím většinou nechce alespoň z počátku nic dělat.

Pracujeme s tím, že je nadměrné užívání technologií symptomem něčeho dalšího. Na pozadí jsou často poškozené vztahy, stresové události, poškozené Já. Něco, co člověka stresově natolik ovlivňuje, že do přílišného užívání technologií sklouzává. Funguje to i obráceně, že je člověk již zapředen do virtuálního světa a tím pádem se objevují důsledky jako poškození vztahů atd. Většinou je to začarovaný kruh. My se snažíme rozplétat, co je na pozadí a zároveň řešit symptomy, to, co je důsledkem nezdravého užívání.

Například jeden klient projevoval známky závislosti, avšak bylo to s ním jako na houpačce. Jednou přišel s tím, že je vše v pořádku, byl s někým na kafi, byl venku, začal běhat a podobně a za dva týdny řekl, že v tom opět jede. V terapii jsme se dostali až k tématu k domácího násilí mezi rodiči, které se symptomaticky začalo projevovat tak, že ho nebavila škola a čím dál více se uzavíral do virtuálního světa. Pracovali jsme následně i s rodiči a uspořádali několik rodinných sezení.

V: V kolika letech klient s počítačem začal?

V době, kdy k nám přišel, mu bylo 22 let, do světa techniky se již narodil, ale domnívám se, že tak do 10 let měl dětství bez výrazného vlivu počítače. Kolem 12 let začaly problémy v rodině. A on začal hrát počítačové hry. Chodil do terapie téměř rok, a celý rok provázaly výkyvy nálad, zlepšení střídalo zhoršení. Ptala jsem se ho, co by bylo jeho snem, co by chtěl dělat o víkendu. Kdyby si mohl vymyslet úplně cokoli mimo počítače. A on se dlouze zamyslel a řekl: “Vy mě asi budete považovat za úplného blázna, já vím, je to takové staromódní, **ale já bych si hrozně přál jet s někým na výlet**.“ Zeptala jsem se ho, co je na tom bláznivého, že jezdím na výlety úplně běžně. „No, já když to řeknu svým kamarádům, tak si poklepou na čelo, jako proč?“, odvětil klient. Ptala jsem se ho dále, proč by to mělo být divné. A klient mi odpověděl, že nemá žádné reálné kamarády. A když by to řekl někomu na síti, tak by to bylo divné, protože se neznají natolik, aby spolu vyrazili ven. Co by si povídali? Fyzický

kontakt nebo přímý rozhovor je pro ně zbytečný, stresující nebo obtěžující. **Takže to nebylo o tom, že by s ním reální kamarádi nejeli, ale že on reálné kamarády nemá a těm na síti to přijde jako úlet**.

V: V kontextu toho, co bylo před chvilkou řečeno prof. Hogenovou o tom, že to podstatné člověk může nalézt pouze prostřednictvím rozhovoru, tak on možná toužil po takovémto rozhovoru na výletě, v přírodě, ale neměl, s kým by ho uskutečnil.

Měl kolem sebe reálné lidi, rodinu, sice dysfunkční, ale přece, také spolužáky, ale nedokázal to do té reality přenést, uskutečnit to. Byli pro něj málo blízcí. Mohl s nimi mluvit, ale neuměl to. Byl to typický případ introverta s nízkým sebevědomím, kteří poměrně často **sklouzávají k počítačům, protože se tam za něco mohou schovat**. Nemusí se tam, ve smyslu rozhovoru s prof. Hogenovou, obnažovat, riskovat, že se ztrapní. On měl strach, že se ztrapní. Každý týden chodil ke kadeřníkovi, dobře se oblékal, byl velice slušný, ale stále si držel hranice, bál se, abych se mu nevysmála, aby neudělal něco nemístného.

Řada odborníků upozorňuje na to, **že právě tady mohou být počítače pomocníky**, aby tito lidé mohli alespoň nějak komunikovat. Já si myslím, že pokud už to tak klienti dělají, může to být začátek, ale že je potom stejně potřeba udělat ten krok mezi reálné lidi.

Například jsem nyní ve Stromovce byla svědkem události, o které nevím, co si mám myslet. Najednou se tam začali valit lidé, kteří měli barevné vlasy a kostýmové masky a bylo jich 200, 300, 400 a tak mi to nedalo a šla jsem se jich zeptat, co to je. A oni říkají, že to asi neznám, ale že je to japonská počítačová hra založená na japonských komiksech, kterou oni hrají a díky ní spolu komunikují, a že se jednou za čas takto potkají a udělají si party.

Je to tedy takový přesun divadla a virtuality do reality, kde se stírají hranice mezi tím, co je virtuální a co již ne a kdy si člověk hraje s hranou, kde se to překlápí. A to je pro ně možná vzrušující, potkat se, ale pak se zase rychle vrátit do své skořápky.

V: Ale i když se potkají v reálném světě, tak se potkají v maskách a v rolích postav z počítačové hry.

Oni se asi nebaví mezi sebou jen v roli za tu určitou postavičku, ale i za sebe. Nakolik mají například tu počítačovou postavu zvnitřnělou, nakolik se jí skutečně stávají a nakolik ne. Přijde mi to jako zajímavý fenomén. Byli to teenageři v náročném věku, kdy se bojí vystoupit sami za sebe, cítí se zranitelní. Další otázka pak je, jak z toho vystoupit a nebudovat falešnou identitu.

Poznánka výzkumníka: Do pokračujícího rozhovoru s Mgr. et MgA. Lucií Essenza se přidává doc. Assenza. Rozhovor probíhá pro respondenta v jiném než rodném jazyce.

***

Redigovaný rozhovor, Doc. Enzo Assenza, MPA, DPhil a Mgr. et MgA. Lucie Essenza

2.6.2017, Praha PVŠPS

EA: Mám kolegu, který je na internetu stále. Dělá zajímavé projekty, informuje se, komunikuje, do e-mailů dává ty nejhlubší myšlenky, filosofuje. A přitom je svým způsobem na hranici bláznovství. A nejen on. Hodně se například dívám na zprávy, myslím, že nadměrně, ale to může být chápáno jako správné využití. Informuji se o světě. Na PC nedělám zbytečnosti. **Negativní efekty se mohou vyskytnout i když digitální stroje používáme správně, třeba na práci, na bankovnictví nebo na nákupy. Efekty se dostavují v každém případě.** Je iluze si myslet, že dáme například dětem kompetence ohledně médií a technologií a možná jim nainstalujeme program pro zabránění nevhodného obsahu na internetu, a pak je vše v pohodě. Není to v pohodě. **Jakmile je toho užívání moc, začne to škodit**. Co je moc a co je málo je individuální. Je to podobné jako u cigarety, člověk nikdy

neví, kdy přesně mu způsobí například rakovinu. Nelze tedy říci, že je cigareta zdravá, protože kuřák dosud neonemocněl. I ta první cigareta může byt škodlivá.

V: Shrnutí řečeného: když začneme technologie používat, tak je to tak jako tak škodlivé. Otázka je, zda a jak rychle se to u koho projeví, a další otázka je, s jakým vědomím to člověk používá. Doc. Assenza říká, že vědění a mediální kompetence nestačí, že i když s tímto vědomím k tomu člověk přistoupí, tak i přesto to pro něj může být nebezpečné. Jako se nedá říci o kouření, že je zdravé, i kdybych kouřil jen jednou za rok. Takto jsem pochopil tu myšlenku.

LE: To máš pravdu, to jsem si ještě nepojmenovala. **Vědomí toho, že je to škodlivé, je první krok**. Další krok, jak z toho ven, je však mnohem obtížnejší.

EA: Vědomí nestačí. Například já toto vědomí mám, nicméně zůstávám v kategorii nadužívání.

LE: Podle mě důležité je již to semínko vědomí, že to může mít vážné negativní důsledky, protože ani to dnes většina dětí ani dospělých nemá. Je rozdíl přistupovat k počítači s tím, že pro sebe dělám to nejlepší, a že čím více času na něm strávím, tím více budu in, budu připravenější pro práci a budu „smart“, nebo přistupovat k tomu s vědomím, že mi to může uškodit a že bych měl být obezřetný. Ale to je opravdu pouze první krok.

V: Takže první krok je edukace, která by vedla k uvědomění si negativních důsledků?

LE: Ano. A jestli s tím potom něco uděláš nebo ne, to je už jiná věc.

EA: Učinit změnu je mnohem těžší než to uvědomění. Aktuálně ani nejsme, jako individuality a jako společnost, u toho uvědomění. Nejsme ještě ani u prvního kroku.

V: Mnoho lidí tvrdí, že musí být neustále připojeni, aby mohli dělat svou práci. Že když nedáme dětem digitální stroje, nebudou připravené na život a na své povolání.

LE: V té edukaci je důležité říkat lidem, ano máte to těžké, vím, jak je těžké něco měnit, ale buďte u toho vědomí. Člověk když chce a ví, že je to špatně, tak může něco dělat, i když třeba jen malinko. Málokdo se odstěhuje do pralesa, kde nebude žádný signál. Ale již drobnosti, jako že jedí společně a nekoukají do obrazovek, nebo že nemají mobil při spánku u hlavy, nebo že si každý den vyhradí čas offline.

Lidé jsou zmatení, protože dnes i množství počítačových firem říká, není to úplně zdravé, ale má to spoustu výhod. A řeknou si, ale ono to nebude tak špatné, vždyť to používají všichni. Takže je to norma a jakmile je to norma, tak je to v pořádku. Pomalé změny člověk těžko pozná. Technologie nepůsobí hned dramatické škody, jejich působnost je mnohem subtilnější. Hlavní působení je na nevědomé úrovni, kam člověk běžně nemá přístup.

V: Tento proces se nyní děje třeba i u marihuany a u drog.

LE: Myslím, že drogy jdou již trochu stranou. Byli jsme pozváni na setkání pražských metodiků prevence, kteří dělali výzkum na školách, co je nejvíce trápí a zjistili, že 80% problémů je spojeno s užíváním digitálních technologií. Jednalo se zejména o kyberšikanu, zneužívání po internetu, internetové podvody a další kyber problémy. Jen v 15% šlo o drogy a 5% tvořila ostatní témata jako mentální anorexie apod. To bylo překvapivé, protože čekali, že to bude marihuana nebo pervitin, šikana apod. A ona je to kyberšikana a věci spojené s rizikovým používáním internetu. Takže je zmapovaná potřeba s tím začít něco dělat. Proto tomu vycházíme vstříc s primární prevencí. To je asi nejpřímější způsob, jak dostat povědomí o rizicích spojených s nezdravým užíváním technologií do škol.

EA: Jako syn anthroposofických rodičů jsem vyrůstal více méně bez technologií a médií, ale přesto již náš ročník (1968) měl veliký zájem o technologie. Jakmile jsme například na ulici našli vyhozenou televizi, tak jsme ji vzali domů a zkusili ji zprovoznit a ono se nám to podařilo. Takže nakonec byl u tatínka v atelieru televizor a moje maminka byla nešťastná, ale my děti jsme byly nadšené a nahoře u tatínka jsme se dívali. Až jednoho dne

maminka přišla, vzala kladivo a všechny knoflíky, které přečnívaly ven, urazila a televizor byl nefunkční. Takže zájem byl již tenkrát. S každou novou generací, kterou popisuje např. doc. Petr Sak, se tento zájem a celková míra propojenosti člověka se stroji stupňuje**. I generace naší dcery** *(přítomna jako nemluvně v místnosti)* **do toho vstoupí s velikým zájmem. Působnost technologií je velké téma pro lidstvo.** Naše děti se s tím, jako obrovským novým trendem, budou zabývat, a buďto do toho spadnou, nebo se pokusí situaci proměnít.

Dále bych chtěl říct, že jsem s počítačem začínal, když mi bylo 19 let. Můj první počítač se nazýval Atari. Od té doby jsem se sám učil počítače ovládat. **Pro práci s počítačem nepotřebuješ kurzy ani propagaci, je to věc, kterou se děti učí používat samy**. Rychle jsem se stal počítačovým expertem, nejprve na DOS, poté na Windows, instaloval jsem PC v době kdy to bylo docela komplikované. Dodnes tyto věci umím, mám k tomu blízko.

Třetí věc je z dob mého studia na Harvardu, kde jsem studoval Kennedy School of Government. Tam jsem měl v rámci svého studijního programu možnost navštěvovat kurzy na všech fakultách. Mimo jiné jsem si zvolil kurz s profesorem Ronaldem Slabyem, který byl jedním z prvních, kdo na nejvyšší úrovni poukazoval na to, že může být televize škodlivá. **Již tenkrát, v roce 1993, bylo už více než 1000 studií, které poukazovaly na to, že když se člověk dívá v televizi na mnoho násilných pořadů, zvyšuje se pravděpodobnost, že se divák sám stane násilníkem**. Tyto studie se daly dohromady v rámci tak zvaných metastudií. Statisticky se evaluovalo, zda je ten efekt prokazatelný či nikoli, zda má virtuální násilí v TV dopad na realitu. Nejznamější efekt je tzv. **aggressor effect** – čím více násilí člověk vidí, tím stoupá pravděpodobnost vlastního násilného chování.

Zjistilo se, že tento agressor effect není jen jediným efektem. Je ještě mnoho dalších, které jsou minimálně stejně důležité. Jedna se například o:

Victim effect - čím více se lidé dívají na násilné věci, tím více se cítí jako oběť a začínají se bát. Součástí victim effectu je tak zvaný ***Mean world syndrome*** – fenomén, podle něhož obsah médií, který souvisí s násilím, nutí diváky věřit, že svět je nebezpečnější a je v něm více násilí než ve skutečnosti. Lidé si kupují více zámků, hlídacích agresivních psů, investují do pojištění. Je tím ovlivněno myšlení, cítění i chování.

De-sensitization effect – aby byla u lidí vybuzena stejná emociální reakce, je nutné zvyšovat podnět. Násilí se musí stupňovat. Původně například u Alfreda Hitchcocka divák neviděl, jak se nůž noří do těla. Dnes je normální vše explicitně ukazovat, aby bylo dosaženo stejného efektu. Dokázalo se i to, že trénink lidí, aby byli schopni mučení, což se prokázalo v mnoha zemích světa, je podobný tréninku, který probíhá v obývácích a dětských pokojích při sledování televize. Je při tom za potřebí ovlivnit myšlení, změnit hodnoty, odpojit rodinné vazby a přátelství, a hlavně otupit citovou oblast, např. schopnost soucitu a empatie. V naší době je problémem nejen televizor, je to rozšířeno na mnoho dalších nástrojů jako jsou chytré telefony, tablety a počítače. Způsob, jak přimět lidi, aby byli někoho schopni mučit, je velice podobný tomu, co se děje v jemnější formě v médiích.

Education effect – co nás média učí? Například děti se učí to, že je spravedlivé používat násilí. Protože filmoví hrdinové reprezentovaní například Schwarzeneggerem, Clintem Eastwoodem, Bruce Willisem, nebo jinými moderními hrdiny, jsou většinou násilníci.

V dané době (devadesátá léta) se diskutovalo hlavně o tom, jaký má daný obsah vliv. To znamená například násilí, pornografie, konzum apod. Zjistilo se, že každý obsah má vliv na myšlení, cítění a chování. Ale **neřešily se strukturální efekty médií, které nejsou závislé na obsahu**. A to je velice důležité téma. Řešit nejen to, na co se například děti dívají, ale i to, že už i samotné užívání má vliv, nehledě na to, co je na obrazovce. Například to, že když děti čtou, tak si musí obraz příběhu vytvořit vnitřně sami, rozvíjejí tím svoji fantazii a tvořivost. Když se děti dívají na televizi, obraz je již hotový, děti jsou vice pasivní. Tento efekt se dostavuje nezávisle na tom, na co se díváme, jestli jde o násilí, porno nebo vynikající dokumentární film. Je důležité zaměřit se ve výzkumu na oba efekty. Nechci říct, že obsah není důležitý, je samozřejmě velice důležitý. To, že je obsah v TV i na internetu a v dalších médiích 95% divoká směs nesmyslů, polopravd, lží a manipulace, včetně všech stupňů hnusu, je fakt. Kvalitní obsah byl a stále je výjimkou.

V devadesátých letech byla televize v Americe stále hlavním médiem. Průměrný čas očního kontaktu s televizí byl tehdy u průměrného Američana více než 4 hodiny denně. Televize každý den zapnutá v průměru 7 hodin. Již v té době byly otázky kolem vlivu televizních médií. Nyní si musíme uvědomit, že od této doby se stala ohromná věc, a sice to, že zdroje způsobující tyto efekty se rozmnožily a pravděpodobně se budou i nadále rozmnožovat. Celkový čas, kdy koukáme do obrazovek, je dnes v průměru mnohem více než 4 hodiny denně. Navíc mají děti přístup k pornografii a neskutečné brutalitě, která je stále více interaktivní.

Je nutné pochopit, že každá studie, která se dívá pouze na jeden zdroj, jako například smartphone, počítač nebo TV, je zúžená. Taktéž, že každá studie, která měří pouze krátkodobé efekty, nemůže poskytnout spravný obraz o celkových efektech**. Musíme brát v úvahu, že technologií je mnoho, a že relevantní jsou především agregátní, dlouhodobé efekty.**

Také je důležité nedívat se pouze na digitální technologie. To je již opět zúžené, protože žijeme ve světě, který je technologizován ve všech oblastech, i mimo digitální technologie. Proto je potřeba zkoumat agregátní a dlouhodobý efekt veškerých technologii na člověká v kontextu pokračující technologizace světa.

Je například důležité zkoumat, co se děje v medicíně. Že se vyměňují orgány, že se klonuje, že se dávají implantáty, že se dělají pokusy se změněnými stavy vědomí atd. Tyto trendy, které přibývájí, jsou širším kontextem pro vaši diplomovou práci. Každá specializovaná práce by měla mít nějakou část zabývající se celkovým pohledem (big picture) a souvislostmi. Je třeba zmínit, že není možné v jedné práci vše obsáhnout, ale celkový pohled musí zaznít. **Bez technologizace civilizace ve všech oblastech by digitální problémy byly o něco menší než v tomto širším kontextu**.

Druhá důležitá věc je, že **vědecky se některé efekty a širší souvislosti z mnoha důvodů špatně prokazují**. První důvod je, že **většina těchto efektů je dlouhodobá**. To, že se dítě podívá na nějaký film, byť problematický, nemusí být ještě zásadní problém. Problém spočívá v dlouhodobosti. Jelikož jsou však dlouhodobé studie vzácné, je tyto efekty obtížné uchopit. Je třeba v průběhu mnoha let sledovat stejné lidi a mít k nim kontrolní skupinu lidí, kteří technologie nepoužívají a pak je možné je porovnat. A to vlastně dnes již skoro ani není možné, protože takovou kontrolní skupinu lze těžko nalézt a také proto, že takovýto dlouhodobý výzkum je velice náročný a drahý. Nejsou na to peníze, lidé to nechtějí dělat, protože se o tom nedá rychle něco vědecky publikovat, zkrátka **je proti struktuře dnešního vedeckého světa dlouhodobé efekty vůbec zkoumat. Není možné si dělat iluze o tom, že se tento problém dá plně vědecky uchopit. Vědecký svět bude pravdepodobně ten poslední, který se k tomu do hloubky dostane. A to hlavně kvůli tomu, jak je organizován a financován, což mu znemožňuje tento fenomén v celé své šíři a hloubce pochopit.**

Tolik k longitudálním studiím, které schází. Mnoho krátkodobých studií nic podstatnějšího nezjistí. Když chce někdo dnes udělat vědeckou kariéru, tak především tak, že udělá krátkodobé studie, které nejdou do hloubky, přehlížejí spoustu věcí atd. To, co je snadno měřitelné je měřeno, vše ostatní je považováno za spekulaci. **Je proti struktuře dnešního vědeckého světa dlouhodobé efekty vůbec zkoumat. Není možné si dělat iluze o tom, že se tento problém dá plně vědecky uchopit. Vědecký svět bude pravděpodobně ten poslední, který se k těmto poznatkům do hloubky dostane. A to zejména kvůli tomu, jak je organizován a financován, což mu znemožňuje tento fenomén v celé své šíři a hloubce pochopit**. **Nejsem tedy optimistický, že by věda, tak jak dnes funguje, mohla v záležitosti pochopení celkového, dlouhodobého vlivu technologie na člověka a společnost nějak výrazněji pomoci**. A mám v tomto bodu rozpor s prof. Manfredem Spitzerem, který si myslí, že se v podstatě veškeré efekty dají v celém rozsahu vědecky zjistit.

A nyní chci ještě něco říci k institutu (Re:Life). Je výborný a je třeba mu pomoci. Za prvé tím, že doplníme **transdisciplinární pohled**, protože pouze psychoterapie, která je velice důležitá, sama o sobě již v dnešní situaci nestačí. Druhá věc je, **aby lidé, kteří s nezdravým užíváním technologií mají osobní zkušenost, se svými poznatky vystoupili.** Je třeba, aby lidé, kteří sami byli nebo jsou závislí, ale z tohoto začarovaného kruhu vystoupili a uvědomili si to, o tom hovořili. Je to podobné, jako když při terapii látkových závislostí vystupují

bývalí drogově závislí, kteří o tom mohou přesvědčivě hovořit. Ku příkladu já bych mohl hovořit o tom, co se se mnou děje, když jsem celé dny a noci na počítači, protože tuto zkušenost mám.

V: Takže nejen publikovat případové studie vzešlé z okruhu terapeutů, ale doplnit je i o osobní výpovědi postižených technologiemi.

EA: Doporučuji, aby Re:Life institut zapojil takové lidi, jako jsem ty i já, protože jsme také součástí tohoto problému.

V: Shrnutí myšlenky strukturálního efektu: **technologie jsou tedy problematické samy o sobě nezávisle na obsahu, nezávisle na činnosti, kterou provádíme, nezávisle na tom, jakou technologii aktuálně používáme – nějakým způsobem jsme ovlivněni v každém případě. Pokud je navíc obsah problematický, zvýší se škodlivost.**

Můžeš ještě krom zmiňované obrazotvornosti uvést i jiné příklady?

EA: Lze to srovnat do strukturovaného přehledu, například dopady na tělo, emoce, myšlení, pozornost, paměť, vztahy, atd. Stačí k tomu vzít podklady od Spitzera a dalších. Nebo dle statistiky průměrného času tráveného s technologiemi odvodit, na co všechno ze zřejmých důvodů nezůstává čas.

Poznámka výzkumníka: Ukončení rozhovoru příchodem studenta. Opouštíme učebnu.

Příloha č.3 - PhDr. Anežka Janátová (nar. 1945), psycholog a pedagog

Narozena 1945 v Táboře. Vystudovala Fakultu sociálních věd a publicistiky Univerzity Karlovy a obhájila doktorát v oboru psychologie práce na Filosofické fakultě UK. Po získání doktorátu v oboru pracovala několik let jako výzkumný pracovník, poté působila jako psycholožka v pedagogicko-psychologické poradně a v Jedličkově ústavu v Praze, kde byla tři roky také ředitelkou. V roce 1992 založila Spolek pro léčebnou pedagogiku, sociální a uměleckou terapii v ČR – od roku 2017 přejmenován na Asociace pro léčebnou pedagogiku, sociální a uměleckou terapii v ČR, kde je dodnes předsedkyní. V roce 1993 vytvořila koncepci Ateliéru léčebné pedagogiky a sociální terapie při Institutu pedagogiky volného času (soukromá, státem uznaná škola) a vedla jej do roku 1997, kdy založila Akademii sociálního umění TABOR. V roce 1993 iniciovala vznik Nadace Tábor a Sociálně terapeutického centra Tábor v Nové Vsi nad Popelkou, jehož součástí je i biologicko-dynamické zemědělství. Je konzultantkou několika chráněných dílen a spolupracuje s waldorfskými školami v ČR. Je předsedkyní Anthroposofické společnosti v ČR. V Akademii TABOR vede obor Nauka o Psyché a Logu, poradenskou činnost a vyučuje zejména následující témata: Člověk jako tvůrce vlastního osudu; Prostor a čas - dimenze lidské existence; Sociální handicap; Logoterapie; Dramaterapie; Biografická práce.

Redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

5.6.2017, Akademie sociálního umění TABOR, Praha

Poznámka výzkumníka: *Pro zvýšení přehlednosti jsou tučným písmem označena důležitá místa.*

***

Jakmile je člověk ovlivněn binárním systémem, binární soustavou**, zploští se jeho myšlení** a pak už není schopno třetího rozměru, je to tzv. placaté myšlení. Člověk ztrácí schopnost prostorově myslet, prostorově vnímat. Binární soustava je falešná, protože člověk nemyslí v binární soustavě; vždycky je to trojice, to jest ten třetí - Neznámý. Bez trojice to nejde. Na dva (binární systém) může fungovat pouze polka, nic jiného. Binární soustava je jako popelářské nebo policejní světýlko: svítí-nesvítí, svítí-nesvítí, nesvítí-svítí, nesvítí-svítí. **Protože první, co napadá, ohrožuje a otupuje toto svítí-nesvítí, je vůle**.

Vždy začínám u této binární soustavy. Je možné začít od toho, že myšlení je mnoharozměrné. Tři jsem uvedla pouze jako první stupeň, začátek. Člověk musí být schopen věci nahlédnout z mnoha úhlů a z mnoha lidských pohledů. Je v základu **12 světových názorů**, ale ty se mohou ještě vzájemně kombinovat, takže můžeme mít 24 světových názorů a více. Ze všeho člověk něco má, když je celistvým člověkem. Když není člověkem redukovaným na svítí-nesvítí.

Pomoci může umění, nic jiného. Skutečné, nikoli upadlé umění. Jde o to učit **se vnímat barvy**. **Vyjmenovávat barvy**,které člověk vidí, když se dívá na strom . A nejen vyjmenovat**, nakreslit je**. Nakreslit pomocí barevných skvrn (mokrou akvarelovou technikou) vlastní skutečný živý strom, jak jej vnímáme smysly. Nejde nyní o umění ve smyslu, jak si ho lidé často představují. Jde o to zkoušet namalovat barevnými skvrnami plynoucí řeku v jejích nejrůznějších zákoutích, v nejrůznějších podobách, ve stínech, ve všech hrách světla, toto všechno musíme vidět, protože dnes již to není samozřejmé. Člověk vidí placatý svět. Jedině umění pomůže. Když se lidé naučí **zpívat**, naučí se **slyšet tóny**, **opakovat tóny**, **vnímat** tóny, vnímat zákonitosti hudby, dokázat rozlišit hudební nástroje v orchestru, když celý orchestr hraje. Můžeme vyjít do přírody a vyprávět si o tom, co všechno je **slyšet**, kolik ptáků ráno zpívá; není ani třeba znát je všechny jménem, ale je možné snažit se ten zpěv napodobit.

Zaposlouchat se do toho, co vyprávějí ptáci, čemu je to podobné. Co povídá kočka, co povídá kocour, co si vypráví psi, když na sebe štěkají.

Člověk si může jako dirigent vytáhnout jednotlivé nástroje a slyší je všechny individuálně a slyší i celek; stejně je možné si vytáhnout jednotlivý hlas z celého mohutného sboru, slyšíš jej, ale slyšíš zároveň i celek. A stejné je to s barvami a se vším ostatním, **člověk je zkrátka univerzální bytost, člověk není zredukovaný na dva rozměry** jako binární soustava.

Toto všechno jsou věci, kdy člověk musí začít skrze umění **probouzet pravou fantazii**. Ne fantas-magorii, ale fantazii. Musí se **dostat do uměleckého rozměru**. Jakmile se do něj dostane, jakmile začne třeba tančit, malovat, zpívat, hledat tóny, tak je z nejhoršího venku**.** Celé je to otázka **péče o smyly,** ale kde to dnes najdeme?

Proto je důležité začít u umění. A dále si myslím, že je důležitý humor. Podívejme se, jak se prosadil Jára (da) Cimrman jako největší Čech. S těmi, kteří se nechtějí změnit, je to velice náročné, **myslela jsem, že to snad ani nepůjde jinak než vypnout elektřinu. A jde, humorem**.

Lidstvo musí projít nulovým bodem, aby se mohlo vzkřísit. Ale je důležité, aby alespoň pár lidí vědělo, aha, teď procházíme nulovým bodem. **Čili celá výchova se musí změnit.** Musíme konečně vědomě uchopit, že **výchova dítěte začíná dávno před početím výchovou rodičů**. Aby vůbec věděli, co se děje, když k nim dítě přichází. Aby věděli, odkud dítě přichází. Aby si nemysleli, že si ho UDĚLALI. Vždyť to je úplně absurdní myšlenka, že si udělám dítě. Dítě si nemůžu udělat, můžu si vytvořit hrnek, talíř, můžu si ušít hezké šaty, ale dítě ne. **Dítě opravdu přichází jako host z duchovního světa.**

Aby opravdu (člověk) nebyl nášlapnou minou, aby byl opravdu lidským a ne umělým člověkem, to je základ. A začíná to již v prenatálu. V tom, co matka prožívá, jakým způsobem duchovně dokáže prožít dobu těhotenství, protože **doba těhotenství byla vždycky považována pro ženu za dobu zasvěcení. Je to mystérium,** když se přicházející lidská bytost rozhodla vtlačit se ze své celé duchovní mohutnosti do „dětské ponožky".

Nechci vykreslovat totální destrukci. Já například odebírám časopis Krásný venkov a Styl. A mám tyto časopisy moc ráda, je radost číst třeba o lidech, kteří se rozhodli, že trávu budou kosit kosou, nebo o mladých lidech, umělcích, kteří odešli z Prahy, koupili polorozpadlou chalupu, chovají kozy, slepice, **pracují v zemědělství a žijí přirozeným způsobem života**; děti mají špinavé od bláta, šťastné, zdravé, krásné. **Žádná virtuální realita, ale realita skutečná**. Nebo mám velkou radost z toho, jak se **lidé začínají znovu vracet ke starým řemeslům**, protože již pochopili, že je možné se něco naučit, něco zase objevit, s něčím začít a je možné to nabídnout. Byť by to třeba bylo vaření marmelád. **Zaplať pánbůh, že se lidé opět chopili skutečné práce, skutečného myšlení**. Kolik lidí se nyní vrátilo k předení, ke tkaní, k hrnčířství, k drátenictví. To jsou všechno velké radosti.

Chce to tedy úplně otočit způsob myšlení. To, co může dneska lidem pomoci, co vidím jako perspektivu, je začít **chodit mezi lidi a vyprávět pohádky**. Velikou posilou je mi pořád celá oblast českých pohádek o čertech. Každý čert je v českých pohádkách nakonec služebníkem dobra (například v pohádce Čertův švagr). Myslím, že zacházení se „zlými čerty" je takové **specifikum českého národa**, protože to u jiných národů nenajdeme.

Příloha č. 4 - Ada Ulčáková Rosin, B. Ed., Dipl.K.T. (nar. 1968), arteterapeut

Vystudovala umění a speciální pedagogiku v Izraeli, poté v Německu pokračovala ve studiu arteterapie. Má bohaté terapeutické zkušenosti v práci v sociálních zařízeních a na klinikách v Izraeli, Německu a Velké Británii. V současné době žije v Česku a je mimo jiné lektorkou prvního antroposofického studia umělecké terapie v ČR na Akademii sociálního umění TABOR. Spolupracuje také například se Sdružením pacientek s rakovinou prsu MAMMA help, kde vede arteterapeutické workshopy v Brně a Praze. Je spoluautorkou článku Art therapy experience: working with a handicapped person. Soul - A Quarterly for Psychology, Therapy and Creative Education, March, 2002.

Selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

9.6.2017, Praha

Poznámka výzkumníka: *Pro zvýšení přehlednosti jsou tučným písmem označena důležitá místa.*

***

Mees Kristaler (1996) o umělecké činnosti říká:

„Každý člověk může rozvíjet umělecké schopnosti; léčebné síly umění mohou mít význam pro jednotlivce nebo společnost, každý z nás může tvořit a rozvíjet se pomocí umění. Umění nemá žádné zákony, které musíme dodržovat, nebo tradice, které bychom museli následovat tím či oním způsobem, každá umělecká činnost je nová. V umění se nic neopakuje, všechno je jedinečné, umělecká činnost neustrne na základě předpisů, zvyků či vnějších zásahů. Samozřejmě, že existují vzájemné vztahy a doporučení, jak provádět některé věci, jsou určité pravdy a pravidla, která vyplývají z umělecké práce samotné…

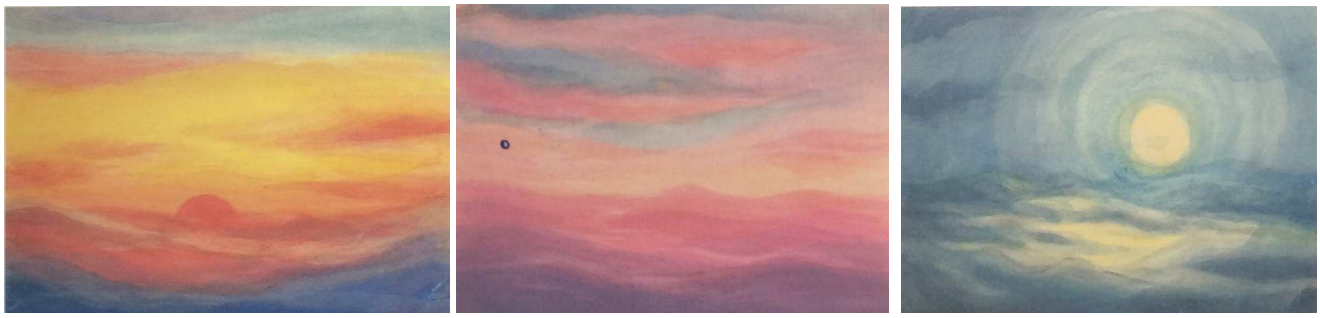
Terapeutická umělecká činnost musí zůstat vždy plynulá a má být schopná se měnit a obnovovat podle potřeb času a situace. Umělecké vyjádření může navrhnout další směr činnosti, ale ne jej přikázat. Musí nabídnout možnosti postupu, pokroku, ale ne dovést ke konci, omezit možnosti volby: má se ptát, ale ne odpovídat.“

Dnes mají lidé spíše vztah ke strojům a ne k sobě samému a k sobě navzájem. **Máme čtyři mosty**, ze kterých se na sebe můžeme podívat. Most k sobě sama, most ke druhému člověku, most k okolí, světu a přírodě a most k duchovnímu světu. A všechny čtyři můžeme kombinovat a při všeobecně umělecké práci budovat.

Například arteterapeutický prožitek **světla a temnoty.** Ten pracuje se s uhlem a zpracovává toto téma. Probíhá to třeba tak, že lidé stojí u stojanu, mají veliký papír a rukama na něj nanášejí rozdrcený uhel. Poté si vezmou gumu, kterou mohou ubírat a rukou přidávat uhel.

Obdobnou techniku lze použít **s využitím barev pomocí suchého pastelu** opět roztíraného rukama. Další je **akvarelová technika malování mokrého do mokrého. Nebo kreslení forem a dynamické kreslení forem**. Existují například formy vhodné pro rytmický systém (srdce a plíce) a formy pro systém látkové výměny. Lze pracovat v sedě i ve stoje. Pohyb vychází z vnitřního impulsu, ne z hlavy, a sledujeme pohyb na plátně. **Pro technologiemi postiženého člověka je práce pro jeho rytmický systém** (srdce, plíce**) mnohem důležitější než pro jeho hlavu**.

Dále je důležitý **rytmus**, který lze prožít například při **zpracování hlíny rukama**, ale také **rytmus roku, rytmus dne a noci, ročních období, svátků**, který lze pozorovat, malovat a tak intenzivně a vědomě prožívat. Dobrá cvičení na rytmus dne a noci jsou malování západu a východu slunce.



Ukázky arteterapeutických akvarelových obrazů na téma rytmu dne a noci. Autor: Dr. Margarethe Hauschka, lékařka a malířka, zakladatelka anthroposofické arteterapie. Cyklus má celkem 9 obrazů a je součástí cvičení pro dýchání.

Malovat lze také **metamorfózu rostliny** (její vývoj od semínka ve všech životních fázích v průběhu roku), nebo **proměny nebe, proměny krajiny v průběhu roku**.

Lidé pracující s technikou jsou často příliš studení, proto je třeba **pracovat s elementem tepla a srdce**, je třeba využívat **teplých barev**. K tomu sám **proces uměleckého tvoření vytváří teplo**, to také mnozí lidé mohou na sobě pozorovat a potvrdit. Dokáží pak **vytvářet teplejší (vřelejší) city a radost**. A radost vytvoří nové síly, harmonizuje se proces dýchání. Proto malování například tak pomáhá při vyčerpání a pocitech únavy. Když mluvíme o teple, například **o teple mezi lidmi**, tak tomu již člověk rozumí. Nebo o **nadšení pro něco**, to má také charakter tepla. Když chci něco dělat a je to hezké, to také **vytvoří světlo, teplo a zpřítomní to Já člověka**, já v něm najednou žije. **Já žije v teple**.

Takže **malování moc pomáhá a přináší sebou i jiný druh myšlení**. Zapojuje cit, volní činnost i rozhodování například o kompozici, což je již více proces myšlení. V umění je tedy zastoupeno a do procesu uměleckého tvoření **zapojena celá trojčlennost** lidského organismu se svou **vůlí, cítěním i myšlením**. Je možné se tak přiblížit potenciálu v člověku. V umění lze také prožít, vyjádřit a budovat vztah mezi sebou samým jako Já jsem a světem a vyjádřením sebe sama. **Jde o komunikaci Já a svět, která je při práci s ICT vyřazena, probíhá skrze techniku.**

Když budeme malovat, tak cvičíme **smysl zraku** a budeme více a více citliví, vnímaví vůči tomu co vidíme. **Vidění přestává být placaté** a vnímá například, kolik je zelené na stromech a jak v realitě vypadá slunce, jaký má vliv vítr, zrak může jít více do hloubky a být více citlivý. **Vztah s vnějším světem je pak silnější**. A když se míchají barvy na papíře a ne na paletě, tak dostáváme mnohem, mnohem více odstínů, protože to dělá ruka. Když máme třeba opravdu dobře lazurovanou zeď, tak je tam mnohem více světla, hloubky, je to teplejší, má to více prostoru, mohou tam být odraženy světlo a den, roční doby apod. S rozvojem smyslů roste **bohatost vnitřního světa** a utváří se **silnější vztah ke světu vnějšímu, k realitě**, kterou je člověk schopen vnímat, dělat si o ní vlastní úsudky, lépe chápat ostatní lidi a **svobodněji se rozhodovat a konat**. Proměňuje se i vztah k sobě samému i ke svému vlastnímu tělu.

Dr. Rudolf Steiner říkal, že **barvy jsou reprezentantem astrálního světa,** a když malujeme a používáme barvy, jsme částečně v tomto astrálním světě. Část astrálního světa také souvisí s Duší; pochopitelně je v něm také například pohyb, touhy, pudy a vášně, chlad apod. Ale **barvy jsou reprezentantem duševních kvalit** a také harmonie. Například duhové barvy a duha je v mnoha mytologiích symbolem něčeho vyššího, jako cesta ke spirituálnímu světu nebo harmonii, míru apod.

A to všechno máme mezi oním **extrémem světla a temnoty**. Ale **vypočítat se to jako v HiTech světě nedá**, záleží na úrovni světla a temnoty, může to být v sympatii i antipatii. Světlo může být dobré, můžeme stát vůči světu v jasných (světelných) myšlenkách, ale když je slunce příliš silné, tak již nevidíme a vzniká i bolest. Temnota je

pro mnoho lidí depresivní, ale **když chceme budovat naší sílu, tak musíme být v temnotě, například v noci při spánku, když se síly obnovují**. To je proces budování. Ale když máme světlo, tedy vědomí, například v břiše (v procesech látkové výměny), tak cítíme bolest. Podobně je to s temnotou v hlavě. Když máme moc rychlých vjemů, dráždivých podnětů (německy Reizen) a světelných vjemů, tak to je moc světla a třeba děti budou nervózní a člověk bude mít bolesti hlavy. Takže světlo a temnota má kvalitu duchovní, duševní, éterickou a fyziologickou. **V arteterapii je důležité podívat se, na jaké úrovni je světlo a temnota a říci si jejich pozitivní a negativní působení.**

Ve smyslu anthroposofického arteterapeutického umění může pochopitelně působit pouze speciálně vzdělaný arteterapeut (akreditované čtyřleté základní studium), který prošel současně potřebnou sebezkušeností. Zájemce však může takového terapeuta navštívit, nebo se zúčastnit arteterapeutčiných kurzů.

Příloha č. 5 - Eva Helebrantová (nar. 1971), pedagog, poradce, umělec a terapeut

Při Institutu pedagogiky volného času v Praze (SOŠSp) vystudovala obor psychologie a pedagogika rodiny. Na Filozofické fakultě UK absolvovala kurz Rodinná a sexuální výchova, u Doc. Václava Mikoty výcvik ve skupinové psychoanalýze, u Jana Bílého výcvik v rodinných konstelacích, na akademii Tabor vystudovala obor Slovo, řeč a divadlo. V současné době působí na ČVUT, kde poskytuje studentům poradenství v oblasti rozvoje osobnosti a řečové poradenství. Vede zde divadelní dílnu. Je členkou Asociace vysokoškolských poradců.

Redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru

25.6.2015, CIPS Praha

Poznámka výzkumníka: *Před rozhovorem byla připravena sada 13 pomocných otázek s podotázkami, které měl výzkumník při rozhoru k dispozici. Na začátku rozhovoru bylo představeno téma práce a účel rozhovoru a účastník výzkumu byl vyzván k volnému vyprávění a představení poradny. Většina otázek tak byla zodpovězena v rámci rozhovoru, část zůstala nepoložena. Pro zvýšení přehlednosti jsou tučným písmem označena důležitá místa.*

***

Ráda procuji s technikou „Léčba vnitřního dítěte“, která využívá duševních schopností **světla a tepla.** Vedu studenty k tomu, aby se rozpomenuli – osvítili své zážitky z dětství, a pak jim pomohu silou jejich duševního tepla, které je schopno prohřát i zážitky minulé, navázat láskyplný uzdravující vztah k sobě samému.

Ale u studentů, kteří již od dětství tráví mnoho času u počítače, velmi často zažívám, že s nimi takto postupovat nelze. **Pouhý rozhovor nepomáhá.** Oni se totiž na své dětství rozpomínají jen velmi těžko. Nemají zdravě vyvinutý vztah k okolnímu světu a k sobě samým také ne. S tímto problémem, i když ne takto formulovaným ostatně přichází většinou do poradny. Mívají komunikační problémy, různé strachy, jsou nejistí, jsou smutní jakoby bez jiskry a těžko se jim i přes dobrý intelekt plní školní povinnosti. Mívají postoj: „Dělejte se mnou něco, ať se cítím lépe“.

Proto se snažím, všemi možnými způsoby nejprve zažehnout jejich zájem o reálný svět. Snažím se jim zprostředkovat takové zážitky, kdy se mohou prožít jako součást světa, kdy dokážu cítit vztah mezi světem a svou vlastní duší. Kdy zažijí, že všechno má nějaký vyšší řád a smysl. **A to lze velmi dobře pomocí umění.**

Třeba jeden chlapec mi po měsíci práce s barvami řekl: „Ta žlutá, je taková krásně teplá“, předtím nic takového nepociťoval. Tak jsem s ním **začala pracovat i na řeči** (cvičení pro utváření tvořivé řeči, německy Sprachgestaltung) a byla jsem překvapená, jak byl citlivý na hlásky. Našel si k nim brzo dobrý vztah. A jeho duševní teplo se začalo probouzet. Jde o to najít, kde má každý **zdroj svého pramene.** Mám zkušenost, že k hláskám má přístup každý, a proto to funguje.

Důležité je samozřejmě také **navázání přátelského vztahu,** rozhodně se k nim nemůže přistupovat jako k pacientům. Jsou rádi, když je někdo zahrne pozorností a dodá jim trochu odvahy dělat věci pro ně nezvyklé a možná trochu zvláštní. Zaměřit pozornost jiným směrem, než jsou zvyklí.

Problém je, že nejsme zvyklí takto přemýšlet: že je tady nějaká hmota a za ní je ještě nějaký **duchovní svět, duchovní příčina.** Když si toto neuvědomují, tak si nemohou ani uvědomit, že to v tom počítači vlastně není. Když se třeba dívají na modrou barvu oblohy a nikoli displeje, tak v ní zprvu nemohou pocítit pocity ochrany

nebe, protože jde o jemné vjemy, pro které ještě nemají vyvinuté smysly, které je třeba cíleně pěstovat. To si ale často neuvědomuje ani člověk, který na počítači není tak intenzivně.

Možná je i nějaká **forma osvěty**. Například ukázat jim, nechat je prožít, že počítač nikdy nezachytí plynulý pohyb procesu **metamorfózy rostliny**. Rozebírám s nimi, co je analog, co je digitál a podobné věci. A pak třeba **kreslíme formy,** kde jsou plynulé tahy. To mají rádi. Je to pro ně trošku technické, takže tomu rozumí a mohou zažít živou proměnu formy, které se sami zúčastní.

Třeba architekti **již málo kreslí rukou,** hodně toho vytváří na PC a neuvědomují si ten podstatný rozdíl, když se něco dělá (vzniká, tvoří) na PC a když v ruce. Když se tvoří rukama, stále se snažíš dostat do toho ideálu, stále je tam touha ideálu dosáhnout. Zatímco když si naklikneš například kruh, který se ti tam hned udělá, tak již **s žádným ideálem kruhu nepracuješ**. Navíc se již bojí kreslit ručně, protože počítač to vždycky nakreslí přesněji. A tak nemůžeš zažít duševně-duchovní kvalitu kruhu. Nemůžeš zažít jeho celistvost a naplněnost. A tak jim říkám: „Podívejte se, jestli chcete zažít radost z práce, dělejte to ručně, alespoň částečně, uvidíte, jaké pak budete mít docela jiné nápady, jaká vám bude přicházet inspirace.“

Při práci s řečí lze také snadno pozorovat, že **řeč je mnohem více než pouhá informace.** Předvedu třeba, že něco řeknu pouze jako informaci, nebo předvedu čekání na tu větu, poté její vyslovení a následné naslouchání tichu po doznění, pozorujeme proměnu ticha před a po a snažíme se vnímat **mimohmotné skutečnosti v řeči**. Tomu jsou otevření, mají po tom vlastně hlad.

Umělecké činnosti oslovují duši člověka a nechávají zažít duchovní podstatu světa. Člověk pak začne světu a sám sobě trochu lépe rozumět a jedině tak může mít sebe a svět doopravdy rád a cítit se v něm dobře.

Často dávám studentům také cvičení od Rudolfa Steinera, hlavně cvičení myšlení, aby se dokázali koncentrovat. S tím mají často velký problém a aby získali ve svoje vlastní myšlení důvěru.

Pak již lze také oslovit přímo vůli studenta. Řeknu jim, **ať si třeba sepíší 20 přání**, co by chtěli dělat, když zrovna nejsou u počítače. Potom to probereme a zjistíme, jestli to jsou přání uskutečnitelná. Chci po nich, aby si to napsali a večer se na ten papír podívali a řekli si, co z toho můžou zítra udělat. Nesmí to být o tom „a teď to nezapnu“, o to nejde. Musí se vystavět vztah ke světu mimo počítač, lákavější alternativa. A to potom zafunguje. Jde tedy o to, snažit se **nabídnout něco místo ICT** a důležité je to nedělit na dobrý a špatný svět.

Dobrá jsou rovněž **vlastní pozorování**. Když jsi například nějaký čas **bez televize** a přijdeš třeba k rodičům, kde televize je, díváte se na ni celé odpoledne, pak na sobě pozoruješ, že **jsi celý těžký a jiný** a jsi schopen to vnímat. Ale jakmile nezažiješ tu čistotu toho to nemít, tak to lze jen těžko zažít a zprostředkovat.

Ale jisté je, že budou lidé, kteří na tom budou zle, opravdu zle, takoví již jsou. Například k nám přišel chlapec, který byl od malička s rodiči na hrách a přišel na fakultu informačních technologií s představou, že bude vyvíjet PC hry, jenže ejhle, zjistil, že sám nevyvine vůbec nic, protože **mu to prostě nemyslí**. Že to nejde, protože **ono to samo ze sebe nemůže žít**, ono se to samo ze sebe nevyvine. **Jde o to, že nejsou přítomny kreativní síly**. A je zajímavé, když pozoruješ vývojáře, tedy lidi, kteří jsou schopni ty programy vytvářet, tak to jsou lidé, kteří k tomu ještě hrají na kytaru, nebo jsou ve skautu, nebo jsou ještě někde i v jiných aktivitách a ti jsou schopni i v IT oboru ještě něco kreativně vytvářet.

Třeba nyní pracuji s chlapcem, který přišel konkrétně se **závislostí na ICT**. Ten také není schopen tvořit žádné programy, je dobrý správce sítě. Jde mu **udržovat něco hotového**, ale vyvíjet nové věci, toho schopen není a také o sobě říká, že **není moc kreativní**. Když tito lidé vyrostou na počítačových hrách, nemají z čeho brát, ani se nemají s kým potkávat a o čem si povídat.

Jiný hoch, se kterým aktuálně pracuji prostřednictvím řečových cvičení, je fajn, ale **nic ho nebaví;** jsou vlastně takoví trošku **depresívní, přepadává je nihilismus**. Vidíš, že to jsou chytří lidé, a když se podaří, že začnou fungovat, zvládnou klidně tři těžké zkoušky za týden. Jsou to vlastně neuvěřitelné osoby, **ale samotný intelekt je jim k ničemu**. A takoví přijdou, že jsou v disharmonii, protože intelektem jsou schopni vnímat, že v sobě mají

mnohem větší potenciál, a že to vlastně nefunguje. Často chodí lidé, kteří v sobě cítí velký rozpor, potenciál a naopak i tu neschopnost cokoli uskutečnit. Ale pak jsou ještě třeba lidé, kteří tento rozpor v sobě nemají. Mají v sobě takovou **prázdnotu a chlad**. Mě samotnou kolikrát mrazí představa malého dítěte, které má kolem sebe celé stvoření reálného živého světa a ono si mačká klávesnici nebo ťuká na dotykový displej. A rodiče ho nechají. A ještě jsou rádi, že se ho zbaví, že nezlobí.

Když jde o ty **závislé na počítačích**, tak když se má něco terapeuticky udát, tak to trvá **minimálně rok**.

Důležité je **být s nimi** a **prožívat přítomný okamžik, třeba barvu, hlásku;** je to vlastně taková iniciace, protože pak jdou ven a sami si začnou nově všímat dění ve svém okolí. Protože ta touha po živoucím životě v člověku nějak je. Jde o to, dát tomu příležitost a prostor.

Ale jinak to vidím velmi pozitivně. Také si myslím, že se to naučí i nějak skloubit s těmi počítači, protože to je něco, co je nové, člověka to nejprve zahltí a trvá to, než se z toho probere a začne se opět porozhlížet po reálném životě. Lidé jsou citliví. A dnes je možné se s nimi bavit i o **duchovních věcech**. Třeba před 10 lety možné nebylo, bavit se například o reinkarnaci a nyní to jde.

Příloha č. 6 - Tomáš Boněk (nar. 1972), farář Obce křesťanů, historik a pedagog

Studoval na Husitské teologické fakultě Univerzity Karlovy a absolvoval kněžský seminář Obce křesťanů ve Stuttgartu. Působí jako kněz v Obci křesťanů v Praze a v předsednictvu Antroposofické společnosti v České republice. Dále vyučuje v Akademii sociálního umění TABOR v Praze a na kněžských seminářích Obce křesťanů ve Stuttgartu a Hamburku. Přednáší a publikuje doma i v zahraničí. Jako zástupce kněžského kruhu Obce křesťanů se podílí na vzdělávání v oboru pastorální medicíny na mezinárodní úrovni. V rámci své pastorační práce vede rozhovory a doprovází lidi v těžkých životních situacích, bez ohledu na jejich světonázorovou či náboženskou orientaci (mimo jiné v psycho-spirituální krizi katalizované světem techniky anebo při těžké nemoci a v umírání). Se svým otcem, dokumentaristou Janem Boňkem napsal knihy České korunovační klenoty a Karlštejn.

Redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

23. 6. 2017, Obec křesťanů Praha

Poznámka výzkumníka: *Pro zvýšení přehlednosti jsou tučným písmem označena důležitá místa.*

***

Vědomé uchopení je jediná ochrana proti nežádoucímu působení ICT. To znamená, že si člověk dělá **čas nedostupnosti**, vědomě si vytvoří drobné a větší klauzury (uzavření, odloučení). Třeba když se jede na chalupu, tak prostě mobil zůstane doma. Nebo je možnost vlastnit dva mobily, jeden, jehož číslo skoro nikdo nemá nebo je to číslo skryté a druhý, který je pracovní. Je to **vědomé rozhodnutí** o tom, kdy jsem přítomen (dosažitelný na technických prostředcích) a kdy ne. V jistém smyslu se to týká i e-mailů; jde o to si na to zvyknout a naučit se určité hygieně zacházení i s tímto médiem. Technika skutečně přináší určitou výzvu **vědomě plánovat a vědomě to uchopit**. Nenechat se tím vláčet. A to je pro mnoho lidí samozřejmě nová myšlenka, ale jiné řešení není. V mnoha povoláních není možné se ze světa ICT vykrást způsobem, že člověk egoisticky řekne, s tímhle já nechci mít nic společného. Nebudu používat mail. Ale je možné rozhodnout se nepoužívat například další komunikační prostředky, jako Twitter, Facebook apod. dle individuálních možností.

Velké téma vůbec je **zdravý rytmus v životě**, co naše Duše unese a co už je natolik nepřirozené, že dříve nebo později začne somatizovat a přijde nemoc.

Ale řešení není jednoduché, protože jedna věc je, jak se k tomu postaví člověk sám. Samozřejmě že v momentě, kdy má člověk syndrom vyhoření, tak ho to z toho systému vykopne a musí stejně jinak. Ale když to chce změnit a zůstat v systému, tak je to těžké. Protože my **žijeme** vlastně sociálně pracovně, i klimaticky, **v horečce**. Všechno je zrychlené. Žijeme ve společnosti, která touží po tom žít v permanentním létě a to je obraz **exkarnace**, rozlétnutí se do světa se spoustou zájmů. Mnoho lidí prožije v dnešní době de facto vlastně více biografií v jedné. Není kdy se usebrat, **najít si čas pro sebe** to ve velkém rytmu roku, ale právě ani v drobných momentech či každodenní pravidelnosti. To je to, co jsem předtím myslel tou klauzurou.

Závislého na technologiích je velice těžké na tuto nezdravou závislost upozornit. Pokud člověk nechce, pokud si to sám neuvědomuje, tak je možné **pokusit se o rozhovor**. Něco jiného je to možná **u dětí**, i když míst, kam je možné je odvést, kde není signál, je čím dál méně. Ale takové iniciativy existují. Existují i pro dospělé, ale tam už dospělý musí dobrovolně, musí chtít. **Kempy pro** těžko vychovatelné děti, **děti závislé na médiích**, existují. Odvezou je někam na kraj Sahary, nebo na lodi dále od břehu (terapeutické cesty plachetnicí) a tam se o sebe (i o druhé) musí postarat i bez techniky. Mají tam tvrdý režim a nemají média. To znamená, že dětem je možné tento zážitek ještě určitým způsobem zprostředkovat, pokud je tam souznění rodičů a dospělých. Dospělí to musí chtít. Samozřejmě se můžeš takovému člověku, u kterého je to evidentní, **pokusit ten zážitek zprostředkovat**. Třeba

tím, že řekneš, pojedeme do Krkonoš, pronajmeme si tam chatu a domluvíme se, že budeme bez médií; ale to je odkázáno na jeho dobré vůli. A jsou lidé, kterým dáš přečíst nějakou **studii**, která to jasně prokazuje a oni jsou natolik **racionální,** že to uznají, vidí a začnou přemýšlet. A jsou lidé, kteří tvrdí, že nemají problém, které můžeš jenom **doprovázet** až do toho bodu, kdy na to sami přijdou nebo ne.

Další věc je **volný čas**, tam lze pomoci se **smysluplnou činností**. Vždycky je o tom, v jakém vztahu jsi s daným člověkem. A **hledání zdravé míry** je vždycky nejtěžší. **Nejjednodušší je amputace** (úplná abstinence od ICT). A když se ale chceš naučit ten správný rytmus, správný poměr, míru, tak je to mnohem náročnější. Je to podobné jako u alkoholiků.

Určitě pomáhá nějaká **umělecká činnost**. Co vím pozitivně, pomáhá, když si člověk sám **stanoví určité úkoly** a řekne si, že nejprve ze všeho toto a toto splní.

U dospělých je to těžké téma, protože není možné jim to přikázat a nebylo by to ani správné. Aktivita musí vyjít z nich. Ale já mám určitou důvěru, že to přijde. Že **spousta lidí z toho systému vystupuje.** Jsou samozřejmě povolání, která jsou pro to vhodnější a jsou povolání, která jsou pro to méně vhodná. Ale jsou i lidé, kteří vědomě nemají auto, a taky to jde. Způsobů života je mnoho. I zacházení s médii je v tomto podobné. Také se můžeš vědomě rozhodnout jíst biopotraviny, jíst střídmě, nepřehánět to ani jedním směrem. Nebo se můžeš rozhodnout být vegetarián, spousta lidí to tak má možná i desítky let. A potom jsou lidé, kteří „žerou a chlastaj" a kupují to nejlevnější discontové jídlo, které je k mání a vůbec neřeší, odkud je a co to je a pak se tím naperou k prasknutí. A také jim můžeš říkat, když budeš takto jíst, dostaneš rakovinu nebo ti odejde žlučník.

Možná že můžeme říci, že **kultura začíná tam, kde jsme schopni a ochotní sami sebe omezit**. Kulturně se začneme chovat v okamžiku, kdy začneme dělat věci s mírou. Přísloví „jez do polosyta, pij do polopyta" je jinými slovy **žij kulturně**. **Uměřenos**t (řecky ***sófrosyné***) je jednou z ctností a v tomto smyslu **kulturní čin**. Naše astrální tělo (tělo, ze kterého přicházejí mj. pudy, vášně, žádosti a pocity libosti a nelibosti) není uměřené. Tohle se poté projevuje na jiné úrovni tím, že je hodně lidí, kteří **chtějí stihnout všechno**. **Člověk by neměl tancovat na více svatbách současně**, to je samozřejmě těžké, ale druhý protipól je ta kvalita, když člověk řekne, toto je můj úkol a já to budu dělat pořádně. Je to jiné, než když jsi tam a tady a ještě jinde, a když jsi jinde, tak nemůžeš být tady a propásneš něco, protože jsi byl tam … To je **past vlastní nenahraditelnosti.** To je **sklopec,** ve kterém jsme chycení. A zčásti to samozřejmě je objektivní, protože úkoly přichází zvenku a není to náš výmysl. **Ale druhá rovina věci je také pravda**. A to je tak. Na západě je takových lidí celá řada, i v našich kruzích, kteří **si to přísně vymezili**. I mezi mými kolegy je to tak. Má to své plusy i mínusy. Protože když to uděláš, tak se ti horizont lidí, které znáš, zúží, i vnímání zvenku se změní, nejsi tolik vidět, protože jsi jenom tam, kde jsi. Ale možná i tam je to o tom zdravém poměru. **O neustálém vyvažování priorit**. **To mi možná z našeho povídání vyjde jako nejdůležitější**.

Druhá věc je, jakým způsobem člověk dokáže své spojení s ICT **kompenzovat**. Je zajímavé, že Rudolf Steiner říkal, že antroposofie, i třeba **náš obřad posvěcení člověka, je první forma, která bere elektřinu a elektromagnetický smog v potaz**. Říká, že katolická mše přestává působit, protože se nemůže bránit proti elektřině. Ve vnějším se to projevilo tím, že téměř už žádný kostel není bez mikrofonu a bez (často ještě špatných) reproduktorů. Ale on při zakládání Obce křesťanů říkal, že tento **náš obřad je první křesťanský obřad, který počítá s vlivem techniky na člověka**. A v jiném kontextu mluvil již tenkrát ve dvacátých letech o tom, jak kam se člověk hne, tak dráty běží s ním. Takže není téměř možné odejít někam, kde ty dráty nejsou. Rudolf Steiner překvapivě přesně popsal budoucí vývoj, který v konkrétních formách mohl jen tušit. **Moderní neurologické výzkumy potvrzují, jak devastující vliv na strukturu mozku a myšlení (především u dětí) mohou ICT mít**. Říká, že v době Goetha mohli lidé myslet jinak, protože neměli kolem sebe magnetické pole, elektromagnetické pole. A to určitě vliv má a pak jde o to, jak to člověk kompenzuje. To znamená určitou **prací na sobě, cvičeními, vědomým pobytem v přírodě**. Ono to podle mě může lehce sklouznout k tomu, že člověk vidí v technice jenom toho čerta a jenom to démonizuje a říká, „to tě zničí, to je hrozné, to nepoužívej". Tady v Čechách máme **příběh o Prokopovi**. A to je ta naše výzva: **orati čertem**. Ne nechat se sebou orat, ale orat čertem.

Ti, co pracují s dětmi jako vychovatelé, učitelé, vedoucí volnočasových aktivit, sociální pracovníci v nízkoprahových nebo komunitních centrech apod., tak mají jedinou možnost. Nepomůže něco vysvětlovat a snažit se něco ukázat skrze hlavu a myšlení. Ale jediná šance nebo jediná naděje na nějakou změnu je jim **zprostředkovat jiný zážitek**. To znamená **secvičit divadlo**, vypravit se **do přírody**, **propojit se se sousedy**, začít se **starat o zahrádku** před domem. **Práce se zemí** je v tomto velmi léčivá. Vše, kde je možné **dostat se do přímého kontaktu s fyzickou realitou, do kontaktu se zemí, s přírodou, s druhými lidmi, to léčí**. A to je jediná pomoc.

U dětí, které jsou v těžké situaci, jsou pohádky ta nejlepší volba.

Příloha č. 7 - Mgr. Tomáš Petr (nar. 1972), pedagog

Mgr. Tomáš Petr vystudoval Přírodovědeckou fakultu Univerzity Karlovy v Praze, obor hydrogeologie a waldorfskou pedagogiku na Freie Hochschule Stuttgart. Působil 11 let jako učitel, z toho 3 roky jako ředitel waldorfské školy v Písku. Byl redaktorem časopisu Člověk a výchova. Podílí se na práci Asociace waldorfských škol ČR a od roku 2010 vede v rámci dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků studium pro waldorfské učitele. Je pedagogem na základní waldorfské škole v Praze a lektorem Akademie sociálního umění TABOR.

Redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

3. 7. 2017, Praha

Poznámka výzkumníka: *Pro zvýšení přehlednosti jsou tučným písmem označena důležitá místa.*

***

Je to především o silné vůli u rodičů. Dítě ještě nemá v tomto smyslu svoji vůli. Obecně a speciálně ve školách je třeba **pozitivně chránit chlapce**, protože ve škole bývají problémy hlavně s kluky. A když se chytnou virtuální reality nebo drog nebo něčeho podobného, dá se s tím jen velmi těžko něco dělat. Rodiče nevědí, co dítě dělá u mobilu a obvykle toho umí s počítačem či mobilem méně než jejich děti. Ve většině případů rodiče vůbec netuší, co jejich dítě umí a co s mobilem dělá. Když má dítě nějaký základ z ranější doby, vnitřní nebo osobnostní, tak pak se s technikou může vyrovnávat lépe. **Ale když rodiče přijdou ve chvíli, kdy je dítěti např. čtrnáct let, že neví, co s ním mají dělat, protože je stále na PC, tak je to obtížné, protože lze stavět hlavně na tom, co bylo založené** (zanedbané) **předtím**.

Waldorfské školy, ve kterých působím, pracují i s vůlí a cítěním, nejenom s myšlením. Každopádně i v oblasti citové a volní lze již u některých dnešních dětí vypozorovat, že tyto schopnosti ubývají. Také se hovoří o **funkčních analfabetech**. Díky rozvoji médií jsou děti schopni si přečíst nápis na obchodě; **umí číst, ale nejsou schopni porozumět** například příbalovému letáku u léků.

Učitelé také mají mnohé možnosti, jak s dětmi pracovat. Mohou dítěti v případě potřeby i doporučit nějaký pobyt, **timeout**, v zařízení, ve kterém chodí pracovat do dílny, starají se o zvířata apod. **Abstinence** od médií samotná **nestačí**, je třeba najít ještě **něco pozitivního, nějaký smysl**, činnost apod.

Vědomí rodiče, pokud chtějí tuto oblast ve škole vědomě uchopit, mohou, ideálně na začátku první třídy, mezi sebou **podepsat smlouvu**, ve které se vzájemně zaváží např., že nebudou dětem kupovat smart telefony, nebo od kolika let nejdříve dostanou děti telefony, nebo že to budou telefony pouze tlačítkové s funkcemi volání a SMSkování. Jsou studie, že dítě v krizové situaci bezprostředního ohrožení není schopno zavolat o pomoc telefonem. Další iluzí je, že rodiče mohou děti pomocí telefonu lépe kontrolovat. **To vše je pouze produkt strachu**, ale daň z tohoto strachu, odražená na zdraví a životech dětí, může být příliš vysoká.

Velkým ohrožením dětí je **předčasné ukončení dětství** prostřednictvím médií a témat, se kterými se děti díky médiím setkávají, a to předčasně a často v nevhodné formě (např. pornografie). Waldorfský učební plán je postaven tak, že ve správný čas podle věku dítěte a vhodnou formou (od vyprávění pohádek, přes vyprávění příběhů, přírodopisné poznatky apod.) pojedná o tématech jako je například rozmnožování, takže se uspokojí přirozená zvídavost, ale ne vulgárním způsobem. Je snahou neotevírat věci předčasné, **nerozhrnovat oponu v nesprávný** čas a vyčkat. Obrazně je to, jako bychom rozbalovali vánoční dárky před Vánocemi. O Waldorfském školství kritici tvrdí, že je o sto let opožděné, ale tady jde téma **ochrany dětství jako takového**. Dovolit dětem, aby byly dětmi, aby směly být zasněné a hravé. **Zasněnost má také svůj smysl**, řekl bych, zejména pro životní síly

člověka; Tendence dnešní doby je probudit dítě skrze média a nevhodná témata předčasně. To vede k nervozitě doby, doslova to „leze na nerv“. Takže s médii se u dětí obvykle začíná moc brzy, ale to dnes málokomu dochází, málokde je tomu vůbec věnována pozornost.

Je nezbytné, aby se dítě mohlo začít **rozvíjet od počátku** a poskytovat mu k tomu podněty, aby si mohlo hrát s pískem, dřevem, vodou, získávat smyslové vjemy. Myslím také, že dítě, aby se později samo mohlo stát autoritou, musí tuto autoritu také zažít. Proto volnou výchovu nepovažuji za ideální. Dítě musí poznat v to pozitivním hranice, aby se na nich mohlo vymezovat a růst. Opakem tohoto pak bývá, když rozvedení rodiče v podstatě **soutěží, kdo dovolí dětem víc** …

Ještě bych chtěl upozornit na fenomén, který můžeme aplikovat i na média. Přetrvává iluze, že kdyby to bylo opravdu tak hrozné, tak by to přece autorita nedovolila. Za autoritu můžeme dosadit vědce, lékaře, politiky, nebo třeba ministra školství. Kdyby to bylo tak hrozné, tak by to přece nikdy nedovolili. Další častá iluze je, když my jsme to přežili, oni to také přežijí. To jsou typické argumenty, který problematiku neřeší, ale umožňují toto řešení odkládat.

Od roku 2020 je plánovaná revize Rámcového vzdělávacího programu a jedna moje studentka z Waldorfského semináře byla účastna kulatého stolu SKAVu (Stálá konference asociací ve vzdělávání), kde pracovnice z Výzkumného pedagogického ústavu líčila, že počítače nebudou pouze v hodině informatiky, ale že tam bude jen programování; třeba ve třetí třídě budou programovat berušky, jednoduchou hru, pak složitější programy a pak další. Ale psaní na klávesnici, to bude v rámci českého jazyka, takže bude informatika zapojena do všech předmětů. **Mým názorem je, že ve smyslu závislostí a práce s životními silami dětí jde o dosti apokalyptický plán.** Tady opravdu očekávám, že čím dál tím více edukovaných rodičů bude chtít uniknout mimo tento klasický vzdělávací systém, ostatně se tak již děje dnes. Výslovně uvádím, že nejde o boj proti počítačům jako takovým, ale o jejich nesmyslné předčasné zavádění dětem.

Stát ve školství propaguje věc, která je pro zdravý vývoj dítěte nepřátelská a vede k závislostem. Proč nikdo neříká, že se musí učit řídit auto od první třídy, jinak že to v těch osmnácti letech nebudou umět tak dobře? Kdyby se začaly děti učit řídit od první třídy, tak by to určitě uměli v dospělosti lépe než teď. To kupodivu nikoho nenapadá, ale s počítači ano, to je zajímavé.

Je tu mnoho témat, jejichž rozebrání by vyžadovalo větší prostor. Snad již před 20 lety bylo ve školkovém učebním plánu, že se musí děti alespoň jednou týdně dívat na video, pohádku nebo něco podobného. Když se děti dívají na večerníček a běží do toho reklamy, málokdo řeší, jak to vlastně dítě opravdu vnímá. Možná vnímá tu reklamu jako součást děje pohádky.

Začíná to tím, že dítě vidí své okolí, rodiče apod., kteří sledují televizi. Lze jim říci, ať ji vypnou a vyhodí? **První věc, abych kontroloval svou závislost, je zákrok vůle, to znamená, že se nějak omezuji**, že si dávám nějaký limit, že si řeknu: dobře, budu se dívat na Ordinaci v růžové zahradě a pak to vypnu, hned. Podle mé zkušenosti je pedagogické, když se **do něčeho začnou vkládat hranice.** To platí nejen pro školu. Například zapnu televizi těsně před pořadem, který chci sledovat a vypnu ji ihned po jeho skončení. **Je třeba si to říci dopředu a pak to udělat**. Následně může přijít reflexe, jestli jsem toho byl schopný. Když budu sledovat TV nebo hrát na PC pět hodin, tak tam samozřejmě žádné hranice nejsou. Ale když si zkusíme dobu nějak omezit, potom hned uvidíme, jak jsme na tom se svou disciplínou, se svou vůlí a **kdo je pánem**.

Sledování médií a používání počítačů může souviset se zaháněním vnitřní prázdnoty, v případě stále běžící televize jde o akustickou kulisu zahánějící ticho. Aby děti nehrály hry na počítači, můžeme s nimi hrát **stolní hry**, karty nebo něco, kde je **lidský vztah. Toto ale je třeba postupně pěstovat, vkládat do toho svůj čas, v pubertě to už asi nezavedeme.** Říká se, že na cestě mezi klávesnicí a lednicí životního partnera většinou nepotkáš. Ale když se to podaří někde jinde, tak tě to z té virtuality může vytáhnout, to je další věc.

Mladiství reagují pozitivně na nějakou **sociální dynamiku**, na to, co dělají ostatní; jsou ochotní to přijmout, když v tom najdou nějaký sociální smysl. Když se cítí přijímaní, oceňovaní a potřební v tom smyslu, že i jejich činnost

je potřebná. A nemluvím nyní o finančním oceňování. Proto waldorfští středoškoláci jezdí na **sociální praktikum**, které jim může změnit život. Například v Německu jedou dělat na měsíc **do domova důchodců** nebo něco takového. Zde si sáhnou na realitu, zjistí, že to podstatné jde od člověka k člověku a není to zprostředkované technikou. **Setkávají se se sociální realitou**.

Záleží také na věku. U malých dětí je důležitý **vztah se živly** nebo rozvoj smyslů a smyslových vjemů, v protikladu k tomu počítače ve školkách smysly ani motoriku nerozvíjejí. Waldorfská pedagogika je založená na tom, aby již **od raného věku docházelo k harmonickému rozvoji všech smyslů**. Prostřednictvím smyslů lze uchopovat svět a tomu počítače a informační a komunikační technika zamezují, na to již bude jistě existovat i mnoho studií.

Ostatně na internetu jsou videa, která někdo považuje za vtipná, na kterých se tatínek směje tomu, jak se batole snaží vzít knížku a otáčet stránky v knížce stejným gestem jako se listuje na tabletu a diví se, že mu to nejde. Tatínkovi to přijde ohromně vtipné; mně to tak vtipné nepřišlo.

Ještě jednu věc bych zmínil, týká se spíše drog či alkoholu. Existují **tři kvality lidství**, to je **vzpřímená chůze, řeč a myšlení**. To je to, co nás odlišuje od zvířat. Pro zajímavost, to je možné si podrobně nastudovat v knize Namísto Já od Rona Dunselmana, kde říká, že po použití alkoholu se naše duchovní složka, kterou nazývá Já, lehce odděluje od fyzického těla a vidíš, že se tyto tři čistě lidské kvality poněkud ztrácí. Člověk se při chůzi motá, špatně a neartikulovaně vyslovuje a přestává jasně myslet, případně myšlenky opakuje. A lze to analogicky sledovat i u jiných drog. Při vývoji dítěte se tyto kvality získávají postupně - nejprve se dítě potřebuje vzpřímit, teprve když nastává vzpřímení a vzpřímená chůze, začíná se učit mluvit a teprve s řečí pak postupně dochází k rozvoji myšlení. (Pochopitelně to může mít výjimky, a to asi nejen u tzv. postižených.)

Ještě mě napadá historická souvislost. Rudolf Steiner říká, že rozvoj gramatiky, např. ve starém Řecku, souvisí s rozvojem myšlení, které se na ni „cvičí“. V Římě potom gramatika nabyla dokonalosti a košatosti. (Ostatně i náš právní systém má původ ve starověkém Římě.) V dnešní době se zase gramatika začíná zjednodušovat, v souvislosti se světem počítačů či „kulturou“ SMS můžeme říci, že jazyk začíná upadat.

Příloha č. 8 - Nora Vockerodt (nar. 1949), režisér, lektor, terapeut

Paní Nora Vockerodt vystudovala Humboldtovu univerzitu v Berlíně – obor divadelní a muzikální věda a dále divadelní vědu, tvořivou řeč (*Sprachgestaltung*) a zpěv *(Škola pro odhalení hlasu)* ve Švýcarsku. Je divadelní režisérkou a lektorkou pro obor Tvořivá řeč a dramatické umění na Akademii sociálního umění Tabor v Praze kde vyučuje předměty: Tvořivá řeč, Dramaterapie, Řecký pětiboj. Spolupracuje se Základní školou logopedickou a základní školou praktickou, dlouhodobě se také věnovala práci s dětmi a mládeží. Díky svým zkušenostem dokáže intenzivně pracovat s řečí a řeč napravovat, často také pracuje s gesty a jejich významem - jak pro divadelní projev, tak pro pedagogickou - terapeutickou oblast.

Redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

18. 7. 2017 Kobylisy

Poznámka výzkumníka k rozhovoru: *Participantka poskytnula v rozhovoru mj. množství kazuistik a příkladů ze své terapeutické praxe, jelikož však specifická odbornost participantky (Sprachgestaltung) vyžaduje mnoholeté odborné studium, nejsou příklady dobré praxe bez tohoto studia přenositelné do praxe sociálního pracovníka. Z toho důvodu je přepis rozhovoru v těchto pasážích významně krácen.*

Rozhovor probíhal v němčině za účasti odborného překladatele, přičemž bylo nadále pracováno již pouze s českým překladem. Výzkumník se tímto omlouvá za případné nepřesnosti vnesené do přepisu způsobené překladem, metodou zpracování a případnou neznalostí výzkumníka daného oboru. Pro zvýšení přehlednosti jsou tučným písmem označena důležitá místa. Text byl rovněž opatřen dílčími nadpisy, které mají usnadnit orientaci v obsahu rozhovoru.

***

Na začátek mohu říci, že způsob, jakým pracuji, má určité předpoklady. **Při své práci vycházím ze základní myšlenky, že člověk přichází z duchovního světa a přichází odtud s nějakým impulsem**. Velká část problémů vzniká z toho, že člověk právě zapomněl tento svůj podnět, který si sem přinesl, se kterým přišel. I když člověk zapomněl tento impuls, neznamená to, že ho ztratil, ten impuls je stále přítomen někde v hlubině Duše. To se může projevovat tak, že člověk má nějakou touhu, cítí, že jej to někam láká a táhne, ale nedokáže to pojmenovat. A proto se obrací nebo využívá nejrůznější prostředky, aby tuto touhu utlumil nebo naplnil v domnění, že těmito různými věcmi tuto touhu nasytí. Ve světě jsou síly, které toto zapomenutí podporují či dokonce chtějí. **Čili otázka, proč jsem na Zemi, jaký je můj úkol tady na Zemi, ta otázka v člověku žije, ale člověk na ni nedokáže odpovědět.** Další věc je, že z našeho každodenního života téměř vymizela jakákoliv náboženskost (Religion). **Člověk v dnešní době žije mezi narozením a smrtí představou, že nebylo nic předtím a nebude nic potom**. **A takto já vlastně rozumím příčinám veškeré lidské nouze v dnešní době**.

A celá tato technika, ať už je to od těch nejjednodušších věcí až po ty nejsofistikovanější, ta je tady proto, aby zabránila lidskému vývoji, aby zamlžila vědomí člověka o svém úkolu na Zemi.

Řecký pětiboj

Další pomocí může být takováto věc. Podle potřeby upravuji **pět základních cvičení řeckého pětiboje**. Také je důležité dělat mnoho věci pozadu. To znamená, když skáčeme přes nějaký předmět, tyč, tak skáčeme dopředu, ale poté i pozadu, nazpátek. **Protože všechno, co děláme pozadu, posiluje jáství**. Vždy když má dítě strach dělat něco samo, tak to může dělat se mnou. Shrnuto: **tato kombinace nejprve volného pohybu, poté řízeného nebo vedeného pohybu, na začátku bez řeči, poté s řečí, postupně přivádí děti do jejich středu, k sobě**. A

samozřejmě v této podobě se cvičení mohou dělat na jakoukoliv hlásku. Hláska B v německém jazyce; zřejmě to můžeme použít i na hlásku P, **p**ekař **p**eče **p**letýnky a **p**ečivo, to je překlad z německé verze. V českém jazyce je slovo babič**k**a a na písmeno K třeba vyskočí, protože K vzniká v ústech vzadu na patře, pak jsou to také paty. A ze skoku dopadnou, to už má tendenci toho KA. Mají nějakou tyč na zemi a to pak následuje i pozadu.

Migrény a informační technologie

Určitým příznakem dnešní doby je, že spousta lidí má migrénu. A to souvisí s používáním informačních technologií. U těchto lidí není úplně vhodné cvičit běh a skok, protože se tam hodně otřásá hlava, ale určitě se tam hodí hod oštěpem (i pro depresivní). **Například jedna žena měla silné migrény, a když cvičila hodinu denně řeckou gymnastiku, hod oštěpem a ulevilo se jí, migréna zmizela.** Pacienty s depresí jsem měla také. **Nejdůležitější věc při práci s lidmi je, že člověk je musí milovat**. Mám přítelkyni, se kterou jsem také pracovala, a ta trpí těžkými depresemi. Jednou jsem se jí zeptala, co je pro tebe nejtěžší, ona odpověděla, to, když mi lidé nevěří, jak mi je, když mi je zle. Protože nepůsobí odlišně, působí normálně, zdravě. Měla nahodilé deprese, nebylo to stálé, ale přicházely a odcházely.

Dýchání

Při této má práci je východiskem dýchání. **Při cvičení řecké gymnastiky, když je správně vedena, dojde k tomu, že člověk začne dýchat zhluboka, do hloubky, do břicha**.

Proto toto hluboké dýchání. Pomocí této gymnastiky se to dá naučit; nicméně ne tak, že jeden peskuje druhého, musíš dýchat tak a tak, musíš to dělat tak a tak, ale tato gymnastika má určitá pravidla. A to platí u všech nemocných lidí, ať už trpí čímkoliv. V Německu jsem pracovala s mladými lidmi s postižením; mezi nimi byli někteří, kteří se tak narodili, druhá skupina byli lidé postiženi nemocí z dětství, například meningitidou. Byla tam žena, která měla nemocná játra a jiná žena byla ochrnutá. **Stejná cvičení jsem dělala se všemi. Ale zcela individuálním způsobem**.

Vývoj hrtanu, technické zvuky a příklad s pouštěním rádia dětem

Hrtan se vyvíjí díky slyšení. Ale slyšením zvuků, které se pohybují vzduchem. **Když poslouchám pouze technickou řeč, znemožňuje mi to naučit se mluvit. Především u malých dětí a dětí raného školního věku**. Zažila jsem matku, která byla hodně nespokojená se vztahem ke svému dítěti. Protože v chování dítěte se objevovaly odchylky. Navštívila jsem rodinu u nich doma a viděla jsem, že **když jde dítě spát, maminka mu pustí rádio a dítě poslouchá pohádku z rádia**. Tak jsem zeptala, proč dítěti nevyprávíte pohádku sama nebo mu nečtete. A matka mi řekla, že dítě to má takto rádo. Ale je jasné, že dítě miluje pouze to, co mu nabídne dospělý, protože pak ani nic jiného nezná. **Nebezpečí ale je, že děti v tomto věku ani nechtějí lidskou řeč, ale chtějí tu techniku**.

Řeč je proměněný vnější pohyb

Vyrovnat se to dá jedině tím, když jim člověk umožní spoustu pohybu v přírodě, aby mohli běhat, skákat, šplhat, jezdit na kole. Protože existuje tato zákonitost, řeč je proměněný vnější pohyb. Takže slyšení pracuje na hrtanu tak, aby hrtan mohl vyslovovat, projevovat řeč a **řeč je metamorfóza vnějšího pohybu, zvnitřnění vnějšího pohybu**.

Poslech hudby ze sluchátek u dětí

Když jsou dnes děti se sluchátky v uších a poslouchají technickou hudbu, poté tam neexistuje žádný odstup; toto padá bezprostředně dovnitř. Ale tam už ani není člověk, ani Bůh. To už je jenom nějaký pod-člověk, pod-bůh. To by pak vyžadovalo ještě nějaký výzkum, co vlastně způsobuje, když mezi tím reproduktorem a sluchem není vůbec žádný odstup. Když to jde přímo (viz předešlé: **hrtan se vyvíjí díky slyšení zvuků, které se pohybují vzduchem**). Co je asi jasné, že **toto způsobuje izolaci a osamělost**. Jasné ale také je, že **když člověk nebo dítě poslouchá jenom technickou řeč, tak je znemožněno učení mluvení. Protože dítě nezažívá to, jak přirozená lidská řeč formuje vzduch, což pak působí na hrtan. Dítě je vytahováno do hlavy, protože musí rozumět**.

Vzpřímení, řeč a myšlení

Teprve když se člověk napřímí, hrtan klesne a člověk může mluvit. Proto zvířata nemluví, protože hrtan je v nevhodné poloze k mluvení. **Myšlení se vyvíjí po mluvení, když to probíhá zdravě**. Vždycky se najdou výjimky. (Pozn.: podrobně viz například kniha Chodit, mluvit, myslet od lékařky Michaely Glöckler.)

Dýchání u dětí a ničení zdravého dýchání přetěžováním myšlení a rozumu

Děti dýchají plošně a rychle. Až v devátém roce, v rubikonu, se děje převrat. Rudolf Steiner to nazývá **pozemským dýcháním v poměru jeden nádech, čtyři údery srdce** a to mají děti až kolem toho 9-tého roku. A všechny děti do této doby jsou velmi bezprostřední a jsou spojené s tím, co je duchovní. A teprve postupně se „uzemňují". **A když jsou příliš brzy nuceny dostat se do rozumu, tak to vlastně ničí tento proces**.

Poslech technické hudby, fixování do bodu. Vývoj je spojen s pohybem.

V: A co třeba při poslouchání technické hudby?

Ano, cokoliv abstraktního. Protože tam chybí ten zmiňovaný pohyb. Dítě je fixováno na jeden bod, ale veškerý vývoj dítěte je spojen s pohybem. Mám přítelkyni, která před rokem a půl převzala první třídu a první čtyři měsíce **každý den dvě hodiny s dětmi chodila na procházky, aby se dostaly do nohou**. Hráli si na všechno možné, na zvířata, aby lezli po čtyřech apod. Ve třídě potom postavili různé prolézačky. Když je miminko, které jenom leží, nehýbe se a poslouchá technickou hudbu, tak mu to zabraňuje se napřímit. **Učitelka musela s dětmi ve waldorfské škole dělat všechny tyto hry** (na hady, lvy a tygry) **proto, aby vynahradila to, že to děti neprožili, neprošli tím**.

Dítě dospívá vedle dospělého Já člověka

Dítě dospívá, zraje jedině tím, že je vedle něj dospělý člověk, který ho vede, který mu to umožňuje. Čili **k vývoji svého Já dítě potřebuje, aby tady bylo již dospělé Já**, tj. člověk s vybudovaným, dospělým Já, aby na něm to dítě mohlo růst. Rudolf Steiner říká, že jáství dítěte je již plně v činnosti, ovšem nikoliv uvnitř, ale venku, okolo něj.

Založení vývoje dítěte v prvních třech letech

Také říká, že člověk už nikdy nevykoná tolik práce jako ve svých prvních třech letech. **Tam vznikají základy veškeré lidské činnosti, pohybu, chůze, mluvení a myšlení**. Všechno, co pak dospělý člověk má odděleně, myšlení, cítění, vůli, základ těchto tří lidských vlastností nebo činností se zakládá už v prvních třech letech; všechno je to samozřejmě spojené. Řecká gymnastika je výchovným pra-prostředkem a dítě to všechno dělá nevědomě, člověk to musí dělat vědomě. A když dítě nemůže absolvovat zdravý vývoj, pak to má následky v nejvyšších činnostech člověka, kterými jsou myšlení a mluvení.

Upoutávání na jeden bod, nemožnost dýchání a vznik agrese

Čím více je dítě nebo dospívající člověk upoutáván na jeden bod, jedno místo (například i při sledování TV, PC, tabletu apod.)**, ale jeho Duše chce zároveň dýchat, to pak vyvolává v člověku stavy agrese, zlosti.** Když jsou na něco fixované, nemůžou už pak lidsky reagovat, jsou jako stroje, fungují na zapínací a vypínací knoflík. Protože ono je to vsává, nasává.

Skutečná terapie je pouze ta, která začleňuje do procesu i Duši a Ducha

Abychom si ujasnili, skutečná terapie je jenom ta, která začleňuje do procesu Duši a Ducha. **Onemocnění vznikají z toho, že právě Duše není opečována, nemá pro sebe možnost se projevovat. Zažívá to, že je zneužívána, opomíjena.** Ale terapii je třeba začít nikoliv v duši, ale na druhé straně. A v tom je samozřejmě pohyb velmi nápomocný. Je třeba uvést (skrze fyzické tělo) do pohybu éterné tělo, čili životní síly, které pak budou zdravě působit.

V: A to se dělá skrze fyzické tělo, skrze pohyb?

Ano, skrze fyzický pohyb, ale také **skrze léčebnou eurythmii**. Ale samozřejmě je zapotřebí začínat u člověka samého a podívat se docela konkrétně, jak na tom je, kolik má sil a co potřebuje. Jestli potřebuje jemnější

eurytmický pohyb nebo jestli je na tom tak, že **může rovnou nastoupit na chůzi, běh, skok. Také se nabízí malování mokré do mokrého**. V žádném případě nelze říci, že by jeden terapeutický prostředek, například malování, bylo všeplatné a pomáhalo to automaticky každému, vždycky je potřeba se dívat na konstituci individuálního člověka a jeho současný stav. Přicházeli ke mně pacienti, které ke mně poslal lékař, ale já jsem musela dát zpětnou vazbu, že u některých je nejdříve potřeba něco jiného, třeba léčebná eurytmie. **Řeč už potřebuje jáství**. To je trochu jiný druh práce, k tomu je zapotřebí něco jiného než v eurytmii.

Východiskem je, že terapeut musí vnímat nebo chápat duchovní pozadí. **Ale samozřejmě to neznamená, že to musí říkat pacientovi**. Jako terapeut můžu mít ve vědomí nebo klást důraz na to, že to co jsme se jako děti naučili napodobováním, ať je to dobré či špatné, v momentě, kdy má člověk své jáství, v druhé polovině 21. roku a později, že vlastně všechno to, co se naučil člověk nápodobováním, se může naučit znovu, ale již ze svého vlastního vědomí. Člověk má vzpřímenost a dělá svůj první pohyb v prostoru, jako loutky. Jako kdyby „tady" byl provázek, jako by to někdo táhl (předvedeno cvičení na marionety). Každý tento pohyb dělat tak, jako bychom to nedělali my, kdo se pohybuje, ale jako by bylo námi pohybováno zvnějšku. Říkám tomu, že je to naše Já v okruhu. Měla jsem pacienta, který byl po mrtvici nakloněný na levou stranu a po tomto cvičení loutky, marionety se podařilo, že se zase srovnal. Začal chodit nejdříve jako loutka. Ten to cvičení marionety miloval, to si člověk ani nedokáže představit. A když člověk odcvičí všechno nahoře, pak může přejít k nohám. Koleno je taženo dopředu a nahoru. Jemně pustíme nohu dolů; nejdříve byla zátěž na zadní noze, teď se těžiště přenese na obě nohy. Když to děláš správně, tak ve chvíli, kdy rovnováha, těžiště je uprostřed, člověk najednou ucítí, že zespodu do něj přichází nějaká síla. A člověk teprve zjišťuje, co je to chůze. A když člověk stojí v poloze rozloženého těžiště, tak najednou ucítí, že dole pod nohami je jakýsi odpor, který vytváří země a díky kterému člověk kráčí. A že se člověk dostává kupředu díky tomu, že zespodu je nějaký protitlak, odpor.

Úkol, který dnes člověk má, je propracovat se až k duchovnímu svébytí. To platí i o řecké gymnastice. Skrze řeckou gymnastiku můžeme znovu propojit skrze Já tělo člověka, duši i ducha. Samozřejmě v pětiboji je to vždycky Já, které člověka vede. Ale tím Já zároveň pracuje i na tom, aby se znovu propojilo tělo, duše a duch. Setkala jsem se s farářem, který v tom viděl rovinu Otce, Syna a Ducha svatého. Zároveň například hod diskem je na vyšší úrovni skákání. Protože u skákání se člověk musí vnitřně usebrat a s impulsem vyskočit. Při běhání a skákání je člověk u sebe. U zápasu (cvičení ve dvojicích s dvěma dřevěnými tyčemi zapřenými do dlaní) je člověk v rovině mezi dvěma lidmi, musí se otevřít a to, co k němu přichází, poslat dál. A pak to znovu zpátky přijmout a přenést skrze sebe dopředu. A to je právě to místo, kde do celé záležitosti vstupuje to duchovní. U disku, u toho povýšeného skákání, se nejprve useberu dovnitř, pak přijde impuls, ale neodehrává se to uvnitř, ale celý pohyb se odehrává venku. Neskáču já, ale dá se do pohybu disk. U běhání je cosi rovnoměrného a mechanického a to se zase u oštěpu projevuje v rovnoměrném letu. Ale už neběhám já sám, ale něco, co se ode mě uvolňuje, pokračuje dál v rovnoměrném pohybu. A to má přímo co do činění s řečí. Hod oštěpem je proměněné běhání. V metamorfóze jdu ještě dál v tom slova smyslu, že v běhání se pro scénické použití učím chodit, u oštěpu je to řeč, ten souvisí s řečí.

Tady je vidět, jak vypadá práce, když se pracuje příčinně, nebo s prapříčinou nemoci, postižení nebo onemocnění.

Tady je řecký Poseidon a římský Poseidon. U řeckého Poseidona je gesto nesené zvnějšku, u Řeků je jáství ještě v okruhu, není inkarnované. Pak přijde krok k římskému, jáství zde vstupuje do těla, ale ještě ne s vědomím. A začíná působit zvnitřku navenek. U toho římského je to již póza, určité gesto, které je vytvořené nebo chtěné nebo zamýšlené. A sem (řecký Poseidon) bychom se měli vrátit, nicméně ne v tom smyslu, aby to zase nesl Bůh, ale aby to bylo vystavěno z jáství. **To je jediná možnost, jak ustát celý ten příliv techniky. Posílit jáství**.

Poseidon cca 460 let před Kristem, Řecko Archaeological Museum, Atény

Poseidon aus Melos, cca 130 před Kristem National National Archaeological Museum, Atény

Příklad: sledování TV a následky

U dětí je ještě jedno nebezpečí; o tomto nebezpečí mi řeklo samo dítě ve třetí třídě. Vyučovala jsem v této třídě náboženství a s několika dětmi jsem jela autem a jeden z chlapců mi vyprávěl, že se doma potají dívá na televizi, když rodiče spí, například ve dvě hodiny ráno. Vyprávěl mi to proto, že já jsem jim vyprávěla, že jsem se kdysi dívala na nějaký film a že tyto filmy pro dospělé jsou plné násilí a smrti a pak se mi stalo, že jsem jednou někde byla a najednou jsem z ničeho nic začala běžet jako o život. A nešlo o nic, vzniklo to proto, že daná situace ve mně vyvolala vzpomínku na podobnou scénu z tohoto filmu a já se najednou rozběhla. Ten chlapec mi to vyprávěl proto, že také zažil něco podobného. **A to je další určité onemocnění, všechny tyto obrazy tam někde dřímají a nečekaně pak vyvstávají a škodí. A samozřejmě můžou vyvolávat noční můry a mnoho dalšího**. A to jsme pouze u médií, nemluvě o dětských vojácích, kteří třeba musí zastřelit vlastní rodiče.

Také vzniká další nebezpečí; **když se člověk zabírá pouze těmito abstraktními médii, tak už vůbec nerozumí životu**. A že už se pak člověk nedokáže postavit životu tváří v tvář**, nějaké** tíživé situaci a **techniku má jako únik před realitou**. **Umění je tady poté opravdovým léčivým prostředkem**.

V: Vyplývá mi z toho ještě jedna věc. Když se skrze slyšení (neslyšení, nebo poslouchání technických zvuků či sluchátek bez vzdušných forem zvuku) nevyvíjí možnosti hrtanu, nevyvíjí se mluvení, ubývá slovesnost, počet slov a vyjadřovacích prostředků, tak to má podle mě vliv i na myšlení; čím omezenější mám mluvu a slovní zásobu, tím omezeněji můžu myslet. Moje otázka je: Není toto jedna z těch věcí, která znemožňuje sebenáhled na ohrožující situace? Jestli to není začarovaný kruh, německy Teufelskreis (čertův kruh)?

Je to oslabené vnímání skutečnosti. **Když má člověk pořád špunty v uších nebo pořád sedí u počítače, pak jeho mluva i myšlení jsou už směrované určitým způsobem. Člověk, který má řeč a držení těla a vzájemné mezilidské reakce, ale skutečnost z toho vyprchává**. Rudolf Steiner říká:

Protože neumíme naslouchat, proto neumíme ani mluvit.

Když se děti dívají na různé animované seriály tzv. pro děti, a děti v těchto seriálech vidí, že se dvě pohádkové postavy mlátí a ještě u toho zaznívá smích, dítě si poté myslí, že když někoho praštím, tak ho to nebolí, naopak se u toho bude smát. Když člověk pak dospívá, a zraní se, nebo zjistí, že má velkou bolest, mohou z toho vznikat psychická onemocnění nebo újmy, protože ten člověk se nikdy nevyrovnal s tím, že by zažil bolest a teď je tím naprosto ochromen. **Člověk ztrácí vztah k realitě a čím dříve se to děje, tím hůře.** Potom samozřejmě vznikají sociální potíže, omezení.

V: To je v titulu mé práce, Technologická redukce reality.

Opět dýchání

Když já budu tady, a ty budeš v Braunschweigu a budeme spolu bojovat, tak o sobě nic nevíme; ani to, že jsi tak daleko, kde jsi, můžeme dělat cokoliv, co chceme, **ale nemá to nic společného s realitou**. Jde to až do fyzického; **ochabují oční svaly, dech se stává lapáním po dechu, ale když člověk nějak nahlédne myšlenku, že nadechuji nejen vzduch, ale i třeba myšlenky. Když budu sedět u počítače, tak už to není dýchání, ale jenom lapání po dechu, aby člověk nepadl do bezvědomí**.

Možná že to dýchání bys mohl dát do středu celého tématu.

Protože ať už je člověk nemocný psychicky nebo ať má cokoliv, vždycky je to spojeno s dýcháním, i na dýchání se dá poznat, že s člověkem není něco úplně v pořádku. A teď nemluvíme o onemocněních, která pochází z doby před zrozením, čili mají co do činění s karmou, ale onemocnění, která si člověk přivodí sám sobě svým způsobem života. Protože to je důležité rozlišovat.

V: Mohli bychom nyní udělat zpětný pohled a celé to zrekapitulovat a uspořádat?

Shrnutí

Jak jsem již říkala na začátku, východiskem je duchovní původ člověka, který se rodí na zem, přichází na zem z duchovního světa, projde tady svou životní cestu a zase se do duchovního světa vrací. Člověk přichází na zem z duchovního světa a spojuje se tady s dědičným proudem svých rodičů. Pak člověk musí nahlédnout něco zcela normálního, že má hlavu, srdce a končetiny. A technika narušuje harmonický soulad těchto tří oblastí.

Je potřeba podle věkové skupiny vnímat nebezpečí, rizika; u malých dětí jsou rizika mnohem větší než u dospělých. Malé děti se vlivu technologií nedokážou bránit; přijímají všechno a u nich to ničí důvěru v sebe, ve vlastní život, ve svět.

Tohle je jakési východisko. Lze si položil otázku, proč se lidé natolik spojují s těmito technologiemi? Proč je tolik využívají? Kde vzniká neštěstí; čím je to vyvoláno, že se cítí technologiemi tolik přitahováni? Proč se lidé nedokážou technice bránit, proč jsou jí tolik fascinovaní? Proč jsou vůči ní tak bezmocní? Jak já to chápu, odpověď na tuto otázku je, že lidé zapomněli, proč jsou na Zemi, jaký je smysl jejich života. Protože člověk se nerodí na Zem jen tak, člověk **chce** přijít na Zem. **Duše cítí, že existuje nějaký smysl života a neustále po něm touží.** To je to štěstí, že člověk vůbec může terapeuticky působit, protože Duše pořád touží po smyslu života. Jsem přesvědčena o tom, že jako terapeut bych nedokázala udělat, způsobit vůbec nic, kdyby v duši druhého člověka nebyla tato touha, toto volání.

Z tohoto přesvědčení vyrůstá otázka, co potřebuje ten který konkrétní člověk. A tady už přicházím s řeckou gymnastikou. Dívám se zde na vlastní dětství, co jsem dělala nebo co dělala moje dcera. Jakou měla radost, když

sama udělala první kroky, osamostatnila se v tom. Jakou měla radost, když přeskočila nízkou zídku tam a zpátky a zase tam a zpátky; když sebrala hrst štěrku a hodila kamínky do vody. Nebo dokonce něco trefila! Tady vidím těch pět cvičení přímo v životě dítěte, že je provádí. A teď vidím to, jak díky technologiím nejsou tyto jednoduché základní dětské hry už téměř možné. Na venkově ještě možná trochu, ale ve městě už téměř ne. To už ani nemusíme zacházet k nějakým technologiím, stačí se podívat z okna, jak široká ulice se silným provozem odděluje místo, kde dítě žije od jiného místa, kam si nemůže jít volně hrát. A každý to řeší po svém; jeden si zacpe uši a uzavře se před světem (také sluchátka v uších); druhý začne být agresivní, protože něco hledá, ale stále to nenalézá. Jiný sáhne po alkoholu, aby tuto bezvýchodnost a beznaděj nějakým způsobem odstranil ze svého života. Problém je, že neví proč. A to já jako terapeut musím mít na vědomí. Základní východisko při terapii je, a s tím musím nebo mohu počítat a pracovat, že Já není ani unavené, ani nemocné, ani něco podobného. Já je vždycky zdravé, vždycky tam někde nějak je a já ho musím hledat. Co sami nejhůře ovládáme je naše astrální tělo s částí pocitové (cítící) duše. Je možné v čase, když už člověk Já má, okolo jednadvaceti let, začít s Jástvím dělat to, co bylo v dětství poškozeno nebo k čemu nemohlo dojít, tzn. napravit to nebo nahradit (doplnit). K tomu, abych mohl dělat terapii, potřebuji mít nějaké znalosti, terapeutické, odborné, medicínské, ale základní předpokladem je, aby byl člověk tvořivý a dokázal teoretické prostředky uplatnit individuálně podle potřeb člověka. Čili to vyžaduje od terapeuta, aby touto cestou sám nejdříve prošel, než jí začne sám nabízet nebo používat u někoho jiného. Terapii můžu začít dělat teprve ve chvíli, kdy už sám mám reálný vztah k duchovnímu světu, který není jenom v hlavě, ale je skutečný. Protože teprve když pozoruji určitého člověka a mám přístup k duchovním světu, když to řeknu jednoduše, z tohoto propojení můžu dostat správný podnět, co dělat. Když už chci používat konkrétní prostředek řeči a řecké gymnastiky k terapii, musím to nejdříve obsáhnout. Musím vědět, odkud pochází hlásky a jak v člověku působí. Jaká je souvislost mezi mluvením a pohybem. To je rekapitulace nejdůležitějších pojmů.

Příloha č. 9 - MUDr. Hana Sirotková (nar. 1969), lékař, neurolog

MUDr. Hana Sirotková vystudovala Lékařskou fakultu Univerzity Karlovy. Působila na neurologickém oddělení Nemocnice na Františku v Praze a v Krajské nemocnici Kladno. Na obou pracovištích vykonávala funkci zástupce primáře. V současné době provozuje soukromou neurologickou ordinaci v Praze. Dlouhodobě se věnuje studiu integrativní antroposofické medicíny. Má diplom antroposofického lékaře, který ohájila v Medicínské sekci ve švýcarském Dornachu. Absolvovala kurzy rytmických masáží a léčebné eurytmie. Pravidelně se účastní neurologických a psychiatrických kongresů a seminářů v Čechách i v zahraničí.

Redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

9.1.2017, kavárna v Praze

Poznámka výzkumníka: *Jelikož byl rozhovor veden s odborným lékařem, obsahuje i některé léčebné postupy, které nelze z lékařské praxe přenést do přímé sociální práce, ale uvedené znalosti mohou posloužit sociálnímu pracovníkovi k tomu, aby své klienty včas nasměroval do odborné péče. Ostatní příklady lze do sociální práce integrovat a tvůrčím způsobem rozvíjet*

Pro zvýšení přehlednosti jsou tučným písmem označena důležitá místa.

***

Jeden z možných pohledů na člověka v antroposofické medicíně je dělení chorob podle úrovně tepla — zjednodušeně řečeno na **nemoci studené a nemoci teplé**. **Nemoci způsobené nadužíváním digitální techniky patří vesměs mezi nemoci studené**. Tělesně se projevují absencí horečky, často i sníženou teplotou a ztuhlostí, která může zasahovat i do duševních procesů. Člověka takto postiženého leccos bolí, jeho pohyby jsou neobratné, ale ztuhlé bývá i myšlení, tedy těžko přijímá nové podněty a poznatky, myslí ve svých vyjetých kolejích a obtížně se učí něčemu novému. Někdy se tento chlad projevuje nedostatkem fantazie a neschopností k umělecké činnosti. **Častým důsledkem jsou degenerativní choroby — bolesti zad, artritická onemocnění, různé demence, ale také rakovina nebo Parkinsonova nemoc, jejímž projevem jsou příznačně pohyby, jež můžeme vnímat jako strojové**, v tomto ohledu jde o ukázkové degenerativní onemocnění. Tato **strojovost se může projevovat i v myšlení, a rovněž v neschopnosti (i duševně založeném odmítání) zpívat, malovat nebo tancovat**. Významným faktorem pro vznik studených nemocí je stres a typicky studenými nemocemi jsou i na něj často navazující psychická onemocnění jako úzkosti a deprese. Protože každý stres sebou přináší také ochlazení. Když je někdo ve stresu, ve strachu, v depresi, tak je zkrátka studený.

U nádorových onemocnění je typickým projevem nedostatek tepla, který je přítomen na prvním místě. Teplota je odrazem naší imunity. Při zánětu či chřipce máme horečku, aby se imunita nabudila, posílila. Je to samoúzdravný, salutogenický proces. **Pacienti s nádorem jsou zimomřiví, často mají tělesnou teplotu pouhých 35 °C** a když se začnou léčit onkologicky, tak jsou zimomřiví ještě více, protože chemoterapie je ještě více zatíží a klesá i tělesná teplota až na těch 35 °C, někdy i 34,9 °C, takže jsou fyzicky podchlazení. Proto si při léčbě zapisují naměřenou tělesnou teplotu a pak je na jejím průběhu třeba vidět, zda je to robotické (úsečka), a nebo zda má teplota pravidelné kolísání, jak je tomu u zdravého člověka. Jedna kolegyně měla tělesnou teplotu 35, nebo 36 °C a nejednou skok a teplota se zvýšila o 0,5 st a již zůstala. Tak jsem se ptala, prosím tě, co jsi v tomto období udělala? **„Dala jsem výpověď.“ Rozhodnutí, čin, které udělá člověk sám ze sebe, posílí jeho já, jeho imunitu, a tím se zdravě zvýší, dříve patologicky nízká, tělesná teplota.**

Základní nutností v případě studených nemocí je pak dodávat člověku teplo, a to na všech úrovních:

Na tělesné úrovni to znamená fyzické zahřívání nejrůznějšími způsoby — **horkými koupelemi, předehříváním postele, termolahví, ale také dostatkem pohybu a sportem**.
Na duševní úrovni dodává člověku teplo **veškeré umělecké tvoření** — malování, tancování, zpívání, divadlo apod.
Na duchovní úrovni se jedná především o **teplo lidské osobnosti**, které se manifestuje například v dobrých mezilidských vztazích. Velmi důležitý je i vztah k sobě a ke světu, který nás přesahuje.
Všeobecně tyto zahřívací techniky pomáhají i proti všem pracovním stresům, depresím, panikám apod. Pacientům často říkám, že **to, co vás léčí je v tomto smyslu vše to, co neumí počítač.**

Někdy je problém, že **schází teplo na duchovní úrovni**, tedy teplo Já. **Schází, řekla bych, jistá bojeschopnost a obranyschopnost nejen na fyzické úrovni, ale i na úrovni Já, což se projevuje například ve vztazích neschopností nastavit si hranice**. Takový člověk žije pod neustálým tlakem svého partnera, nadřízeného, nebo nějakého manipulátora a podobně. A když někdo žije dlouhodobě pod takovýmto tlakem, to znamená, že si nedokázal udělat hranici na duševní úrovni, poté je špatná i hranice na fyzické úrovni a ani **imunita nerozpozná například nádor**, tedy to, že se nějaká buňka začne množit po svém. Takže velice zjednodušeně řečeno, když to není schopna udělat imunita té maličké nádorové buňce, která si tam něco dovoluje, tak to není schopen říci ani člověk a ošetřit si tak své hranice na vnější úrovni a naopak.

Jako medikament se pro dodání tepla do organismu využívá jmelí. Jmelí je imunomodulans a proto se indikuje i u nemocí jako je například AIDS, ale třeba i tam, kde někoho bolí klouby, kdo má artrózu. Takový člověk je také prochladlý a ztuhlý a injekce jmelí ho prohřejí. **Jmelí je lék, který dokáže ve správném dávkování navodit i horečku**, **která je někdy tolik potřebná, posílí imunitu**. Jsou i lidé, kteří na injekci chodí třeba pouze jednou za měsíc, aby se prohřáli, aby chorobný degenerativní proces nepokračoval. **Důležitá je ovšem kombinace terapie na duchovní, duševní i fyzické úrovni**, a to včetně návyků a změny životního stylu. Antroposofická medicínská terapie se proto **doplňuje vhodnou psychoterapií, rytmickými masážemi, kraniosakrální masáží, léčebnou eurytmií a všemi uměleckými terapiemi.**

U lidí nadměrně používajících počítače a techniku, ale třeba i u manažerů, často pozoruji, že pracují dlouhodobě po mnoho hodin především hlavou a pak jdou do fitness centra, nebo jezdí celý víkend na kole. Jde tedy o takový extrém, **mají přetíženou hlavu a pak končetiny (vůli), ale chybí jim zapojení srdce (středu**), schází jim sociální stránka a umělecká činnost. A to se již často vyskytuje i u vysokoškoláků; přetěžují hlavu, pak si jdou zaběhat, pak opět pracují hlavou a já se jich vždy ptám, jak chtějí obstát v praxi, kde chtějí brát fantazii? Vždyť takto se naučíte pouze papouškovat. Snažím se je pak motivovat k tomu, aby pak v praxi nebyli pouze papoušky, ale byli kreativní a mohli vynalézat. **Potřebují umění, které je přivede ke kreativitě.**

Začíná to již u vysokoškoláků a pak u manažerů a lidí pracujících na PC to vidím velice často. Mylně se domnívají, že jim stačí, že to doplní pouze pohybem. Ano, pohybem částečně teplo doplní na jisté úrovni, takže je to lepší než nic, ale **zapojení umění, lásky a sociálních dovedností a kvalit srdce je nepostradatelné.**

Již na to přišli i ve velkých firmách, které dávají svým zaměstnancům permanentky do fitness center, aby se pohybovali. Zjistili, že nějaká míra stresu poklesla, ale nepoklesla dostatečně. Pak zjistili, že když **začali zaměstnance posílat meditovat**, pak to teprve mělo efekt. **Meditace přináší trochu i duševní teplo.** Obrátí lidi k sobě i světu, který je přesahuje. Je dobré, že to vidí a jdou tímto směrem. Tak se lidé na vyšších postech o sebe snaží trochu starat, ale **nejhorší to mají ti nejobyčejnější ajťáci, kteří stále jen programují a nic kolem nevidí a neslyší.**

Obecně častěji onemocní lidé, kteří nevidí sama sebe. Nevnímají se. Starají se o okolí, investují do dětí, do firmy, všem pomáhají ale na sebe zapomenou. Pak na ně zapomene i jejich imunita a tito lidé onemocní, mají často nádory. A pak se teprve vrátí sami k sobě. A k tomu potřebují pomoc terapeutů.

Souvisí to rovněž s dvanácti smysly, jejich sycením a rozvíjením. Jeden z těch dvanácti smyslů je smysl životní. Ten nám říká, jak se mám, cítím se dobře? Mám hlad? Co potřebuju? Lidé se nedokáží vnímat, necítí svou vlastní potřebu, nevědí, že jsou ztuhlí, že je něco bolí. Když takové lidi vyšetřuješ, třeba hmatem a ptáš se, toto vás bolí? A oni říkají a jo, vlastně no jo, ale to je již tak pořád. Lidé to nejsou schopni vnímat. A pak nevnímají ani teplo a chlad, takže pak chodí v zimně v krátkých rukávech, jsou promrzlí, ale nevnímají to. A to nevnímání sebe sama je také na různých úrovních. **Nevnímají své tělo, ale ani třeba to, že jim někdo ubližuje (duševně), že jim něco škodí, nebo že mají hlad a žízeň.** Nejsou schopni vnímat své základní životní potřeby. A to začíná již v dětství, protože první rozvíjíme smysl pro hmat a jako druhý životní smysl.

Byl u mne jeden pán, který říkal takový vtip o mobilech, prý ho našel jako nápis na zdi v nějaké restauraci:

„Jakou jste měli letos dovolenou? Ze které krásné destinace po celém světě jste letos čuměli do svého mobilu?“

Dnes chodí lidé s mobilem i pro léky do lékárny, protože jako lékaři máme nyní tzv. e-recepty, které jsou dané zákonem a nám z toho plynou jisté povinnosti. Takže **všichni doktoři musí používat e-recepty** a kdo je nepoužívá, tak musí zrušit ordinaci. A nevzešlo to z toho, že to chtělo Ministerstvo zdravotnictví, nebo farmaceuti, nebo lékaři, nebo pojišťovny, či SÚKL, **ale vzešlo to z IT lobby**.

A co ještě může být v kontextu tvé práce důležité je to, že v medicíně je **rozdíl v taktu a rytmu v rámci medicínských biorytmů**. Máš jasný rytmus, jak dýcháš, jak ti tluče srdce, jak se ti obměňují buňky. A takt, to je strojová záležitost. V rytmu máš trochu vůli, například dýcháš a ne vždy se nadechuješ úplně stejně. Nebo máš rytmus 72 tepů, ale jednou máš 73, jednou máš 70. Nebo když se nadechuješ, tak srdce buší trochu rychleji, než když vydechuješ, ale v závěru ti to souhlasí s celkovým rytmem. Takže jde o to, že tam máš jistou vůli (toleranci pro odchylky), kdežto to v taktu není. **To je strojový takt s absolutní pravidelností.**

To se třeba měří v rámci panických atak, na to je takový přístroj (test srdeční variability) a on ti měří tep, klak krve, frekvenci dechu a tím sympatikus a parasympatikus, vegetativní systém. V rámci neurologických poruch, když máš panické ataky, tak máš na výši sympatikus a když někdo například stále omdlévá, tak má na výši parasympatikus, tam je ta nerovnováha. Jsou přístroje, které ti měří, jak máš vyrovnanou toto vegetativní soustavu. Nyní jde o to, jak se ta dysharomie dá vylepšit, tolik možností zase není. **Dá se to léčit antidepresivy, ale někdy pomůže psychoterapie, klid a terapeutický rozhovor, nebo se to léčí pohybem, rytmem**. **Musíš mít rytmus a pravidelný pohyb** a pak se léčíš. - . Dělají se výzkumy, a nám ukazovali na přednáškách, že ten přístroj nasadíš a vidíš tam rozházené jednotlivé křivky a snažíš se to zharmonizovat tím, že myslíš na nějakou hezkou věc, nebo na nějaký obrázek, nebo můžeš použít modlitbu Otčenáš, koncenrtaci, zkrátka něco, v čem se zklidníš, a jednotlivé křivky se ti srovnají. Srovná se sympatikus a parasympatikus. Podobně jsem to viděla v nemocnici, když jsem byla na JIPce. U lidí zjišťuješ tep, tlak, teplotu, a dokud to nějak kolísá a na přístrojích se každou chvilku ty údaje mění, tak je to v pořádku. **Ale jakmile se ti údaje na přístrojích přestanou měnit a stále máš stejný tep i tlak, tak již život pomalu odchází. Nastává tam ta počítačová záležitost taktu.**

Rytmus je nositelem, života. Opakem je strojový takt. Když má organismus tendenci upadat z rytmu do taktu, lze to na přístrojích zaznamenat. A když je to na přístrojích vidět, to dělá například sportovní lékař, který na to má specializované přístroje, tak lze člověka varovat před onemocněním a doporučit co dělat.Ja změnit životní styl. **Práce přes tělo je pak velice důležitá v kombinaci s prací přes Duši**. **Například rytmické masáže** srovnávají sympatikus a parasympatikus na fyzické úrovni. To pracuje s podvědomou úrovní, protože my nemáme ve vědomí vše, co se děje v našem organismu. Nemusíš vědomě vyplavovat enzymy a říkat si, kdy má který sval například pro trávení stáhnout a kdy povolit.

V anthroposofických nemocnicích jsou součástí péče také **kraniosakrální masáže**, které se využívají hlavně v psychiatrii a v psychologii. Mají obdobný účinek. **Ideální je vždy kombinovaná terapie**. **Pasivní terapie jako jsou masáže, koupele, medikamenty, aktivní jako jsou procházky, psychoterapie, umělecké terapie, léčebná eurytmie**. Každá terapie pomůže pacientovi z jiné strany najít sama sebe, **posílit jeho samoúzdravné síly a sebevědomí**. Pak může být každá dobře uchopená nemoc pomocí.

Příloha č. 10 - MUDr. Petr Mílek (nar. 1968), psychiatr a psychoterapeut

Psychiatr a psychoterapeut Per Mílek absolvoval studium medicíny, dále odbornost psychiatrie/ psychoterapie a vzdělání v sociální terapii v Německu, kde také pracoval tři roky v dětském domově s postiženými dětmi. Je absolventem výcviku v "Integrativní Gestaltterapii", výcviku NLP (neuro lingvistické programování) a výcviku v systemických konstelacích. Po návratu do ČR začal v roce 2004 působit jako psychiatr ve Fakultní nemocnici v Hradci králové, kde od roku 2007 vede denní stacionář psychiatrické kliniky. Od roku 2004 je členem kolegia školy chirofonetiky v ČR a od roku 2010 se podílí na organizaci mezinárodního postgraduálního vzděláváni lékařů (IPMT) v Českém Krumlově. Soukromě vede na různých místech semináře pro rozvoj osobnosti.

Redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

17.2.2018, Lázně Bělohrad

Poznámka výzkumníka: *výstupy rozhovoru byly v tomto případě uspořádány do jednotlivých kapitol shrnujících inspiraci pro možnosti sociálně-terapeutické práce. V úvahu je třeba vzít skutečnost, že respondent vychází zejména z praxe denního stacionáře psychiatrické kliniky, a proto nemusí být veškeré metody bez dalšího odborného vzdělání přímo přenositelné do praxe sociálního pracovníka*.

***

Začíná to již s příchodem televize a aktuálním trendem je, že jsou děti *prostřednictvím PC, tabletů, mobilů a jiných technologií* vedeny k *umělé,* nikoli traumatické, ale technologiemi vyvolané, ***disociaci a ke smyslové retardaci.*** Bohatost (dvanácti) smyslů je nevyužitá, redukovaná na zrak a sluch a tím pádem jsou omezené i schopnosti. Na **jedné straně je genialita v ovládání počítače s využitím zraku a sluchu a možná ještě prstu, který kliká na myš, ale zbytek těla a bohatost vlastní Duše je úplné vytěsněna, dochází k odcizení a prázdnotě**. A když se budeme takových dětí, které vyrostly před televizí, ptát, tak zjistíme, že si ty shlédnuté filmy nepamatují! Čas dětství je tak prázdný. Tyto děti budou mít prázdné dětství, které je bude ve své prázdnotě bolet, a budou tuto prázdnotu nuceni zaplnit například nějakou závislostí, aby ji nevnímali, protože je pro ně děsivá.

Dalším důsledkem (mimo mnohého jiného) je z**tráta empatie, což souvisí s vytvářením například mocenských struktur na pracovišti a různými formami šikany. To může opět vést k závislostnímu chování či pokusům o sebevraždu.**

Dalším fenoménem, který k tomu patří, je samozřejmě narůstající násilí , které je obsaženo nejen v TV, na internetu, ale i v PC hrách a poté je přenášeno do reality. Je možné vidět, co hrozí v budoucnu. Již nyní existuje více paramilitaristických skupin, které chtějí nějakým způsobem realizovat to, co hrají a jejich počet bude narůstat. K tomu samozřejmě patří i útoky ve školách. To, že se tito střelci objevují, je také jeden z důsledků. Musíme si uvědomit, že PC hry reálného zabíjení byly vyvinuty v armádních kruzích, aby se vojáci otupili vůči zabíjení. Ani jsme si nevšimli, **že armáda vložila do společnosti těžkou patologii**. To, že jsou lidé schopni bezcitně zabíjet a jsou schopni si tuto schopnost vypěstovat, je jistý **protipól, ve kterém jde o to odnaučit se empatii**. Cíleně se empatii odnaučit.

Další je pak **společenská (ne)odpovědnost vůči budoucím problémům** u jedinců, kteří budou postiženi technologiemi od narození. Na tyto přicházející problémy bude třeba hledat úplně nová terapeutická východiska.

Domnívám se, že my psychiatři se budeme i nadále zabývat především obětmi a narůstat bude počet sociopatů, kteří budou tropit škody ve větší a větší míře. **A my budeme léčit ty zneužité a zlikvidované a šikanované ženy nebo slabší muže, kteří jsou objetí narůstajícího počtu sociopatů, které jsme si vypěstovali skrze tyto**

počítačové hry. A pak budou samozřejmě na interně sedět vybledlí, vyčerpaní ajťáci, kteří celý život strávili před obrazovkou a ve 40-50 letech jsou natolik vyčerpané jejich životní síly, že musí umřít.

A když se ještě vrátíme k počítačům. **Když takového člověka od PC jeho problémy ještě navíc vyřadí z práce**, protože potom není schopen pracovat a on **se poté uchýlí opět k počítači, byť k sociálním sítím a hrám, zase bude tam, kde byl**. Vlastně je to úplně jedno, jestli dříve pracoval na PC profesně a nyní hraje na PC hry. Dělá vlastně naprosto totéž, pro organismus je to jedno. **Takže je těžké z toho vystoupit**.

To terapeutické, co nabízíme v naší klinice, je to, že jde o skupinovou práci; je to malá, přehledná, bezpečná skupina, ve které vládne vlídná atmosféra, podpora při komunikaci, výzva ke komunikaci, přímá každodenní výzva komunikovat a pomocná ruka při strukturované komunikaci. To je to, co by již vedlo k terapii, o čem se dá říci, že již léčí závislosti na PC. V tomto ohledu by stačil standardní stacionář, který nabízíme i pro ty neurotické poruchy. Takže nabídnout to lze i pro lidi v sociální izolaci, v depresi, nebo u sociálních úzkostí lidem, kteří zapomněli s realitou zacházet, vyhýbají se světu. To samozřejmě známe již z depresivních a úzkostných poruch.

Myslím, že celé to pole práce s tělem a umělecké terapie je to, co je v tomto případě nosné.

Práce s tělem

Důležitá je práce s fyzickým tělem, aby lidé začali cvičit a spíše než gymnastiku například rozcvičku, která je procítěná, při které člověk vnímá své tělo a nejde pouze o mechanické cvičení. Využitelné jsou zde například techniky, které vycházejí z Tai Chi a Čchi kung. Dále pracujeme s léčebnou eurytmií, při které člověk při pohybu dýchá a cítí a pozoruje toto cítění a pohyby tomuto cítění odpovídají.

Práce s dechem

Technikou postižení lidé jsou často ve stresu a z tlaku, který je na ně vynakládán, jsou v jakési neschopnosti, jsou ztuhlí a nedýchají. Dnes lidé nedýchají, ale to je již chronické. Jde o každodenní dýchání, relaxační dýchání. Dnes se tomu říká třeba mindfulness (soustředěná pozornost), vychází to z vipassana budhistické meditace – jde o to prodýchávat a pozorovat své dýchání. Jenom dýchat, sedět v klidu, soustředit se na dýchání, pozorovat své dýchání a nic jiného neřešit. Nebýt v akci, být pouze pozorovatel svého dechu. Mindfulness je dnes metoda, která se šíří i v oblasti KBT jako třetí vlna KBT, do které je zapojeno mnohem více budhistických meditačních technik. Takže toto myslím určitě každý s depresemi a úzkostí potřebuje a také ti se závislostí na technologiích.

Relaxační techniky

Na to navazující relaxační techniky jako je uvolnění svalů, aktivní řízená imaginace, které se k tomu dají připojit. Člověk si představuje něco poziotivního, co ho navede na pozitivní myšlení a na vnitřní komunikaci sám se sebou. To jsou věci známé z terapií traumatu.

Sebereflexe

Pak je pro nás důležité, že se pacienti naučí sebereflexe a k tomu používáme pravidelné tři otázky:

- **Jak se cítíš?** Jde o to pojmenovat jak se člověk cítí, naučit se pojmenovávat své emoce.
- **Co tě zaměstnává?** Stačí to pojmenovat, neznamená to, že je třeba to hned řešit. Jde o to, že psychika na nás nějak doléhá a něco vyzařuje a vždy je nějaké téma, které je pro mne aktuální a zítra to může být jiné téma, může se to střídat i z hodiny na hodinu. A jde o to se naučit toto pozorovat a pojmenovat.
- **Jaké máš potřeby?** To je další téma, protože lidé dnes často zapomínají na své potřeby, nedovedou si je připustit a popsat. Takže těm pomáhá dostat se do kontextu, být viděn a vidět sám sebe a sám sebe verbalizovat.

Zpěv, malování a pracovní terapie

Dále s lidmi zpíváme, společně malujeme a máme i pracovní činnosti a terapie. Ručně si každý něco vyrábí a může si při tom volně hovořit a komunikovat. Podstatné je, že pracuje rukama, které zaměstnává i když je zprvu jen nějaká drobnost. Ale díky tomu zjistí, že jeho ruce jsou nějak šikovné. A člověk tam není sám, pracuje v malé skupině, je v kontaktu s ostatními a zažije soudružnost.

Přestávka, káva, vytváření prostoru pro setkávání

Zajímavé jsou potom přestávky. Lidé pijí kávu, čaj, volně mezi sebou komunikují a nejednou zjistí, že to jde. Takže přestávka je velice, velice důležitá součást procesu.

Procházky, pohyb v přírodě

Důležité je jít s hůlkami do lesa, pohyb v přírodě; nejlepší je severská chůze, která umožňuje prodýchávání a zároveň dává možnost při tom společně mluvit a vnímat okolní reálnou přírodu.

Reintegrace jako cíl terapie

Takže shrnout by se to dalo i tak, že cílem terapie je vlastně reintegrace. Přijmout vytěsněné, zapovězené a odštěpené části opět do vědomí a spojit je v celek toho, že jsme ucelené bytosti, ke kterým patří vše, i to, co si ani nechceme zprvu připustit. To je vlastně již od Junga, Freuda, princip reintegrace nepříjemných, nevědomých částí .

Vnitřní prázdnota a její překonávání

Když například rodiče místo vlastní přítomnosti nabídnou dítěti tablet nebo mobilní telefon, dítě zažívá, že je odpojené od matky a zažívá vlastní neuspokojení, vlastní díry v sobě, které poté vedou k tomu, že hledá uspokojení a naplnění něčeho, co nejde naplnit.

Víme, že když tyto díry v dětství vzniknou, tak se v podstatě nedají nahradit ani dosytit. Jde o to, tu bolest v sobě uznat a naučit se s ní zacházet, což je možné a vede to opět ke zlepšení, protože pak **vědomě pracuji na tom, abych začal vnímat přírodu, barvy, umění**.

Rodiče s tím mohou pracovat a mohou to zlepšovat a jejich děti mohou díky této vědomé práci od rodičů získat více, protože se budou více snažit. Sice o něco, co zprvu vlastně ani neumí, ale důležité je začít. Rodiče se mohou učit, i když jsou technikou sami postižení, udělat to lépe pro své děti a jejich děti od nich dostanou více, než měli šanci dostat oni sami. Dokonalost neexistuje. Ale je to boj proti této době, která vytváří nové a nové díry a rodiče nově a nově postiženi pokračují ve zhoršování situace.

Stimulace smyslů, životní smysl a únavový syndrom

Pochopitelně pomáhá také vše, co vede k opětovnému zcitlivění těla dotykem, masáží, zkrátka stimulací bazálních smyslů. Podobně jako u starých lidí v domově důchodců, kde se tělo opět senzibilizuje, **začínají si uvědomovat, že mají nohy atd.** Takže taková **bazální stimulace bazálních smyslů**. To může přes dotyk (hmat) pokračovat ke stimulaci smyslu pro rovnováhu, smyslu pro pohyb, životní smysl a tak dále. To vše je pro tyto lidi užitečné, protože začnou opět vnímat různé bolesti těla, hlad, žízeň, nevolnosti. Dělají si vlastně takovou inventuru a spojují se opět se svým tělem a se svými smysly.

Životní smysl je u lidí pracujících s PC často úplně vypnutý, disociovaný, nevnímají, že přichází v náznacích nemoc, protože ztratili smysl pro takovéto vnímání. Jsou nachlazení (zchlazení). To je další věc, že lidé neumí s nemocemi zacházet a počítač k tomu vlastně svádí. Kdyby člověk pracoval na stavbě a dostal horečku nebo něco takového, tak pravděpodobně na stavbu nepůjde. Řekne si, jsem nemocný, nemůžu pracovat venku, půjdu radši na nemocenskou. Ale počítač je doma v teple, tak si lidé řeknou, jsem nachlazený, ale to nějak překonám, vezmu si Paralen, Ibuprofen, nebo něco podobného, a pracuju dál. A ono to asi u počítače jde, protože je to fyzicky lehká práce a tím pádem **člověk potlačí lehké příznaky, ale pak přijdou ty chronické, jako jsou únavové syndromy, což je typické pro naši dobu**. Protože tím, že potlačujeme například virální onemocnění Paralenem a antibiotiky a přebijeme to, tak si vlastně vypěstujeme chronický únavový syndrom, který je poté neovladatelný a

lidé přestávají zvládat koncentraci, soustředěnost apod. A to nastává po čtyřicátém roku věku. Kolem třiceti let to začíná a po čtyřicítce jsou ti lidé vyřízení.

Léčba únavového syndromu, psychiatrické a jiné léky a jejich účel, příklad s vysokým tlakem

Možnost léčby únavového syndromu je, ale trvá to několik let jiného životního stylu. Problém nejprve kompenzujeme našimi psychiatrickými léky, nasadíme antidepresiva, léky na spaní, nějaká hypnotika, vytvoříme nejprve závislost. Ale antidepresiva to trochu potlačí, aby se s tím dalo opět trochu žít; **jde o to, aby lidé pochopili, že léky mají pouze proto, aby dostali šanci a změnili životní styl**. To je podobné jako s vysokým tlakem. Když má někdo vysoký tlak, tak dostane antihypertenziva, to je dobré, ale když pak začne sportovat, chodit na procházky, hubnout, zdravě jíst, tak se mu tlak sníží tak, že vysadí léky a bude zdravý. Ale když to neudělá a žije dále dle původního modelu, tak mu ty léky sice sníží tlak, ale úmrtnost na antihypertenzivech je stejně vysoká, jako kdyby ty léky nebrali. Takže léky sami o sobě to nevyřeší, ty jenom zajistí, že má pacient nízký tlak předtím než umře. Tlak má zdánlivě v pořádku, ale je na tom průměrně stejně, jako kdyby ten tlak neléčil.

Medikace, její nahrazení zdravým životním stylem, humor

Je to pochopitelně individuální, ale osobně si domnívám, **že to, co mohou dnešní léky, se vždy dá nahradit zdravým životním stylem. Jako se dá každá úzkost rozdýchat a deprese se dají rozhýbat a je to stejně tak účinné, nebo ještě rychleji účinné než léky.** Člověk to musí pouze chtít a nacvičit, a **když se hýbe a naučí se smát, tak tímto smíchem a pohybem může depresi překonávat**. Ale musí to skutečně dělat. A to je těžký trénink.

Mizející empatie a její cvičení

V terapii je důležité, že se dá empatie cvičit. Máme ve skupinové terapii jednak možnost pracovat verbálně, ale to je pak také odštěpení, protože člověk pouze mluví, ale neprožívá. A když pracujeme s tzv. **konstelační prací,** kde vlastně pracujeme s tím, že se **vžíváme do role druhých, tak cvičíme empatii**. Kontelační práci vynalezl v Německu v 70. letech Bert Hellinger; dost se rozšířila a používá se dnes i v managementu, v soukromé sféře, v poradenství i v supervizi. Tak ve skupinové terapeutické práci nabízí lidem to, že jeden si postaví právě něco jako systém, ať již vnější, nebo vnitřní, a ostatní mu slouží k tomu, aby mu reprezentovali části tohoto systému, a tím dostávají možnost vžít se do něčeho, co se jich netýká. A najednou zjistí, že ono to funguje, že stačí pozorovat své tělesné prožívání na tom místě, kam jsou postaveni, do jaké role byli postaveni a tuto roli začnou prožívat. Přestanou si vymýšlet, na to dbáme, aby si nevymýšleli, protože to není žádné divadlo, ale aby si uvědomili, že mohou cítit, jak se na tom místě cítí. A to popisují a dávají k dispozici. Najednou zjistí, že jsou schopni empatie a to je velice baví. A prožívají něco, o čem pak řeknou, „ty jo, toto jsem potřeboval prožít, bylo to pro mě důležité to prožít“. A zároveň cvičí empatii. A není to zpočátku o nich, takže nemají takové zábrany prožívat zprvu něco, co by bylo pro ně osobně nepříjemné. Hodně se oddají prožívání něčeho cizího, říkají „ano, pro tebe to udělám rád, tvého tatínka budu rád vnímat“, protože to, co se nás samotných netýká je jednodušší. A zase ten, který se na to dívá, tak třeba pláče, ale ten kdo to prožívá, tak jenom **prožívá něco cizího, ale tím cvičí empatii**. **A pak si zpětně řekne, ale to co jsem prožil, to se mně přeci také nějak týká. Přijde sebereflexe**. T**ento typ terapie mi proto přijde ideální i pro ajťáky.** A na nich je vidět, že ti mají opravdu velký problém vůbec se do toho dostat. Jsou hodně v hlavě a dalo by se s nimi v podstatě pracovat v rámci konstelační práce **pomocí takových cvičeníček, které máme na rozehřátí**. Toto oni potřebují více cvičit, jde o to jim to dovolit, ne řešit nějaké problémy, ale jenom to: postav se na nějaké místo, zkus být strom, zkus být něco a vnímej, co to s tebou dělá. A ono to jde zkusit. **Takže s těmito lidmi konstelační práce musí vypadat ještě jinak, je to taková před-školka, přípravka**. Protože z praxe vyplývá, že oni při té práci zůstanou v hlavě, nikam to nevede, tak je musíme vystřídat. Ale přesto by tato práce pro ně byla smysluplná. **Ukázat jim, že schopnost empatie se dá opět nacvičit, a že je to o vnímání celým tělem**. **Že to není o přemýšlení, ale o vnímání celým tělem a o bezpečí si to dovolit**.

Terapeutické divadlo

Dále terapeutické divadlo, třeba dle Vladimíra Iljina. To byl Rus, herec, divadelník, který takto pracoval s lidmi v terapeutickém divadle. Pracuje se tam s dramatickým uměním, hlasem apod., ale má to také svůj sociální rozměr a prožívání dané role.

Terapeutické komunity, biodynamicky hospodařící statky.

Ale abychom se vrátili ještě k počítačům. Je trochu pesimistické, že nám schází nabídky sociálních společenství a terapeutických komunit. Tedy toho, co je pro lidi, kteří se dostanou do kruhu závislostí a obtíží spojených s informační technikou, velice podstatné.

Společné bydlení ve skupině a práce jiného druhu než na PC s podporou ostatních alespoň na dobu 2-3let, aby se to pro ně stalo novým chtěným životním stylem. Myslím, že kolem každého zdravého statku, biodynamicky pěstujícího zeleninu, nemyslím nyní velké agro statky, které jsou zaměřeny na výkon a maximalizaci výtěžnosti, ale ty moderní biodynamická hospodářství s permakulturními zahradami a s biodynamickým, nebo čistě bio-alternativním hospodařením, by mohly vznikat komunity lidí. Zde by takto postižení opět našli uplatnění, smysluplnou práci, zdravý životní styl a společně s jedním či dvěma sociálními pracovníky, kteří by je vedli, aby z toho hned nevypadli, by se z toho mohli dostat a za pár let se opět vrátit ke zdravému životnímu stylu, který by již mohli zvládat sami a najít si tak jiný způsob života.

Příloha č. 11 - MUDr. Lukáš Dostal (nar. 1963), lékař

Vystudoval Lékařskou fakultu Univerzity Karlovy, promoce 1988. P*o studiu medicíny krátká praxe úrazová chirurgie a ortopedie a dále vnitřní lékařství. V letech 1998 až 2012 v*edl české zastoupení firmy Weleda produkující přírodní kosmetiku a léčiva. Od roku 2012 pracuje jako sekundární lékař na I. interní klinice v německém Lauchhammeru, těžiště gastroenterologie, onkologie a antroposofická medicína.

Redigovaný, selektivní shrnující obsah rozhovoru relevantní k tématu výzkumu

19.2.2018, Praha

Poznámka výzkumníka: *Rozhovor byl pro lepší přehlednost opatřen nadpisy uvozujícími jednotlivá témata.*

***

Snažím se opírat o osobní zkušenost profesní, o zkušenost se sebou samým i s našimi čtyřmi dětmi, o to se mohu opřít.

Příklad starších dcer

Začnu nejprve u rodiny, protože tam jsem prvně viděl, co informační technologie s člověkem dělají. S manželkou jsme byli za jedno v tom, že v předškolním věku ani v raném školním věku nechceme, aby se děti těmito technologiemi zabývaly. **Vlastně jsme je vědomě drželi od ICT pryč**. Ne z důvodu, že bychom byli proti technologiím zaujatí - já je považuji za obrovskou pomoc a výdobytek naší kultury a nedovedu si představit, že bychom se nyní vrátili ve vývoji zpět a tyto možnosti neměli - **ale především z toho důvodu, že v prvních letech života je možné čas s dětmi vynaložit mnohonásobně smysluplněji, abychom dítě podpořili ve zdravém vývoji.** Zejména v prvních letech života, kdy se mozek dítěte formuje především pohybovými aktivitami, jemnou motorikou a řečí, tak vnímám dnešní (z mého pohledu předčasnou) konfrontaci dětí s ICT jako vysoce problematickou. Naše děti patřily ve škole ve své třídě mezi poslední, které dostaly mobil. Naše děvčata ho dostala prakticky zároveň, tuším koncem 6., začátkem 7. třídy. Říkali jsme si, že ho sice doopravdy ještě nepotřebují, ale všichni ve třídě ho již mají, a navíc jsou ve věku, kdy tyto vývojové aspekty již nehrají tak závažnou roli. Mysleli jsme si, že si s tím již poradí. **Pro náš rodinný život to však byl na více než rok naprostý šok.** Co se stalo, když dostaly chytrý telefon? Od této chvíle měly sluchátka v uších, nemluvily s námi, vůbec jsme nevěděli, co se v nich odehrává. To bylo ještě něco navíc, než co sebou přirozeně přináší puberta. To, co sebou přináší puberta je, nyní to tak zpětně musím říci, hezké. Pubertální konfrontace mezi rodiči a dětmi jsou myslím oboustranně důležité a prospěšné. Ale nám přišlo, že mobilní, nebo „chytrý“ telefon, této pubertální konfrontaci brání. Děti se uzavřou do svého světa. A až někdy po 14., 15. roce z této závislosti na mobilním telefonu najednou vyrostly. O jednu z dcer jsme měli v tomto ohledu velkou starost. **Pro tu bylo vysvobození, když o prázdninách mezi 14.-15. rokem byla tři týdny úplně sama na horské salaši v Rakousku. Tam nebyl signál, žádná elektřina ani tekoucí voda a jí tento skutečný život a svět tak nadchnul, mám pocit, že to ji „uzdravilo“ a pomohlo jí to získat racionální postoj k médiím.**

Příklad nejmladší dcery a nejstaršího syna

Po tomto „kulturním šoku“ jsme si řekli, že nejmladší dcera **dostane chytrý telefon až kolem 14. roku**. Samozřejmě pokud to bude ještě nějak únosné ve vztahu ke spolužákům ve třídě apod. Nakonec bez mobilu nijak netrpěla a dostala ho před čtrnáctými narozeninami **a podobný problém jako u starších dcer vůbec nenastal**. Na tom je vidět, že důležitý není ani tak konkrétní kalendářní věk, nýbrž stěžejní je onen pubertální zlom, kdy dítě poprvé získá určitou vnitřní nezávislost na rodičích a dokáže se již samo ze své duše alespoň částečně ovládat.

Druhým výmluvným příkladem pro vztah dětí a ICT je příklad nejstaršího syna. Ten **dostal PC někdy mezi 6. a 7. třídou, do té doby s ním prakticky nepřišel do styku**. V sedmém ročníku začali děti zpracovávat ročníkovou práci, kterou pak v osmé třídě prezentovali. Na ní se syn učil, ještě s mou pomocí, zacházení s kancelářskými aplikacemi. **Syn se do toho pak ponořil sám a jakmile měl přístup k internetu, okamžitě si to samostatně nastudoval a během jednoho roku byl daleko napřed před všemi svými vrstevníky.** V 15 letech samostatně programoval, nyní studuje IT a pohybuje se v úrovních, kam já již se svými běžnými znalostmi nemám přístup. Například o prázdninách se bavil tím, že vyvíjel nový programovací jazyk.

Zpětně vidím rozhodnutí, že jsme naše děti v dětském věku drželi od ICT dál, jako správné. Je to samozřejmě příjemné, když to mohu takto vyprávět a poklepat si obrazně na rameno a říci, **ano, udělali jsme dobré rozhodnutí.** Podíváme-li se do odborné literatury na toto téma, tak jsou doporučení obdobná. Je vlastně překvapující, že veřejný tlak na časné zahájení výuky informačních technologií, dokonce v předškolním věku, je stále tak velký.

Když se vrátím ke své výchozí tezi, tak v prvních letech života jsou pro vývoj dětí zásadní úplně jiné aktivity než, byť v hravé formě, výuka informačních technologií. Rozhodně to není žádná brzda ve vývoji, když děti do 12-ti, dokonce do 14-ti let věku přijdou do styku s ICT relativně málo, protože to doženou v pravý čas velice rychle. **Všechny tři naše starší děti jsou, resp. byly v informačních technologiích ve svých třídách premianti, i když s nimi začaly aktivně zacházet ve srovnání s většinou vrstevníků vysloveně pozdě.**

Stroje a přístroje v medicíně – příklad odosobnění

Nyní udělám skok do medicíny. Na anesteziologicko-resuscitačním oddělení (ARO), kde nyní pracuji, komunikuji s pacienty velice málo. Většina pacientů je v umělém spánku a na dýchacích přístrojích nebo v přechodné fázi od dýchacího přístroje ke spontánnímu dýchání. Vyslovit i jediné slovo pro ně znamená velké úsilí. **Na příkladu ARO vidím, že by naši pacienti bez přístrojů, jako jsou ty dýchací, dialyzační, bez léků na podporu oběhu a dalších vůbec nemohli přežít.** Dýchací přístroje sice nejsou informační technologie jako takové, ty jsou ale v pozadí všech těchto přístrojů. O procesu dýchání se dnes ví nesmírně mnoho, a na moderních dýchacích přístrojích se dá nastavovat celá paleta dýchacích parametrů. Přístroje pro podporu dýchání jsou koncipované tak, že rozpoznají, že pacient začíná spontánně dýchat. Každý pacientův samostatný dech registrují a umožní pacientovi samostatné dýchání i když je v hlubokém bezvědomí nebo umělém spánku. Přístroj může také rozpoznat, jestli pacient ještě potřebuje trochu pomoci tlakem dodávaného vzduchu, nebo jestli je již vlastní dýchání dostačující. To všechno je třeba na přístroji nastavit. Jako lékař musím rozumět tomu, jak dýchání i přístroj fungují, jaké jsou ty parametry, jaké jsou minutové dechové objemy, saturace kyslíkem, jaká je v dané situaci potřebná frekvence dýchání a mnoho dalšího. Lékař pro pacienta navrhne nějaké schéma, nastaví ho. Pacient je nejprve uměle ventilován, později začíná dýchat spontánně. **První, co jsem si po prvních týdnech praxe na ARO uvědomil je, že jsem tak pohlcen technikou, že pacient zůstává hodně stranou. Lékař přijde k pacientovi a nejprve se podívá na obrazovku, jaké jsou dechové, jaké objemové parametry a na pacienta se dívá čím dál tím méně.**

Stroje a přístroje v medicíně – příklad smysluplného využití techniky

Při své předposlední službě jsem měl pacienta, který měl těžkou dechovou nedostatečnost. Nejprve byl na běžném oddělení a já jsem ho vzal na tzv. oddělení intermediární péče. To ještě není ARO, ale něco mezi tím a normálním oddělením. Tam máme ještě možnost neinvazivní podpory dýchání, tedy bez intubace a za vědomí pacienta. A protože to byl přístroj, se kterým jsem ještě rutinně nepracoval, požádal jsem kolegu, který měl službu na ARO, aby se na to se mnou společně podíval a případně mi poradil nějaké detaily. Bylo to krásný zážitek. **Kolega nejprve u pacienta stál a díval se na něj s tím nastavením dýchacího přístroje, které jsem navrhl já. Na pacienta se soustředěně díval asi pět minut. Pak si vzal fonendoskop a pacienta poslouchal, velice pečlivě vyšetřil plíce.** Pak teprve šel k přístroji a začal jemně měnit jednotlivé hodnoty. První, co změnil,

byl přetlak, pod kterým byl pacient prodýcháván. Změnil ho o malou hodnotu a opět pacienta poslouchal. **A pak znovu a znovu. Já jsem tím byl nadšený, protože jsem věděl, že ten přístroj nás za normálních okolností trochu odtrhuje od reality**, tedy od toho, co vnímáme smysly (smyslové vjemy nyní „naivně" považuji za realitu, nechci se pouštět do filosofické diskuse, nakolik to je doopravdy realita). **A tento lékař stál plně v realitě a přístroj té realitě přizpůsoboval. Těch, kteří takto v medicíně postupují, není bohužel mnoho**. V jednu chvíli mi řekl, vezmi si fonendoskop a poslechni si pacienta nyní a pak s tvým původním nastavením dýchacího přístroje. A já jsem ihned slyšel ten rozdíl. **Toto mi přijde jako nádherný příklad toho, jak je potřeba přístroje, techniku, bez kterých by pacienti již dávno nežili, neustále konfrontovat se smyslovou, lidskou realitou.**

Přínosy a rizika techniky v medicíně – vzdalování se od reality a smyslového vnímání

V: Nemůže se v budoucnosti stát, že budou pro lékaře na prvním místě přístroje a stroje a pak teprve pacient?

K tomu to velice směřuje. Já se považuji za lékaře, který dává pečlivému smyslovému posouzení pacienta - vyšetření pohmatem, poslechem, zrakem - velkou váhu. Přesto si uvědomuji, že ve chvíli, kdy mám okamžitě k dispozici rentgen, ultrazvukové vyšetření pacienta, tak vlastnímu smyslovému vyšetření nedávám již takovou váhu. Když třeba poslouchám plíce, tak v podvědomí vím, že musím pacienta stejně poslat na rentgen a svému smyslovému úsudku již nepřikládám takovou váhu. **A tím moje schopnost precizního vnímání a samostatného usuzování nezbytně zakrňuje.**

V: Takže člověk netrénuje své smysly a přenechává to technice?

Přesně tak. Tím se člověk vzdaluje z reálného světa. Vnímám oba dva aspekty. Na jedné straně techniku, která zachraňuje životy, ale zároveň, **pokud s tím člověk vědomě nepracuje, tak ho vzdaluje od pacientů**. Dnes již existují programy, které vyhodnocují rentgenové snímky, snímky z počítačové tomografie nebo z magnetické rezonance automaticky místo člověka. Dříve, když se chtěl stát lékař například radiologem, tak se učil. Něco byl schopen vyhodnotit samostatně, ostatní musel konzultovat se zkušeným kolegou, který ho zaučoval. Člověk byl v tomto procesu nenahraditelný. **První byl celostní pohled, bylo důležité, jak vidím celého pacienta, co o něm vím a pak teprve diferencuji nějaké detaily**. Nyní jsou již programy, které za člověka vyhodnocení snímků udělají. Aniž by cokoli dalšího o pacientovi „věděly". Lékař radiolog musí dnes pracovat v oboru minimálně 5 let, aby byl lepší než toto počítačové vyhodnocení. To nemůže dopadnout jinak, než že z toho člověk postupně úplně vypadne. Protože počítače to budou umět lépe (a rychleji a laciněji). A protože budeme mít tuto technickou pomůcku, tak člověk již nebude mít motivaci to sám studovat a vyhodnocovat. A v medicíně je to takto v řadě oborů.

V: Takže trend je předávání schopností a diagnostických kompetencí na počítače?

Ano. Já na to nyní nemám žádný univerzální recept. **Vidím, že ICT je něco, co s nějakou nezbytností nebo nevyhnutelností vstupuje do naší civilizace**. A to, co je potřeba ze strany nás lidí, lékařů, sester a dalších je, aby pacienti cítili: je tu někdo, kdo mne opravdu vnímá, kdo má „sou-cit" s mým utrpením. Což má bezprostřední, někdy dokonce okamžitý vliv na to, zda a jak se uzdravují. **My lékaři nesmíme ztratit vztah k reálnému pacientovi. Pacient potřebuje reálný zážitek toho, že je tu někdo, kdo rozumí jeho tělu a jeho procesům a zároveň ho bere vážně jako osobnost**.

V: Což se dnes již často děje, to znám z vlastní zkušenosti i z vyprávění klientů. Doba strávená v ordinaci se stále zkracuje a v tomto zkracujícím se čase věnuje lékař i ¾ svého času vyplňování něčeho v počítači a pouze cca ¼ času věnuje pacientovi. A v některých případech tak, že ani v tento čas nezvedne oči od svého stolu či PC. Takže se i v ordinaci stále vzdaluje kontakt člověka s člověkem.

Ano

Vsouvání techniky mezi člověka a realitu – příklad fotoaparátu

Dřív jsem rád fotografoval a v dávné minulosti si i sám vyvolával nafocené filmy. Přitom jsem si uvědomil, že u fotografování dochází k podobnému jevu. Tím, že chodím s jedním okem v hledáčku, **se fotoaparát vsouvá mezi mě a realitu**. Ve svém duševním naladění jsem v tu chvíli úplně jiný: hledám hezký snímek, ale hezký takříkajíc intelektuálně. Když před rostlinou nebo krajinou stojím bez fotoaparátu, tak ta krajina ke mně nějak mluví. **Nemluví pouze k mému intelektu, ale oslovuje mě také atmosférou, nějakým geniem loci, duší krajiny, nebo duší rostliny. Ve chvíli, kdy fotografuji, tak tuto rovinu úplně odříznu.** Je samozřejmě hezké, když byl člověk někde na túrách, tak se potom na fotografie dívat, sdílet je s rodinou, přáteli. **Dnes si fotoaparát sebou většinou vědomě neberu, protože tím tyto reálné, bohaté zážitky ztrácím.**

Hlubší vrstvy naší osobnosti se nespojují s realitou

To, co jsem nyní říkal, je z toho vlastně již nějaký závěr:

---

technologie se kladou mezi nás a skutečnost a vlastně vedou k tomu, že hlubší vrstvy naší osobnosti se nespojují s reálným světem.

Hlubšími vrstvami nyní myslím i již relativně povrchové citové zážitky, ne nějaké filozoficky hluboké vrstvy osobnosti, ale již naší každodenní emocionalitu.

Přemíra informací a proces rozhodování

Dalším fenoménem je přemíra informací a s tím spojené problémy v našem rozhodování, tedy v naší vůli. Zde existují dva typy rozhodování.

Například když mám pacienta s nějakou neobvyklou diagnózou, tak jsem často schopný si během 5 minut díky ICT k té diagnóze dohledat veškeré relevantní informace pro to, abych mohl pacienta ihned začít adekvátně léčit. To je velmi pozitivní aspekt těchto technologií. To jsou situace a rozhodnutí, kde je poměrně jednoznačně dáno, co je potřeba dělat. Informace vynuceně vedou k určitému rozhodnutí. Kromě vyhledání potřebné informace nemusím vynakládat žádné vlastní úsilí, vše je již předem dáno.

Druhá strana mince je to, že informací je v řadě situací tolik, že se do té zdánlivě ideální situace rozhodování na základě všech dostupných informací vůbec nedostanu. V životě je tolik rozhodnutí, pro která **nikdy nebudeme mít dostatek informací!** Kdy se musíme rozhodnout trochu silově, nebo na základě citu, nějaké intuice, kdy nám **přemíra informací někdy dokonce brání v tom, abychom svou vůli uvedli do pohybu**.

Naprosto banální příklad: když se chci oženit, to se nedá intelektuálně vymyslet, zda je to to nejlepší rozhodnutí. Za týden přece mohu, co já vím, potkat ještě lepší, krásnější, chytřejší, bohatší ženu. A člověk přesto musí rozhodnutí udělat i se všemi nejistotami a s celou závazností takového rozhodnutí. **A to je aspekt informačních technologií, který bychom měli mít na paměti, abychom se neodnaučili dělat i ta rozhodnutí, pro která nemáme dostatek informací.**

Když to zobecním, tak **všechny nové věci, které přicházejí do světa, přicházejí právě tímto druhým způsobem**. Veškeré již existující informace jsou z minulosti, jsou minulost. Když vezmu tuto minulost a poskládám jí sebelépe, tak z toho sice vyjde nějaká budoucnost, která je ale plně determinovaná z minulosti. **A když má vzniknout něco opravdu nového, tak to z tohoto proudu podle mého názoru nevzejde.**

Zploštění emocionálního obsahu technikou a možnosti prevence a nápravy

V: Máte ještě nějakou další praktickou zkušenost s tím, co by mohlo lidem příliš zasaženým technikou pomoci? Nebo zda vidíte nějakou příčinnou souvislost mezi technikou a nemocemi, které jsou již somatické, a které se dostanou k vám lékařům, ale mohou mít své kořeny ve světě techniky, jsou touto technikou ovlivněny, vyvolány?

Již z toho, co jsem řekl, je zřejmé, že **zcela určitě vede způsob komunikace prostřednictvím techniky ke zploštění emocionálního obsahu**. Počátkem 90. let minulého století, když jsme se se ženou poznali, jsme si psali desítky dopisů. V dopisech byla hloubka, opakovaně jsme si dopis od druhého četli, přemítali nad tím, jak to myslel, těšili se na další dopis…. Dnes již opravdové, papírové dopisy téměř nepíšu. Píšu stovky a tisíce e-mailů, ale to je úplně jiná rovina. Nedovedu si představit, že bych ženě poslal e-mailem takový dopis, jaké jsem tehdy psal ručně.

To je jeden efekt, který vede k tomu, že **vztahy jsou mnohem plošší**. Proto je důležité, **aby se dětem ve škole a výchově dostávalo toho, aby zaměstnávaly, vzdělávaly, probouzely i jiné složky své bytosti, aby nezakrňovaly**. K tomu vedou dva okruhy aktivit. Jeden vede k tomu, **aby se náš citový život diferencoval, obohacoval, prohluboval – k tomu slouží všechny umělecké předměty a aktivity**. Nemyslím nyní dát si sluchátka do uší a poslechnout si něco, i když to může být samozřejmě také krásné a člověka to obohatí, ale **něco opravdu umělecky tvořit**. A druhý jsou **tělesné, fyzické činnosti: ať je to štípání dříví, truhlářské práce, chození po horách nebo tancování**. Všechny **aktivity, které člověka zahřejí. Jak končetiny, tak srdce. Vše, co dělá člověk s radostí, se zápalem pro věc**. V tomto kontextu do toho nespadá, když chodíme do fitness centra - to jsou hodně mechanické a opět od reality odtržené činnosti.

Rozdíl mezi vědět a rozumět – od fragmentizace k celistvosti

Ještě jste mě přivedl na jeden aspekt. V dnešní době je to tak, že máme neuvěřitelné množství „informací“. **My toho tolik víme, ale tak málo rozumíme**. Vědět je náramně důležité. Když bezpečně vím, jak se dávkuje nějaký lék, mohu pro pacienta v akutní situaci něco udělat. **Ale rozumět znamená, že umím jednotlivé střípky svého vědění dát do jednoho celku**. Obrazně řečeno je informací dnes tolik, jako by náš krásný svět byl v nějakém ledovém zrcadle, to se ale roztříštilo a my tu máme spoustu nádherných a zajímavých střípků, ale **původní realitu, která byla plná, celková, hřejivá, jsme ztratili**. Proto jsem přesvědčený, že lidé, kteří hodně pracují s ICT, velice potřebují vše, co člověka prohřívá a zahřívá, ať už na duši či na těle. **Teplo opět zceluje**. Teplo je element, který proniká a šíří se vším.

Jeden příklad z celostně medicínského pohledu. Když za mnou přijde pacient a má infekční horečnaté onemocnění, snažím se vždy ptát: má pacient konstitučně tendenci se „rozpouštět“, „rozplývat“, nemít žádné hranice? Je-li tomu tak, tak se snažím co nejrychleji dostat infekci a horečku do nějaké formy, toho člověka „ zchladit“. **Nebo je to naopak člověk, který žije především ve svém intelektu, vlastně je celým svým nastavením**, myšleno nyní ne morálně, **studený, má příliš mnoho formy?** Pak si říkám: **zaplať pán Bůh, že má horečku**. V tomto případě se snažím jako lékař nemoc „hýčkat“ a dejme tomu trochu vést. Ale vést k tomu, **aby nemoc naplnila svou tepelnou, pro pacienta terapeutickou funkci**.

Fragmentizace v medicíně a budoucnost v celostním pohledu a individuálním přístupu

V medicíně je fragmentarizace reality díky specializacím extrémní. A i legislativní rámec tomu začíná odpovídat. Připadá mi, že v Čechách je to ještě horší než v Německu. Tam má například rodinný lékař mnohem větší kompetence, může dělat mnohem více věcí. Profese všeobecného lékaře v Čechách stále více směřuje k tomu, že **se stává pouze distributorem svých pacientu k jednotlivým specialistům, místo toho, aby jednotlivé specializované obory nějakým způsobem integroval pro dobro pacienta**.

Kdybychom se podívali na zapadni medicínu jako na celek, tak si myslím, že tendence k atomizaci medicíny nyní potřebuje protiváhu. Abychom vědomě, cíleně, intenzívně učili budoucí lékaře i celostnímu pohledu. Celostním pohledem nyní nemyslím to, co o sobě dnes prohlašují všemožné alternativní medicínské směry, ale opravdu to, aby byl lékař schopen vnímat a rozumět celku. To znamená, aby dokázal všechny detaily, které mu dávají jednotlivé přístroje, studie a specialisté, zasadit do celku a rozumět jim.

To by se ideálně mělo stát součástí medicínského mainstreamu, mělo by se to jako důležitý obor vyučovat na univerzitách, **mělo by se to stát předmětem vědeckých výzkumů a bylo by potřeba k tomu vyvinout adekvátní vědeckou metodologii**.

Příloha číslo 12 - Případová studie, mladý muž, student

Redigovaná sebereflexní písemná výpověď patologického hráče PC her

2017

***Poznámka výzkumníka**: Tuto autentickou sebereflexní výpověď učinil mladý člověk, který si přál vzhledem ke svému budoucímu povolání zůstat v anonymitě. Sepsal jí v době, kdy mu bylo přibližně 20 let. Pro její závažnost a vypovídací hodnotu vzhledem k tématu diplomové práce je uvedena v téměř nekrácené verzi. Z ústního osobního podání se výzkumník od autora této reflexe mj. dozvěděl, že dodnes je pro tohoto mladého muže, stále zápasícího se závislostí na PC hrách, velikým pomocníkem v tomto souboji umění a to konkrétně hra na klavír, které se učil ještě v době, kdy byl pod větším dozorem rodičů na základní škole. Tato mu pomáhá přemoci nutkavé pokušení zapnout si oblíbenou PC hru.*

***

V minulosti a dá se říci, že i v současnosti jsem byl nadšenec do počítačových her. Patologický nadšenec. Náš učitel celé třídě představil knihu Digitální demence od německého profesora psychologie Manfreda Spitzera. Prezentace této knihy mě zaujala a rozhodl jsem se si ji koupit a využít v této mojí úvaze. Rozhodl jsem se sám na sobě zkoumat dopady trávení času zábavou s prostředky ICT. Myslím, že člověk trpící závislostí na počítačových hrách, který si je toho vědom, má o tomto problému co říci.

Vyprávění o závislosti z první ruky, tedy od člověka, který jí trpí, by nemuselo být bráno na lehkou váhu, protože tato interpretace je blízká široké veřejnosti a dokáže v lidech, kteří také trpí závislostí a možná si to ani neuvědomují, rozsvítit poutavou reklamu s nápisem: "**Možná mám problém i já**".

První zkušenosti s počítačem jsem měl ve 12 letech. Moje matka se rozhodla studovat na vysoké škole a společně s otcem se rozhodli do naší domácnosti pořídit stolní počítač. Jelikož jsme byli s mým bratrem velmi zvídavé děti, stal se pro nás počítač velkou záhadou. Zkoušeli jsme ho zapnout, kreslit ve skicáři nebo jen tak psát náhodné věci do poznámkového bloku. Zpočátku jsme ho nijak zvlášť nevyužívali. Většinu času jsme trávili na dvoře a hráli jsme si s různým nářadím. Nejoblíbenější činností bylo zatloukat kladivem hřebíky do dřevěných prken. Ostatní děti v sousedství to posunuly na vyšší úroveň a k prknům přidaly i kolečka a vytvářely motokáry. S bratrem nám to nedalo a rozhodli jsme se to také zkusit. S pomocí naší revoluční techniky zatáčení se nám podařilo obsazovat první místa v sousedských závodech. Ano, přesně tak. **V mém dětství si děti ještě hrávaly na ulici**.

Jeden večer se nám doma počítač pokazil. Jelikož matka studovala, potřebovala ho mít hned opravený a tak zavolala místního opraváře. Příčina poruchy byla banální a tak ji opravář rychle odstranil. S bratrem jsme opraváři dýchali na záda, ale abych to uvedl na pravou míru, nezajímala nás ta škatule s pěti funkcemi, ale opravářova taška s nářadím. Opraváři se náš zájem o nářadí líbil a tak se nás zeptal, jestli chceme nějakou počítačovou hru. S bratrem jsme byli zpočátku odmítaví, ale jelikož jsme byli zvědaví, souhlasili jsme. Byla to hra Harry Potter. Najednou to pro nás už nebyla jen škatule s pěti funkcemi, ale zdroj dlouhodobé zábavy. Naše matka nám čas, trávený u počítače, omezovala na jednu hodinu denně. Ale čím jsme byli starší, tím se to prodlužovalo. Matka nám dokonce brala síťový kabel, když šla do práce, aby se ujistila, že nehrajeme. Ale není problém, který by kreativní děti nevyřešily. Například půjčením si napájecího kabelu od kamaráda.

Když nad tím retrospektivně přemýšlím, nacházím ve zmíněné situaci zarážející paradox. **Kreativitou, jakou jsme dokázali překonávat matčiny překážky v trávení času u počítače, jsem se připravil o kreativitu ve škole**, při řešení stále složitějších úloh. Základní školu jsem ukončil se samými dvojkami. **V tom čase jsme trávili hraním her přibližně 4 hodiny denně**. Hráli bychom i déle, ale **měl jsem množství mimoškolních aktivit. Rodiče mě**

nutili učit se hrát na hudební nástroj, navštěvoval jsem divadelní kroužek a kurz ruského jazyka. Zlom přišel s mým přijetím na střední školu. Jelikož město, ve kterém se nacházelo gymnázium, na které mě přijali, bylo vzdálené více než 100 km, připadal v úvahu pouze internát. Toto byl, po nainstalování první hry do počítače, druhý zlom v mé postupující závislosti na počítačových hrách.

Když jsem byl ještě na základní škole, rodiče mě nutili učit se. A když byli doma, tak mi také omezovali přístup k počítači. Ale na internátu najednou žádní rodiče nebyli. Byl jsem volný a jediná věc, která mě omezovala v hraní, byla škola**. Každý den jsem se ve škole těšil pouze na to, jak si po ní sednu k mé oblíbené hře. Už jsem neměl žádné aktivity, pouze jsem si jednou za dva dny došel koupit jídlo a pití. Tak jsem se dostal od čtyřech hodin k deseti a někdy i déle, když jsem se rozhodl, že budu ponocovat. A to bylo prakticky stále.** Moje nejoblíbenější hra na střední škole byla hra Metin 2. Jde o MNORPG hru se širokým množstvím herních aktivit. Pro mě to nebyla jen zábavná hra, přitahovalo mě na ní to, že byla také velice náročná. Nemyslím náročnost ovládání nebo složitost strategických postupů, ale časovou náročnost. Říká se, že ani Řím nepostavili za týden, ale kdyby to vyžadovala hra, tak já bych to zvládl. Když chtěl být někdo v té hře dobrý, musel u ní trávit nesmírné množství času. A já jsem si čas vždy našel. Nehrál jsem pouze uvedenou hru Metin 2, ale prakticky cokoliv. Od Wofld of tanks až po World of warcraft. Jednou jsme se s kamarády na pokoji smáli tomu, že den má málo hodin na hraní...

Škola a známky už mě vůbec nezajímaly. Jediná věc, na které mi záleželo, byla, aby se mi dnes konečně podařilo zlepšit Svatý meč z úrovně +8 na +9. **Když jsem měl ve hře dobré výsledky a dařilo se mi, měl jsem i dobrou náladu. Avšak když se mi něco nepodařilo, dalo se to pozorovat i na mé náladě. Nálady se mi střídaly každou chvíli. Od štěstí po depresi. Od přátelského chování až po velkou agresivitu**. Dá se však říci, že moje dny charakterizovaly dvě věci - mizérie a ještě větší mizérie. Ani ve škole mi to již vůbec nešlo. Většinu předmětů jsem zvládal i bez toho, abych po škole otevřel knihu. I když mi náhodou něco nevyšlo, bylo mi to jedno. Ale **matematika mi nešla vůbec**. Ve třetím ročníku jsem absolvoval reparát, dřímala ve mně alespoň jedna myšlenka studijní sebezáchovy, a to byla myšlenka: “Za žádnou cenu nepropadnout!" Na opravné zkoušky jsem se učil celý týden. Dokonce jsem půjčil svůj notebook kamarádovi, abych nehrál. Ale můžete hádat, jak mi to šlo. **Jakkoli jsem se snažil, nebyl jsem schopný vypočítat jedinou kvadratickou rovnici**. Dokonce se mě snažili doučovat i kamarádi, kteří ve škole viděli, že mám vážný problém s hraním. Ale **můj mozek se jednoduše vypnul**. Od čtrnáctiletého chlapce, který jako jediný ze třídy dokázal vypočítat na hodině zeměpisu vzdálenost Země od Slunce pouze díky tomu, že si pamatoval údaj o rychlosti světla a o času, za který sluneční paprsek dopadne na zem, z dokumentárního filmu o vesmíru, který viděl před týdnem, a vzorce na výpočet rychlosti, který jsme probírali minulý rok ve fyzice, v osmnáctiletého chlapce, co **neumí použít základní matematický vzorec na výpočet jednoduché kvadratické rovnice**.

Zažil jsem pocit, jako by se mi moje logické myšlení úplně vygumovalo z hlavy. Dopadlo to tak, že jsem měl ve třetím ročníku v pololetí známku z matematiky "nedostatečně". **Ještě že jsem měl jednoduchý nástroj, pomocí kterého jsem se zbavil pocitu neúspěchu z reálného světa. Ještě více jsem se upnul na moji oblíbenou hru a každodenní mizérie pokračovala**.

Následky mého hraní nebyly jen psychické. V 17 letech jsem musel absolvovat nebezpečnou operaci páteře. **Měl jsem 82 stupňovou skoliózu**. Pro porovnání, nebezpečné je to již od 40. stupně zdeformování zad. Já měl dvojnásobek. Bylo následkem úplné abstinence fyzické námahy a času tráveného sedavou činností. **Krom toho jsem si úplně zničil zrak**. To mě však neodradilo od hraní, protože jsem tyto následky bral spíše jako součást mého mizerného života.

Ani mně se však nevyhnuly problémy mladých lidí. První lásky, první vztahy, přátelství. Co se týká přátelství, nikdy jsem nepotřeboval okolo sebe mnoho lidí. **Lidi okolo mne, spolužáky a známé jsem zkrátka ignoroval**. Co se týká prvních lásek, ani takový asociál jaký jsem byl v té době já, se tomu nevyhnul. Avšak z těchto zkušeností se zrodil můj definitivní pád na dno. Krom toho, že jsem již v té době trpěl fyzickými následky a absencí logického myšlení, projevil se u mne ještě jeden dopad. **Ztratil jsem schopnost vžít se (empaticky) do druhých lidí**. **Nedokázal jsem u druhých lidí rozpoznávat emoce a číst náladu z jejich mimiky a neverbální komunikace**.

Nebyl to případ, že bych nebyl schopen jakýchkoli citů, právě naopak, toužil jsem po pocitu, že mě někdo bude mít rád a bude se o mě zajímat. Ale **již jsem lidem nerozuměl. Jako by můj mozek, konkrétně moje emoční inteligence, zaspala od doby, kdy jsem si poprvé pustil hru Harry Potter. Scházela mi klíčová schopnost, která z člověka činí člověka. Schopnost, která nás odlišuje od mechanických krámů.**

Po mých neúspěšných snahách o navázání hlubšího vztahu s druhým člověkem jsem se ocitl na úplném dně. V té chvíli jsem si uvědomil, že mám vážný problém. Aniž bych to někomu řekl, rozhodl jsem se **vyhledat psychologickou pomoc a léčil jsem se z depresí**. V posledním ročníku na střední škole jsem se dal dohromady a odmaturoval jsem. Když jsem se dostal na vysokou školu, potkal jsem tam nové lidi a měl jsem možnost začít od začátku. **Bylo málo věcí, které jsem měl rád a mnoho věcí, které jsem v reálném světě nesnášel.** Avšak přísloví, které říká, že v nouzi poznáš pravé přátele, se u mě uplatnilo na sto procent. Nebyly to však známosti z on-line her a z Facebooku, ale z dob raného dětství. Z doby, kdy jsem ještě vycházel ven mezi ostatní vrstevníky a trávil jsem s nimi plnohodnotný čas.

Od mého pádu se snažím omezovat své zlozvyky, ale není to úplně snadné. Jelikož **dodnes mám v notebooku nainstalovanou hru Metin 2**, ale svou závislost jsem se rozhodl využít k něčemu dobrému.

Je zarážející, že v době, ve které existuje množství vědeckých studií, zkoumajících negativní vlivy digitálních médií na vývoj člověka, **se již i batolatům dávají do rukou tablety. Jako znak dobré školy nebo školky se udává technická vybavenost, ale ne metody vyučování** a průměrný prospěch. Dali jsme snad počítače do tříd jako symbol moudrosti, které by měly naše děti dosáhnout? **Lidé nejsou stroje, toto uniká těm, kteří jsou zodpovědní za náš vzdělávací systém. Člověk nemá být bezduchá entita, které dokáže problémy řešit jen za pomoci předprogramovaných příkazů**. Divíme se, že přestože jsou v každé třídě tablety a interaktivní tabule, mají naše děti mizerné výsledky. Kde je chyba? Problém vidím v tom, že **školy žáky neučí, ale dají jim hotové informace před oči a vytvářejí na ně nátlak, aby si je zapamatovali**. Neprobírají učivo do hloubky, ale předestřou ho hotové na monitoru. Lidé nemají o problémech přemýšlet v předepsaných postupech jako počítače, ale mají se naučit problémy komplexně řešit. Přemýšlet o nich do hloubky a prakticky své teze a zjištění ověřovat a diskutovat, jak by se to dalo udělat ještě jinak. **Školy by měly kreativitu a logiku žáků rozvíjet, ne ji zabíjet**. Myslíme si, že počítače ulehčí všechno, ale **život nám přece neulehčí**. Lidé jsou nuceni přemýšlet o každodenních problémech. Divíme se, proč mladí lidé nezvládají řešit své každodenní problémy. **A společnost se čím dál více propadá na morální dno**. Odpověď na tuto otázku se nedá zaškatulkovat do jediné příčiny. Ale myslím si, že zásluhu na tom má to, že lidé nepřemýšlí. **Oni hledají tutoriál života na internetu.**

Bojím se toho, že jsme vzdělávání dětí přeměnili na miliardový byznys. Jelikož sám velmi dobře znám důsledky každodenního používání digitálních technologií, **tak se mi při chůzi po městě nebo při sledování večerních zpráv, ve kterých reportáž velebí zprávu, že v mateřské škole mají dětičky nové tablety, dělá zle**. Malé děti již nemají před očima reálný svět, ale tablet.

Příloha číslo 13 – Případová studie, Ivan, (1962), IT specialista

Poznámka výzkumníka: *Sestavena na základě poznámek výzkumníka a přepisu 2472 řádků zaznamenávajících rozhovory vedené s participantem výzkumu v roce 2015 před jeho úmrtím.*

*****

Shrnutí základních biografických údajů specialisty v IT oboru

Ivan se narodil v roce 1962 jako jeden ze dvou bratrů, jeho otec byl aktivní v Komunistické straně a jeho matka dala přednost péči o rodinu namísto nadějné lékařské profese.

Již ve svých třinácti letech, tedy v roce 1975, se Ivan rozhodl, že se bude věnovat informatice. Když dokončil devátou třídu, přihlásil se na výběrové gymnázium, kam ho bez problémů přijali díky jeho úspěchům na fyzikální olympiádě. Tam se začal učit informatice, která byla jedním z hlavních předmětů, a seznamoval se s problematikou vytváření algoritmů a jejich zápisu. Vzpomíná na vynikajícího učitele, který předmět vedl, popisuje, že tento učitel ihned po příchodu fenoménu Rubikovy kostky (patentována 1975) napsal program, který uměl po zadání výchozího stavu uspořádání hlavolamu navrhnout postup, jak jej uspořádat. Popisuje, že v té době ještě neměli na škole žáci k dispozici osobní počítače, ale že je uměl tento učitel *„vtáhnout do děje“*. O tomto učiteli se sám vyjádřil následovně: „...on vlastně byl tak trochu blázen, trochu autista, ale my jsme s ním výborně vycházeli.“ Hned následně ho přirovnává k Alanovi Turingovi (britský matematik, logik, kryptoanalytik a zakladatel moderní informatiky), o kterém se rovněž vyjádří jako o autistovi.

Po vystudování matematicko-fyzikální fakulty a následné vojenské službě se Ivan vrací na fakultu, kde pracuje. O této periodě svého života se v jeho závěru vyjadřuje takto: „P*rostě jsem byl stále na matfyzu, až do revoluce. Když jsem pracoval na matfyzu, tak jsem byl úplně šťastný*.“ Byla to doba programovacího jazyku Karel (tenkrát programovací jazyk určený pro výuku programování naprostých začátečníků), doba práce v nově založeném středisku pro tvorbu pedagogického softwaru, prvních pokusů o programování a založení prvního postgraduálního vzdělání pedagogů, které bylo zaměřené na výuku za pomoci počítačů. V tento šťastný čas se Ivan také poprvé žení. Jeho žena má diagnostikovaný Aspergerův syndrom, což jí způsobuje jisté obtíže v sociálním chování, které jsou v rozporu s nadprůměrným intelektem (studuje několik vysokých škol). Na vztah se svou první ženou rád vzpomíná a i po rozvodu zůstávají přátele až do konce jeho života.

Velkou změnou přinesl rok 1989 a změny, které přicházely se dotkly i fakulty, kde Ivan pracoval, jeho dalšího profesního směřování a vyústily i v rozvod nedlouho trvajícího manželství. V té době je Ivanovi 27 let a shrnuje ji takto: *„Potom přišla revoluce a idylické časy skončily. Protože přišel byznys, to že jsem se rozešel se (svou první) ženou není podstatné, v tomto kontextu*.“ O samotné revoluci, přestože pomáhal s tiskem a vylepováním plakátů a jinou potřebnou činností, se vyjádřil následovně: „…mnoho *mých kamarádů tam bylo (aktivních), ale já jsem věděl, že to není moje revoluce, že se tam nemůžu angažovat*“. Již tenkrát byl schopen identifikovat, že celospolečenský pohyb jde směrem, který nebyl v souladu s tím, jak on sám vnímal potřeby doby a vnímal, jak ne vše z toho, co bylo zahazováno jako pedagogická a sociální praxe z doby před rokem 1989, bylo zlé.

Začíná éra *„byznysu“* a první nabídka práce v této oblasti, na kterou vzpomíná: „…uměl jsem z nich nejlépe anglicky, tak jsem řekl, že ano a začali jsme dělat byznys.“ Ivan začíná pracovat pro zákazníka ve Švýcarsku a o prvních zkušenostech se vyjadřuje tak, že ho tato práce úplně fascinovala. S některými kolegy, se kterými se setkává při příležitosti této zakázky, a které dává přibližně o další dvě sedmiletí později dohromady, spolupracuje do konce svého života. Mezitím se však objeví první konflikty, první podrazy a další stinné stránky „byznysu“. Ivan se tedy rozhodne z tohoto odejít a vrací se na fakultu, kde iniciuje vznik první studentské kanceláře vybavené počítači, přičemž studenti, kteří zde pracují, založí komerčně velice úspěšný a známý internetový projekt, který se následně prodá za miliony. Zakládá rovněž školicí středisko s myšlenkou, aby si pedagogové na VŠ mohli přivydělat školením pro firmy. I zde však přišlo velké zklamání, protože pedagogové, kteří se do

projektu nezapojili, nebo se se svou odborností zapojit nemohli, záviděli přivýdělky svým kolegům školitelům. Situaci na VŠ v těchto porevolučních letech popisuje následovně *„…a to mě tak znechutilo, i celkově mě znechutila ta úroveň na škole, jakoby všichni umřeli. Připadalo mi to strašně neprofesionální. Tak jsem byl z toho takový špatný…*"

Situace na akademické půdě a narůstající nespokojenost z prožívané proměny z prostředí, ve kterém byl *„úplně šťastný"* až do prostředí plné závisti, nepřejícnosti a legislativních obstrukcí, vyústila do Ivanova odchodu z fakulty. V tu dobu se již přátelil se svou budoucí druhou manželkou a měl dvě nabídky spolupráce od svých kamarádů. Mohl se přidat ke kolegům, se kterými realizoval první porevoluční softwarový byznys, nebo ke kamarádovi, který si založil vydavatelství. Rozhodl se pro druhou z nich, protože znamenala vystoupení z oboru IT (!). O svém rozhodování řekl *„…já jsem volil mezi dvěma kamarády, vůbec mě nenapadlo vybírat ze širokých možností, které poskytuje svět, když můžu pracovat pro moje dva dobré kamarády. Tak jsem šel do toho vydavatelství.*" Začal tedy pracovat jako marketingový ředitel vydavatelství, ale přesto že byl úspěšný, shledal, že to nebyl úplně jeho obor, tak se po přibližně dvou letech rozhodl práci ukončit a odjel se svojí druhou manželkou na půl roku do Indie. Po návratu z Indie vnímá ekonomický tlak a začíná pracovat opět v oboru IT pro renomovanou zahraniční firmu, která na tehdejší poměry investovala ohromné peníze do internetové branže. Ivan se brzy stává místopředsedou představenstva firmy s miliardovými obraty. O hlavním akcionáři této společnosti se vyjadřuje následovně „*…člověk, který vlastnil tu firmu, byl takový velký vizionář, velmi zajímavá postava, také autista, chtěl dělat nové věci*." Zde Ivan pracuje dva a půl roku a poté se s druhou manželkou rozhodnou přestěhovat do Prahy. Dobře ohodnocenou práci v oboru u zahraniční firmy, podnikající v Praze, díky svým sociálním kontaktům a odbornosti najde do druhého dne. Pronajmou si s manželkou v Praze dům a v roce 1999 se přestěhují. Pracuje na start-up internetových projektech pro německou firmu, začíná spolupracovat opět se svými kamarády a mezinárodní práce na nových projektech ho velice baví. Pak ovšem přichází první splasknutí internetové bubliny a někdy kolem roku 2000/2001 krize v této společnosti. Ivan tedy přechází do jiného start-upového projektu v Praze, financovaného tentokrát z USA, a zavádí zde pravidla fungování firmy taková, jaká se mu osvědčila z předešlých zkušeností. Přesto ani tato společnost neustojí zmiňovanou internetovou krizi a nereálná očekávání investorů a po necelém roce Ivan odchází i z této společnosti a přechází „na volnou nohu". Finančně si nepolepší, ale umožňuje mu to pracovat z domova a být více s rodinou a se synem, který se jim mezi tím narodil. O sedm let později se jim narodí i milovaná dcera. Na základě potřeb a přicházejících projektů, na kterých pracuje, dává Ivan dohromady dva své kamarády, vlastnící SW společnosti, kteří se spojí, založí společnou firmu a v roce 2004 v Praze pobočku. Ivan pracuje na velkých evropských projektech, zakázkách pro státní správu i pro firemní zákazníky. V této společnosti zůstává až do své smrti v roce 2015. V Praze tedy doprožije profesní periodu IT boomu, zažívá splasknutí internetové bubliny a spoluvytváří stabilizovanou IT společnost, ve které se stává jednatelem a ředitelem pražské pobočky.

Od roku 2004 a spoluzaložení nové společnosti se plně ponoří do práce v IT oboru. Je to současně čas, kdy přeruší kontakty se svými přáteli z rodného města a ze studií, se kterými hrával divadlo a ukončuje i jiné aktivity a koníčky, které měl rád. Přestává hrát divadlo, tančit i střílet (uměl perfektně zamířit a trefit cíl) a jeho přání začít se učit hrát na bubny či začít učit informatiku a být tak více v kontaktu s lidmi zůstanou nerealizované. Veškeré své úsilí vkládá do práce v oboru ICT, přičemž využívá množství elektronických komunikačních nástrojů (e-mail, Jira, Skype, Facebook, různá fóra a další). Zbylý čas věnuje podpoře podnikání své manželky a rodině.

V této době však rovněž narůstají neshody s manželkou. Manželka mu vyčítá, že se nevyvíjí, a že se chová jako robot. Manželka, která je více umělecky zaměřena, na Ivanovi pozoruje negativní změny, ze kterých viní obor IT a počítače. Sám k tomu poznamenává „ *Možná už mi hráblo z toho, já nevím. To musí posoudit někdo zvenku, jestli už nejsem robot. Pro moji ženu jsem robot, ale ne tak zas jednoznačně, ale to chápu*." Při jiné příležitosti uvádí, že jeho manželka o „ajťácích" prohlašuje, že jsou „*hranaté hlavy".*

Jelikož se z pohledu manželky nic pozitivního ve vývoji Ivana neděje, rozhodne se od manžela odejít. Ivan zprávu přijme a kultivovaně se dohodnou na nekonfliktním rozchodu. Druhého dne se však Ivan probudí s nažloutlou kůží a začnou zdravotní potíže, které jsou za pár dnů v nemocnici diagnostikovány jako neléčitelná a

neoperovatelná fáze Kladskinova tumoru. Píše se květen roku 2014 a Ivan má před sebou posledních téměř sedmnáct měsíců života.

V této době Ivan prožívá několik pobytů v nemocnici a pravidelné návštěvy lékařů, kteří se snaží prodloužit mu život alespoň umělým přemostěním žlučovodu. Ivan trpí neustálými bolestmi, na které si postupně zvyká. Přesto i v této životní periodě stále naplno zastává svou práci v IT oboru a poskytuje i nadále podporu své rodině a manželce, která na základě zjištěné diagnózy oddálí termín svého odchodu ze vztahu o přibližně o jeden rok.

V konfrontaci s diagnózou, lékařskou predikcí a s otázkou smrti Ivan začíná mnohé ve svém životě měnit, zajímá se o alternativní možnosti doplnění léčby a mnohé z nich realizuje. Začne navštěvovat semináře pro muže a psychoanalyticky zaměřenou terapeutku. Po druhém pobytu v nemocnici v červnu 2015 a zdravotní krizi zařazuje do léčby i lék Iscador. V tento čas po návratu z nemocnice byl s Ivanem veden první rozhovor, v rámci kterého souhlasil s účasti ve výzkumu autora této práce. Po čerstvém návratu z nemocnice se vyjádří takto „Cítil *sem se jako nahý uprostřed pouště a opuštěný Bohem*“. V průběhu června 2015 proběhnou celkem čtyři setkání s epizodickými rozhovory, přičemž části těchto rozhovorů byly obratem zpracovány a použity v bakalářské práci autora, která byla na téma Psychosociální kontext užívání ICT: technologická redukce reality.

Poslední, již ryze přátelské setkání s Ivanem proběhlo po druhé zdravotní krizi spojené s hospitalizací, v rámci které byl Ivan ve vážném ohrožení života. Lékaři nedokázali po běžné ambulantní revizi stenu zastavit vnitřní krvácení, o kterém byli přesvědčeni, že přivodí smrt. Aniž by pacienta o této situaci informovali, zavolali rodinu, aby se přijela s manželem a tatínkem rozloučit, jelikož, jak jim oznámila lékařka „si ho potom napíchneme a nebude již při vědomí“. Ivan se o krizové situaci dozvídá až od své rodiny, která za ním chvatně přijíždí stovky kilometrů. Neváhá a okamžitě kontaktuje mobilním telefonem ošetřující lékařku a důrazně ji žádá, aby učinila vše, co je v jejích možnostech pro zastavení krvácení s tím, že on udělá totéž. Podařilo se mu tak přesvědčit lékařku, která byla již na cestě z nemocnice, aby se vrátila a začala opět léčit. I tuto krizi Ivan přestál. Po návratu z nemocnice byl však již velice slabý a bolavý. Na otázku autora této práce jak se dá takové vnitřní krvácení zastavit odpověděl tento IT specialista k jeho velikému údivu: „To je možné pouze modlitbou.“ A dál se tématu nevěnoval. Bylo to poslední setkání nedlouho před jeho smrtí v den, kdy ho definitivně po návratu z nemocnice domů opouštěla manželka i s dětmi.

Ivan pokračuje v započatých mohutných změnách ve svém životě a následně ještě odjíždí do Vídně, kde se pokouší o alternativní léčbu, z posledních sil navštěvuje rodiče ve svém rodném městě, se kterými se smíří, je tam akutně hospitalizován, ale podepisuje reverz a nechává se převézt do pražské nemocnice k lékařům, kterým důvěřuje a chce být blíže své rodině. V průběhu převozu naléhavě kontaktuje svou manželku, po převozu do nemocnice v Praze dokonce posílá pryč svého přítele, který ho přivezl, aby vytvořil klidný prostor pro setkání se svou rodinou, které je pro něj tak důležité a jejichž příjezd očekává každou minutu. Netuší, že jeho manželka se rozhodla ho navštívit až příští den. Na svém notebooku a mobilním telefonu vyřizuje do poslední chvíle i firemní záležitosti, ale v psaném textu dělá již veliké množství překlepů. Setkání s rodinou se však již nedočká a v den převozu do nemocnice v Praze dne 3.10.2015 umírá.

Výpovědi k tématu této diplomové práce (většinou dosud nepublikované)

Poznámka výzkumníka: *Níže jsou uvedeny v bakalářské práci většinou neopublikované výpovědi participanta výzkumu, které dokreslují stručné biografické shrnutí života IT profesionála z předešlé části a dosvědčují či doplňují výstupy teoretické i výzkumné části této práce.*

*****

Jeden velice známý terapeut, se kterým jsem v kontaktu, mi také řekl, že už nechce dělat s lidmi, **protože zjistil, že to nemá žádný výsledek, když lidi nezmění život**. A jediná změna, ke které dospěli lidé kolem mě je **snaha dostat se do styku s realitou a to začíná už od dětí. Dostat se do skutečného styku s vlastními dětmi.** Ne IF dítě je v první třídě THEN dělej s ním domácí úkoly. Ale jak jsme to udělali s mojí ženou, i když jsme se na tom nedohodli, viděli jsme, že dcera má písemky a já jsem se s ní chtěl učit. A žena mi říká: potřebuje to? A já jsem si uvědomil, že to je ten můj automatismus. IF písemka THEN učit se. Aby měla jedničku. A tak jsem se s ní neučil. A teď jsem velmi rád, že jsem se s ní neučil. Protože jsem ji nechal zažít ten zážitek, že píše písemku z toho, co se naučila. Já jsem ji netlačil do přípravy a tím jsem získal rozsáhlý materiál získání vlastního sebevědomí anebo možnost poznání, že se musí příště učit. A o to bych ji připravil, kdybych se s ní roboticky před písemkou připravoval. A to je taková maličkost**. Ale ten styk se skutečnou realitou, její plné vnímání, je ozdravující. A počítač toto nazírání reality jakoby odděluje**. Respektive při nesprávném používání nás odděluje. To je třeba i v případě lidí, kteří neustále googlují ohromné množství informací. **Mají všechny, ty informace**, o všem vědí, na všechno ti umí dát odpověď, **ale nemají to zažité**. Není to ta věc, která by prošla tvým tělem. To je jako když máš trauma: dokud neprojde tvým tělem, tak se z něj nemůžeš vyléčit. Dokud to trauma kompletně nezažiješ. Nedá se to udělat externě, že ty máš trauma, ty ho nějak opravíš a vyhneš se tomu, aby to prošlo tělem. Nedá se tomu vyhnout. Zkoušel jsem to, nejde to (ř. 481-499).

Protože, a to má moje žena pravdu, **kdybych já přestal pracovat s počítači a začal jsem něco dělat rukama, tak možná bych o něco přišel, ale určitě bych už nemusel chodit na semináře**. Samozřejmě že by to muselo být tak, že já to chci, protože bych tu mužskou sílu v sobě nějak probudil a nějak realizoval. Ale toto je těžké. Tady si všichni stoupnou do lajny a vítězí ti, kteří jsou podnikavější v této oblasti, často jsou to podivné postavy, které jsou v něčem geniální. Ale to není návrat k přírodě. **Člověk v nové době je podle mě takový, že toto všechno perfektně zvládá a využívá, ale neovládá to jeho svět. Jeho svět je tady** (ř. 519 – 525).

A my ani nevíme, kdo je náš kamarád, ani to, proč se něco píše, tak jak se to píše. A kdo to vlastně píše. **Ale to se v rámci stroje nenaučíš. To se tam nenaučíš, protože chybí ten styk s realitou**. Já o tom třeba debatuju s různými skupinami na Facebooku a narazit na otevřenou mysl je velmi těžké. Většinou tam každý prezentuje nějaký svůj zúžený názor, není vůbec schopen debatovat tak, že nechá problém otevřený. **Každý má vždycky názor** (ř. 582 – 590).

Takže ty počítače způsobily zrychlení ve všech oblastech, všechno se dá dělat rychleji, samozřejmě někdy je tam i nová kvalita, ale otázka je, jestli jsme na to zrychlení připravení. Jestli bychom nebyli rádi, kdyby se to trochu zpomalilo. Jestli by nebylo fajn, kdyby třeba dva roky bylo všechno stejné. **Já jsem přesvědčený, že kdyby se třeba na deset let zastavil vývoj veškeré výpočetní techniky, že bychom to vůbec nijak nezpozorovali. Naše kvalita života by se vůbec nijak nezhoršila. My to nepotřebujeme** (ř. 621 – 626).

Víš co i mně manželka říká: **když přestaneš pracovat s počítači, tak se uzdravíš**. A já na to: ale já jsem v tom dobrej. Proč bych měl přestat dělat s počítači a začít být zemědělcem, když já jsem dobrej v počítačích. Když je to moje profese. Proč by měl bankovní úředník přestat pracovat v bance a pracovat na poli? Proč by to měl dělat, když vlastně ten život není tak zlý? Protože my nestrádáme (ř. 634 – 638).

No víš, když třeba vyfukuješ sklo, já mám známé, kteří jsou designéři skla, teď třeba vyhráli nějakou velkou designérskou soutěž, jsou to dva manželé, moje manželka s nimi také dělá nějaké věci, no a ti když k nám přijdou, to je úplně jiné kafe. **Jsou to vlastně absolutně zaujatí lidé, kteří dělají krásné věci.** Lidi je používají,

nebo se vystavují v muzeích. Oni jsou vysloveně orientovaní na ten výsledek. Nebo máme kamarády, kteří dělají keramiku, tak samozřejmě musí řešit, aby to prodali, ale když vypalují, je to pro ně oslava. **To znamená, že pozvou kamarády, popije se vínko, udělá se výpal, a tomu já říkám mít kontakt s realitou** (ř. 689 – 696).

Já jsem zažil málo smysluplných výsledků ve své práci (ř. 699).

Ale když jsem se ve třinácti letech rozhodl, že chci pracovat s počítači, tak jsem to tenkrát viděl jako něco nesmírně pokrokového. … Bylo to o tom, že vytvoříme pokrokové odvětví, které změní celý svět (ř. 715 – 723).

Dneska už si myslím, že IT je již mimo. Samozřejmě si myslím, že bude generovat ještě mnoho výdělků, stále je třeba množství programátorů, ten topic je velký, že je třeba vyřešit mnoho věcí, které ještě nejsou vyřešené, to máš třeba v oblasti distribuce elektrické energie, tam se toho dá udělat ještě mnoho (ř. 727 – 730).

Tak to je ta druhá oblast. **Že stále více lidí dělá práce, které jsou nesmyslné.** Ale to je celospolečenský problém. Máme spoustu institucí, sociálních a zdravotní pojišťovny, které mají tisíce zaměstnanců, kteří se zabývají pouze evidencí toho všeho, **ale to je společenský problém, to není problém počítačů**, počítače by to uměly vyřešit mnohem lépe. (ř. 786 – 789).

Takže když nad tím tak přemýšlím, **tak nebezpečné je to nevědomé používání počítačů**, to je vlastně, když si tak vzpomínám, to co jsou doma konflikty, tak vlastně je to o tom, že chci, aby syn dělal něco jiného (než s počítačem), ale jeho nenapadne dělat nic jiného (ř. 791 – 793).

Prostě tajné služby si platí, a nejenom tajné služby, ale i politici si platí lidi, kteří diskutují na Facebooku a různých diskusních fórech (ř. 873 – 874).

Ano, mně osobně přijde virtuální galerie jako úlet, v životě bych se nepodíval na takovou galerii, nechápu, proč bych to udělal. Řeknu ti jeden příklad: já jsem hodně četl Zamarovského jako dítě, miloval jsem ho a v Zamarovském byla taková ikona a to byla Rosettská deska pro mě, taková ikona a **dnes kdykoli přijdu do Britského muzea v Londýně, tak u Rosettské desky mi jde mráz po zádech**. **Ale musím být u ní, nemůžu ji vidět na fotce. Nebo Ištařinu bránu když jsem viděl v Berlíně, jsem se z toho posral. Skoro jsem se posral. Ještě i teď mám husí kůži.**
Takže máme tu ten paradox. Asi v normálním životě není nic bez paradoxů, nic není černobílé. Na jedné straně říkám, ano, je to vysoce ekologické a vlastně provývojové, na druhé straně říkám, že **ve styku s reálným světem některé věci nejsou možné**. Nevím, co z toho je pravda, to jsou hypotézy, protože všichni velcí scifisti píší o nejvyšších stupních civilizace jako o těch, co žijí bez těla. Všechny ty nejvyšší civilizace u vysokých církví. Žijí jen virtuálně. Jako čistý mentál. Ale jestli to tak je, to já nevím, mám to zpochybněné. Kdybych nežil s moji ženou, možná bych to už neměl zpochybněné. ☺ Možná bych prostě uvízl v tom, že to tak je, že je člověk čistý mentál, ale už si to nemyslím, že někdo říká metaforicky, **že je také hlava a srdce, že ten čistý mentál nestačí. Takže musíme to asi vyvažovat** (ř. 990 – 1003).

Samozřejmě ta fyzická komunita je silnější než ta virtuální, ta virtuální nemá žádnou sílu ve skutečnosti…. (ř. 1023 – 1024).

V interakci s lidmi je to jinak. **Já velmi potřebuji interakci s lidmi. Já si tak jakože dávám ty svoje názory dohromady** (ř. 1421 – 1422).

Ano, samozřejmě, ajťáci jsou úlety, běžně. Pro mnoho lidí je to bolestivá představa, i pro moji ženu, že by se tomuhle měla věnovat, **to je pro ni úplně pekelná představa, jako by ji natahovali na skřipci. Že prostě jsme hranaté hlavy.** Přemýšlíme jinak, ten humor matfyzácký ona úplně nenávidí. Když se setkám s mojí první ženou, ona je matfyzačka, jsme úplně jak dvě hrdličky, nemusím dopovědět větu, ona přesně ví, co mám na mysli, všechny vtipy padají na úrodnou půdu, ona domýšlí všechnu tu logiku věci, a když to říkám manželce, tak to úplně….prosím tě, už si nech ty své matfyzácké vtipy. To je prostě úplně jiný vesmír a my jsme opravdu tak trošku autisti, matematici jsou trošku autisti a programátoři se z principu vyhýbají pracovat s klientem, protože to ruší. Představ si, že máš vymyšlený software, jak úžasné to je, něco nakódovat. Potom to funguje a to je

uspokojující. A teď si představ, že ti do toho přijde nějaký klient. Začne ti do té analýzy kecat. Do toho, co tak perfektně zapadalo. Začne chtít něco, co vůbec nesedí dohromady (ř. 1478 – 1488).

Jestli jsi viděl někdy ten komický seriál o té IT partě, už jsem zapomněl, jak se jmenuje, nevíš? Teorie velkého třesku. O ajťácích. Tam jsou hezky vystihnuté typy, typický ajťák, všude má hrnky od kafe a dává si pizzu nebo nějaký salát, má ty dva monitory…**Já jsem tak žil, já to znám**. O půlnoci jsme si otevřeli láhev červeného a šli jsme programovat. Potom jsme šli ve tři do baru. **A ještě jsme se cítili jako vyšší sorta**. Šel jsem po ulici a říkal jsem si Ani jeden by tomu nerozuměl . … musíš se naučit základní lidskou abecedu, zbavit se pýchy, to je velice jednoduché. Zbavíš se pýchy, začneš vnímat okolí, lidi jako lidské bytosti, ne jako nějaké entity… (ř.1504 – 1511)

U nás všechny rozhodnutí doma musela udělat moje žena (ř. 2259). … prostě já **potřebuji, aby mě někdo nasměroval.** Potom jsem kreativní v tom výkonu. Ale **nejsem kreativní v té výzvě**. Tam mi **přijde ten svět možností tak široký, že si neumím vybrat**. Kdežto manželka to ví. Ví, že já bych v životě takové rozhodnutí neudělal (ř. 2286 – 2288). Ve výkonu to je jiné, tam mám dobré tempo. Umím načasovat správně, instinktivně se rozhodnout, jak se zúží ta realita, v zúžené realitě to jde dobře (ř. 2309 - 2310. … Když jsem byl upřímný, tak jsem musel říct i mojí ženě, že **jedno z nejlepších období mého života bylo, když jsem byl na vojně**. Byl jsem tam úplně spokojený. Tam byl systém, který vytvářel dostatečný prostor na to, abych si tam našel to svoje. Mně tam bylo dobře. … manželka říkala, že **tobě vlastně vyhovují ty struktury**, já jsem se tomu bránil, ale ve skutečnosti jsem musel přiznat, že jsme s první ženou přemýšleli, že bychom se zaměstnali v armádě, protože nám to oběma tak trochu vyhovuje, k tomu jsme přemýšleli tak, že oni mají nejlepší počítačové centra. Lepší počítače nikde nebyly. Takže bych tam pracoval u počítačů a mě to mentálně nevadilo. …Takže možná, že je to tak, že ta nepřiznaná struktura mi vyhovuje. Pracovat v nějakém rámci a že vlatně ta pozice vizionáře je pro mě vlastně utrpením (ř. 2327 – 2342).

Další změny u IT specialisty ve vnímání sebe sama i světa tváří v tvář smrti

Poznámka výzkumníka: *Tohoto tématu se ve své podstatě týkají veškeré výpovědi participanta výzkumu. Zde uvádíme ty, které znamenaly výrazný přerod ve vnímání sebe sama, přerod ve vztahu k životu a světu.*

*****

Takže proto já mám teď vlastně rád to, že jsem s jedním i druhým kolegou (ve firmě) a mezi těmito dvěma lidmi vytvářím spojení, protože oni jsou nekompatibilní a zároveň je dokážu inspirovat, jsme v tomhle kompatibilní a naučil jsem se přijímat jeho autoritu i když je o mnoho mladší a méně zkušený. **Ale musel jsem přiznat, že G. je prostě dobrý. Jen mě to muselo přestat bolet, že ostatní mají tu svou vizi, kterou naplňují**. Já jsem se sešel s mým nejlepším přítelem, který vybudoval vydavatelství, mě to bolelo, že on má tu životní vizi a že za ní jde. Samozřejmě že ho to omezuje. Vždycky, když jsem se sešel s lidmi, kteří naplnili své životní výzvy, tak mě to strašně bolelo. Zbavit jsem se toho mohl až potom když jsem přijal svou cestu. **To znamená, že ty když nepřijímáš svou cestu za svou, tak to bolí.** A potom ani tu svou neděláš dobře. Protože vlastně nejsi na žádné. Jsi stále takový externista toho života (ř. 2344 – 2352).

A to tě ale nemůže vůbec naplnit. Kdežto já jsem si jednoho dne řekl jednoduchou větu. Že jsem ajťák a jsem dobrý project manager a rázem mi bylo mnohem lépe. Protože každý den se přesvědčuju o tom, že jsem dobrý (ř. 2354 – 2356).

Ale tím, že jsem žádnou další (vizi) nenašel, tak se tím už netrápím. Třeba to opravdu to má být tak, že mám projít životem jako takový pozorovatel, který se snaží pomoci každému, koho vidí, a možná i mám projít tak, že úplně nepřijdu na to, jak to s tou láskou je, že prostě na to nemám výbavu, a že prostě nemusím všechno stihnout a všeho dosáhnout. A možná nemusím přefiknout tolik žen a tolikrát kolikrát jsem si to naplánoval,

protože zas mám dvě úžasné děti, kde mám jasný úkol a namísto toho lelkování tam nahoře tady mám úplně jasný úkol a ten musím naplnit. Musím prostě uživit děti a musím je nějak vychovat. A samozřejmě jsem se dlouho trápil tím, že jim nemám co dát. Potom jsem přišel na to, že co můžu tomu synovi dát**; teď jsem polomrtvý, nemůžu s ním už ani chodit po štítech (v horách), co já mu dám? Co já mu předám? A potom jsem si řekl, že nic. Mám ho rád, každý den k němu přijdu, pohladím ho, on to stále přijímá, to je velká věc. On ví, že ho mám rád.** Minule mi povídal, ale tati, ty musíš mít strašně zkušeností. A já mu říkám, ano mám. **Takže vlastně něco mu můžu dát. Svůj postoj k životu, to, že se z toho celý neposeru, když se něco děje**, může vidět, že se lidé mohou kultivovaně rozejít, to je obrovský dar. A možná, že to úplně stačí. Nemusí mít otce Leonarda da Vinciho… (ř. 2358 – 2371).

Ale abys to přijal. Protože jedna věc je něco říct, druhá věc je to přijmout. A to je obrovský rozdíl. **Já jsem velký kus života prožil ve světě idejí, které jsem nepřijal. Jen jsem je tak komunikoval. Furt jsem něco komunikoval, tak externě**. A to ti nepřinese žádné uspokojení. To je sofistika**. A když jsem, díky té nemoci, začal dělat věci jinak, tak najednou přicházejí takové stavy, jaké jsem nikdy předtím nezažil** (ř. 2373 – 2377).

Ale není to tak, že jsem si teď uvědomil, že už mám v životě málo času. Prd. To se stalo nějak jinak. Není to tak. Neuvědomil jsem si, že mám málo času. Ale že mi začaly připadat jiné věci podstatné. Přes tu bolest možná. Ono mě to stále bolí, celé dny mě to bolí. Jiným věcem jsem začal přikládat váhu. Například jsem začal cítit silnější emocionální vztah. Jsem s kolegou G. a **cítím, že ho mám rád. Není to to, že s ním komunikuju, to je úplně jiný zážitek. Já s ním jsem, sedím s ním a já ho mám rád**. A je to intenzivní pocit. Zažívám to i s kolegou E. v poslední době. Že s ním sedím a úplně… úplně…, je to tak, že on se baví s B. o té škole…a já se teď o to zajímám, **už nemám tu bolest z toho, že vybudoval waldorfskou školu, jako jsem měl předtím a říkám si: Já ho mám rád, že to je super chlap.** Také s B. spolu komunikujeme a máme se rádi a to je úplně perfektní pocit. A potom samozřejmě přichází i ty další věci i v práci, že začneš pracovat bez té hysterie kolem všeho, vyklidníš se. **Tváří v tvář té smrti jsou všechny ostatní věci takové srandovní** (ř. 2379 – 2389)**.**

Protože člověk si to musí….to není tak fatální, že ti řeknou diagnózu a úplně se ti zhroutí svět. Není to tak. Je to velice jemné. Ale ty víš, prostě tě to zabolí a ty víš: Aha, možná ta léčba nefunguje a možná příští rok už odejdeš. To si uvědomíš a jen tě napadne: Jen aby to moc nebolelo, to je to, co tě napadne a aby měli (rodina) z čeho žít, a to je všechno. A to ostatní je najednou jiný. No a co, tak jsem řekl, že tento font neumíme zaimplementovat a teď se z toho co? Tak mě zabijte. Co. A já říkám, v klidu to vysvětlíme (klientovi), takový je prostě život. Neustále všichni děláme chyby a sami se bičujeme k tomu, abychom byli dokonalí, když to nejde. Být neomylní. Takže v tomto je ta změna a vlastně zkušenost a proto je důležité, **aby lidé absolvovali zkušenost z neúspěchu, Čím dřív, tím lépe, zkušenost toho, že všechno nedokážou sami udělat, zkušenost osamělosti, zkušenost z opuštění a ukončení vztahu a zkušenost smrti.** A to jsou všechno věci, které jsou důležité. Bez té zkušenosti to nejde, **člověk, který nikdy neměl problém, tak se s ním nedá nic dělat. To je nepoužitelný materiál**. Protože já jsem takový byl. Já jsem v životě neměl problém. (ř. 2391 – 2402).

Moje nemoc není úplně standardní, protože tím, že ji lékaři neumějí vyléčit, tak nemusím s některými věcmi vůbec být konfrontovaný, s kterými jsou konfrontovaní ti, kteří, vlastně mi jich je trochu líto, které stále jakože léčí (ř. 2407 – 2409).

Jsem přesvědčený, že člověk je schopný si téměř každou nemoc vyléčit sám. Ale ne vždy máš dost výbavy a sil. Není to tak, že…. Víš, tato, kterou mám já, to je velký protivník**. Navíc jsem se musel vyrovnat s tím, že jestli vůbec chci žít**. To kolega E. správně identifikoval. Tam to nebylo jasné. Jestli mě to ještě baví. **Protože OK, tak žena mě považuje za kreténa, ne ona mě nepovažuje, ale já jsem si to takto….prostě mě to nebavilo. A ten motiv, že tě to nebaví…**, protože kamarád mi teď umřel na rakovinu, náhle. Před měsícem ho otevřeli, a že není co řešit a před třemi dny umřel. A já jsem se pokoušel s ním spojit, on odepsal 2x na SMS, ale jinak nebyl vůbec ochotný telefonovat. Kamarádka chtěla, abych se s ním pobavil a vysvětlil mu nějaké věci. A já jsem cítil, že on nechce žít. Ale to jsem jí nemohl říct. Cítil jsem, že to prostě vzdal. Prostě ta bolest byla velká a už v té nemocnici byl unavený, **já vím, jaké to je, ten stav. Té nekonečné únavy. Že už tě to prostě…** Takže co se týká té nemoci, tak tam bych to takhle neuměl posoudit. **První věc (je): chceš žít?** (ř. 2429 – 2439).

Díky, bylo mi potěšením, bylo to silné jako vždy. Ani jsem nevěděl o tom, co všechno si myslím… ☺

(ř. 2472. úplně poslední věta participanta všech nahrávaných výzkumných rozhovorů)

Problematika axiómů a východisko z uzavřenosti axiómů

Poznámka výzkumníka: *Přesná transkripce výpovědi participanta výzkumu publikovaná níže se věnuje problematice axiómů (axióm = tvrzení, které se předem pokládá za platné, a tudíž se nedokazuje) a demonstruje záludnost jakékoli myšlenkové formy uzavřené pomocí axiómů. Nebezpečnost tohoto způsobu myšlení spočívá v jeho zobecnění a/nebo přenesení mimo axiómy vytyčenou oblast, případně jeho (často i násilné) uplatňování mimo tuto oblast, což může být totéž. To může vést mj. ke katastrofálním důsledkům ve vědách, zákonodárství, zkrátka a v celém sociálním organismu.*

Výpovědi níže dokládají, jak u participanta výzkumu postupně došlo k zapomenutí této skutečnosti prakticky na téměř celou dobu jeho nejen profesního, ale i osobního života, což se odrazilo i v rozpadu jeho manželství. Současně výpověď dokládá jak došlo k rozpomenutí si. Toto rozpomenutí si v osobním rozhovoru prožil autor této práce jako praskání okovů v myšlení participanta. To dává velkou naději pro budoucnost na možné uzdravování tohoto způsobu myšlení a napravování produktů takovéhoto způsobu myšlení, působících ve světě.

Výzkumník nekorigoval odbornou stránku výpovědi, je třeba vzít v úvahu, že v čase rozhovoru byl participant již desítky let po ukončení akademického vzdělání a praxe na fakultě, v nemoci a v bolestech a tím mohla být ovlivněna pregnantnost jednotlivých odborných pojmů ve výpovědi. Z těchto důvodů zůstaly rovněž některé věty nedokončené.

***

Matematika je obrovský abstraktní nástroj. A ty můžeš stavět nějaký systém. A to v matematické teorii je, o tom si můžeš přečíst knihu. Že ten systém **na začátku má nějaké axiomy**. Podle Gödelovy věty on sám o sobě neumí povědět či je správný nebo ne. On to o sobě neumí usoudit. **A matematiku nezajímá, jestli jsou ty axiómy pravdivé**. Matematika dává nástroj na to, aby, když postavíš axiomy, abys s nimi mohl dělat nekonečné věci. … A když sociolog prostě vybere z reality pár axiomů a na tom postaví svoji sociologickou nebo ekonomickou teorii, tak….Zajímavé na tom je, že když ořízneš něco tady nahoře (gesto ukázání rukou), tak všechno působí strašně důvěryhodně. Máš vybudovanou teorii o šesti axiomech. Řekněme ekonomickou teorii, tam máš pár axiomů, jako například volný trh, nějaká monetární politika a tak. A na tom vybuduješ velkou teorii. Když se na ni podíváš tady, nahoře… Na začátku je šest axiomů, ty se podíváš na stranu 83, přečteš si ji, tak působí nesmírně konzistentně. Klaus by si třeba zapochyboval a řekl by ti, že se v tom nevyznáš. **Protože přece ta teorie je neprůstřelná ☺ Ona je úplně neprůstřelná**.

… Ona je neprůstřelná, tedy může vyvolávat až psychologický dojem takové absolutní pravdy. **Ale problém je zde v těch axiómech**. **Jestli jsi zvolil správný popis té reality**. A stačí, abych já ti tam jeden přidal a celé se to změní. Ano, celé se to změní. Nebo se ukáže, že ten není pravdivý **a celé to přestane fungovat. Ne něco, všechno. Stačí změnit axiom**, jak jsme říkali v té Eukleidovské geometrii, že rovnoběžky se někde protnou, a všechno se zhroutí. Ale to už není problém matematiky. Matematika jen dá na to nástroj.

Takže cesta k novému paradigmatu je, přidat nový axióm. Protože na té matematice tak, dnes stojí téměř všechny ostatní vědy, technika, lékařská věda … Ale matematika se nemýlí. Celý ten nástroj je křišťálově průzračný. V rámci naší logiky. Samozřejmě když platí naše základní výroková logika. **Takže je to postavené na**

matematice, protože matematika se nemýlí, ale to ještě neznamená, že to je pravda. Ale to ona neříká. Matematika neříká, jestli je to absolutní pravda. Ona pojednává jen o relativní pravdě v rámci systému.

Já jsem to vlastně řekl špatně. Ono to není postavené na matematice, on je to jen matematikou uchopený seznam těch axiomů. Matematika uchopí systém axiomů a vytvoří nějaký model, který můžeš potom experimentálně ověřovat, do jaké míry se přibližuje realitě. Například **Newton vytvořil zákony fyziky**, vytvořil pár axiomů a my z naší životní zkušenosti **máme pocit, že se to celkem blíží realitě**. Ale už ti, kteří zkoumají teorii jádra, tak vědí**, že to vůbec není tak. Tam je to úplně jinak**.

Ale to jsme u takové centrální otázky. **Pak když já těmi axiomy si vytyčím určité pole, tak v tom poli samozřejmě platí ty pravidla, která jsem si určil. Ale kolem už platí pravidla jiná**. Když z toho celku vytáhnu jenom část, tak **si vytyčím pole, kde ti vždycky dokážu, že mám pravdu**, **za toho mého předpokladu**. Ale to platí jakoby, jenom když si vlezeš do toho pole a zkoumáš ho uvnitř. To je jak ta ryba ve vodě, jak jsme říkali (která neví, že za hranicí vody je další část jí neznámého světa). (ř. 1766 – 1814).

Strašně mě zaujalo, jak jsme se dostali k tomu, že… My jsme se to učili, ale člověk na to zapomene, jak ta matematika funguje, že je jen nástroj nad axiomy. Obecný samozřejmě. Každá věda je vlastně nástroj nad axiomy. Podle mě i sociologie. I ekonomika.

(ř. 2018)

Matematika dává výbavu na to, aby člověk vnímal ty modely **na pozadí reality.** To nic ještě neříká o tom, že by je přijímal. Jen aby je vnímal. Aby je uměl uchopit a pracovat s nimi. To znamená, že můžu dělat pro kohokoliv. **Ale to neznamená, že se s tím ztotožňuju. Já to jen dělám. Takže von Neumann mohl vyrábět atomovou bombu** (ř. 2058 – 2061).

Vlastně i **Einstein**. Špičkoví matematici **mohli vyrábět atomovou bombu, protože v světě jejich matematických teorií ta atomová bomba byla mimo (reálná celistvý svět)**. Potom ex post, až když vybuchla, zjistili: Aha! **To je vlastně to riziko matematiků podle mě. Umíme vnímat model, ale jakoby mimo nás, jsme naučení myslet abstraktně. Virtuální svět je nám blízký. Je to mimo nás. My to vnímáme, ale není to tu. Není to v duši. Neumíme s těmi modely pracovat.** Takže to je jeden z těch darů matematiků a zároveň to může být nebezpečné. Že umíme ten model vyrobit. Druhý dar, který dostali matematici, a to jsem vnímal dobře na matfyzu, je, že tím, že je ta věda exaktní, je jakoby osvobozená…že strašně těžko jde matematika ošulit. Že prohlásit o sobě, že jsi dobrý matematik, když nejsi, na to se přijde na prvním semináři. I kdybys byl světoznámý, uznávaný; přijdeš, sedneš, začneš kreslit na tabuli a ti, co tam sedí, ti studenti řeknou, že tento pán vůbec ničemu nerozumí. Bez ohledu na množství medailí, které získal. O tom je krásný film Dobrý Will Hunting, o takovém chlapci, který uklízí na matfyzu v Americe a oni tam dají takový příklad na tabuli, za který jsou nějaké ceny, a on vždycky, když tam uklízí, tak když se nikdo nedívá, tak to vyřeší. A v tom je ta matematika taková očistná, že humanitní vědy jsou plné samozvanců. Protože to se nedá ověřit. Ty můžeš vlastně celý život prožít jako velká postava humanitních věd, bez toho, aby se někdy ověřilo, jestli je to pravda. Můžeš být obrovský sociolog, vynikající ekonom, Klaus je vynikající ekonom, má spoustu čestných doktorátů, ale kde je ten výsledek? ☺ Zatím jsem si ho nevšiml. A to jsou ty dary, které dostáváme. Ale to ti neodpovídám na otázku, jen přemýšlím nahlas. O kterých vím. To dává matematikům schopnost být v různých oblastech velmi úspěšnými a nemyslím si, že nám to dává schopnost nebo ochotu měnit paradigmata. Protože matematika samotná je, co se týká axiomů, extrémně stabilní. Matematika rozhodně není věda, která mění axiomy. Rozhodně ne. Protože geometrie je opravdu euklidovská, to znamená, že už Řekové zavedli ty axiomy, prostě to, co napsal Aristoteles, dodnes platí. To, co napsal Euklides, to platí. To, co napsal Thales, to platí. Bez ohledu na gotiku, renesanci… (ř. 2063 – 2085)

Ano, je v tom rigidita. Proto lezeme manželce na nervy (matematici a ajťáci). Protože ona řekne: **Ale to není svět, to co ty vnímáš. To je omezené. Ty jsi omezený. Ten model je omezený.** My jsme naučení vybrat model.

Teorii skupin, vektorové prostory, teorie algebry, taje úplně vzrušující, úplně se do toho můžeš ponořit, **úplně je to fascinující. A nic!** Nebo teorie grafů, to je hra, to je dětská hra. Nakreslíš si body, spojíš je čárami a teď z toho usuzuješ. Cesta v grafu. Samozřejmě, že to má význam, protože díky tomu jsou teď všechny ty mobilní aplikace, všechno na pozadí je teorie grafů. Programovací jazyk Python ten už má v sobě teorii grafů. Ale ve skutečnosti je to hra. Vezmeš si papír, jdeš na pláž, vezmeš si větu a dokazuješ si ji. Úplně vzrušující. Šachy, dáma, dohromady, křížek ☺ Takže matematici jsou takové velké děti. Mají k tomu prostor. To je jako lego (ř. 2089 – 2097).

Víš, stavba matematiky je vysoká. A těch špičkových lidí je pár. Kolega tomu říká **Kluci, co rozumí velkému třesku**. A ti vědí. Ti toto všechno umí. Mám takového kamaráda, teď žije v Helsinkách, algebraika, který to ví. Který **pracuje na teorii, které rozumí deset lidí na světě**, a toto všechno ví. Ale těch je jen pár. Kteří proniknou do té hloubky až na hranici, jak to říkal Einstein, až **na hranici poznání Boha. Ta špičková matematika je neskutečně fascinující. Zvlášť ty konce algebry, kde končí diskrétní věda a začíná spojitá** (ř. 2100 – 2105).

To je vlastně ten styk s reálným světem. Reálný svět je nekonečně komplikovaný. Vyjdeš z domu a to, co je před tebou, je nekonečně komplikované. Když to vnímáš. Když vnímáš ty vztahy stromů, zvířat, jak se ovlivňují chemicky, to všechno, jak si to stále jde svou cestou, ten dělá to, ten dělá to, ale v těch jevech je to stále stejné. **Tak nekonečně komplikovaný systém**, ale přijdeš za 10 let do toho lesa a je to stále ten les, je tam stále přibližný počet srnek, když tedy jsou tam vlci. Když tam nejsou vlci, tak se musí střílet. Tak nekonečně komplikovaný systém a my tady stále žijeme. Už miliony let tady žijeme **a ten nekonečně komplikovaný systém se stále nějak chová normálně. Nevíme jak, vůbec tomu nerozumíme** (ř. 2131 – 2139).

Obrazová příloha k úvodu diplomové práce

Obrazová příloha 1 - Výrobky "pro děti"

Dostupné z: https://www.gottabemobile.com/ccfc-wants-to-flush-ipad-potty-and-fisher-price-ipad-seat/

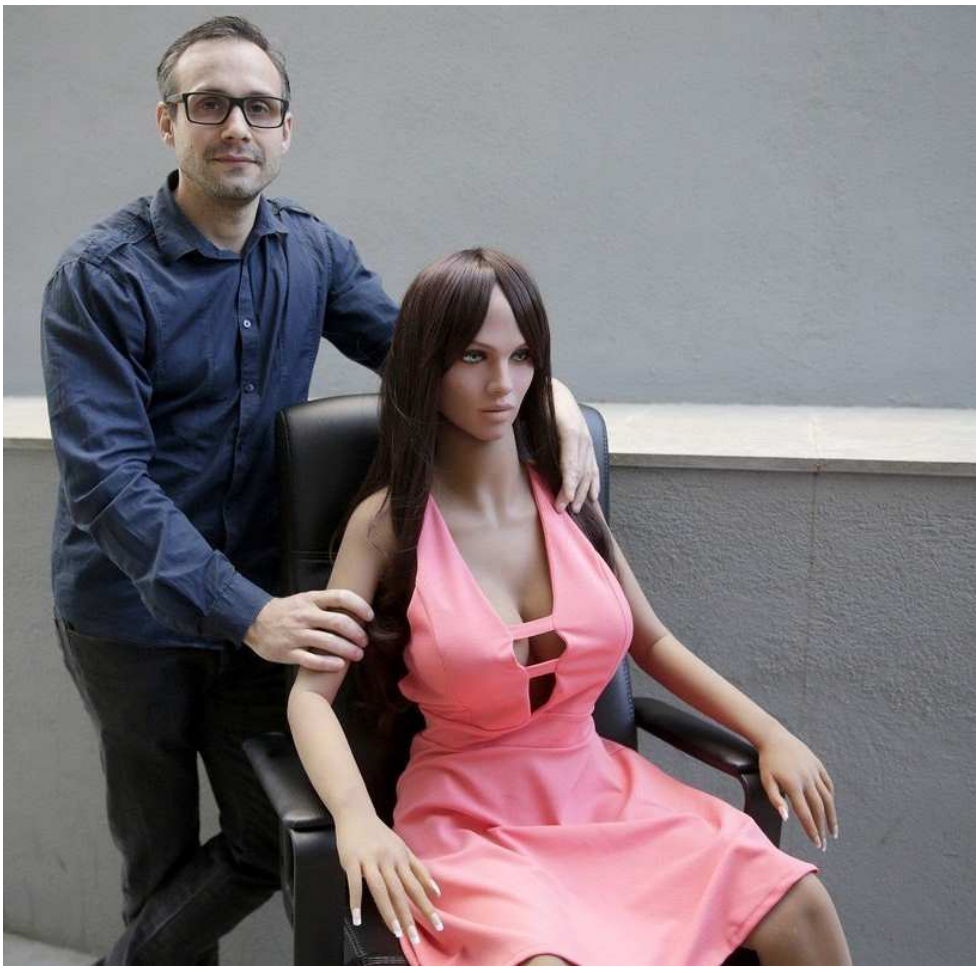
Obrazová příloha 2- Gatebox, Virtual Home Robot

Dostupné z https://gatebox.ai

Obrazová příloha 3 - Robotizovaná žena (dle Scarlett Johanssonové) vytištěná na 3D tiskárně

Dostupné z https://www.reflex.cz/clanek/zpravy/70517/muz-si-vytiskl-scarlett-johanssonovou-po-soucastkach-na-sve-3d-tiskarne-a-ted-ji-ma-doma-celou.html

Obrazová příloha 4 - Sexuální robotka, se kterou její vynálezce plánuje dítě vytištěné na 3D tiskárně



Dostupné z: https://www.idnes.cz/xman/styl/sexualni-robotka-dite-samantha.A171105_214526_xman-styl_fro

Obrazová příloha 5 - Sophia, první robot v dějinách, který získal občanství

Dostupné z: https://www.national-geographic.cz/clanky/prvni-robot-v-dejinach-lidstva-ziskal-obcanska-prava-20171030.html

Obrazová příloha 6 - Silikonové panny z pražského nevěstince

Dostupné z: https://prazsky.denik.cz/podnikani/nevestinec-trochu-jinak-nabizi-realisticke-silikonove-panny-20181107.html

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno a příjmení autora: Bc. Daniel Bezányi

Studijní program: Sociální politika a sociální práce

Studijní obor: Sociální práce se zaměřením na komunikaci a aplikovanou psychoterapii

Název práce: Psychosociální kontext užívání informačních a komunikačních technologií a technologická redukce reality: Možnosti sociální práce při prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů.

Počet stran (bez příloh): 102

Celková počet stran příloh: 72

Počet titulů české literatury a pramenů: 92

Počet titulů zahraniční literatury a pramenů: 10

Počet internetových odkazů: 29

Vedoucí práce: PhDr. Martin Kuška, PhD.

Rok dokončení práce: 2019

Evidenční list knihovny

Souhlasím s tím, aby má bakalářská práce byla využívána ke studijním účelům.

V Klecanech, dne: 30.4.2019

……..…

Uživatel/-ka potvrzují svým podpisem, že pokud tuto bakalářskou/diplomovou práci využijí ve své práci, uvedou ji v seznamu literatury a budou ji řádně citovat jako jakýkoliv jiný pramen:

Jméno, příjmení	Adresa	Datum	Podpis

Posudek vedoucího~~/oponenta bakalářské~~/diplomové práce na Pražské vysoké škole psychosociálních studií

Jméno a příjmení studenta~~/-tky~~: Bc. Daniel Bezányi

Obor studia: Sociální práce se zaměřením na komunikaci a aplikovanou psychoterapii

Název práce: Psychosociální kontext užívání informačních a komunikačních technologií a technologická redukce reality: Možnosti sociální práce při prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů

Vedoucí~~/oponent~~* práce: PhDr. Martin Kuška, Ph.D.

Technické parametry práce:
Počet stránek textu (bez příloh): 102
Počet stránek příloh: 72
Počet titulů v seznamu literatury: 144 (93 CZ, 11 zahr., 40 i-net)

	0**	1	2	3	4
Výběr tématu					
Závažnost tématu		x			
Oborová přiléhavost tématu		x			
Originalita tématu a jeho zpracování		x			
Formální zpracování					
Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)		x			
Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)				x	
Formální zpracování (jasnost tématu, rozčleněni textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)			x		
Metody práce					
Vhodnost a úroveň použitých metod			x		
Využití výzkumných empirických metod			x		
Využití praktických zkušeností		x			
Obsahová kritéria a přínos práce					
Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)		x			

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Naplnění cílů práce			x		
Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu			x		
Návaznost kapitol a subkapitol		x			
Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi		x			
Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)		x			

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

V čem spočívají výhody a nevýhody zkoumání problémového jevu, ve kterém je výzkumník zároveň „insiderem"?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Diplomant zpracoval velmi komplikované téma negativních psychosociálních důsledků užívání informačních a komunikačních technologií, s důrazem na možné implementace poznatků do oblasti sociální práce.

Silné stránky diplomové práce (DP) spatřuji především v (1) nereduktivním diplomantově přístupu, aspirujícím na uchopení dané problematiky v její komplexnosti; (2) exkluzivitě participantů, s nimiž byly realizovány hloubkové rozhovory, které přinesly velmi saturované narativy; (3) schopnosti diplomanta jakožto seniorního profesionála v oblasti informačních technologií, shromáždit a pojmenovat potenciální nová dílčí témata sociální práce.

Nedostatky práce kopírují její silné stránky. Ad (1): uchopení problematiky v její komplexnosti umožňuje v limitovaném rozsahu DP nutně jen povrchnější syntézu poznatků, případně pouhou juxtapozici témat. Ad (2): hloubkové rozhovory by zasluhovaly další zpracování, např. metodou tematické analýzy, přičemž by ale již byl nutně překročen povolený stránkový rozsah DP. Ad (3): řada postřehů a námětů diplomanta je prezentována bez odkazů na související odbornou literaturu, která se danými okruhy zabývá. I tak ale 144 položek v seznamu literatury představuje nadstandard.

Předkládaná diplomová práce splňuje požadavky kladené na tento typ prací.

Doporučení k obhajobě: doporučuji ~~/ nedoporučuji~~*

Navrhovaná klasifikace: velmi dobře

Datum, podpis: 12. 5. 2019

* nehodící se, škrtněte

Posudek ~~vedoucího~~/oponenta bakalářské/diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií

Jméno a příjmení studenta/-tky: Bc. Daniel Bezányi
Obor studia: Sociální práce se zaměřením na komunikaci a aplikovanou psychoterapii
Název práce: Psychosociální kontext užívání informačních a komunikačních technologií a technologická redukce reality: Možnosti sociální práce při prevenci a následné péči u technologicky podmíněných sociálně patologických jevů
~~Vedoucí~~/oponent* práce: Mgr. et Mgr. Michal Slaninka, Ph.D.

Technické parametry práce:
Počet stran: 102

	0**	1	2	3	4
Výběr tématu					
Závažnost tématu		x			
Oborová přiléhavost tématu			x		
Originalita tématu a jeho zpracování			x	x	
Formální zpracování					
Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)		x			
Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)		x	x		
Formální zpracování (jasnost tématu, rozčleněni textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)		x			
Metody práce					
Vhodnost a úroveň použitých metod		x	x		
Využití výzkumných empirických metod	x				
Využití praktických zkušeností	x				
Obsahová kritéria a přínos práce					
Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)	x				
Naplnění cílů práce			x		
Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu			x		
Návaznost kapitol a subkapitol		x			
Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi			x	x	
Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)				x	x

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Bc. Daniel Bezányi predkladá prácu venujúcu sa negatívnemu vplyvu informačných technológií na život človeka a možnostiam sociálnej práce pri prevencii a následnej starostlivosti u technologicky podmienených sociálne patologických javoch. K práci mám niekoľko pripomienok: Práca má potenciál filozofickej práce, autor sa venuje duchovnej stránke človeka a starosti o duchovno, avšak chýbajú mi v nej práve filozofické základy. Starosť o dušu, ktorá je základom európskej duchovnosti, je spomínaná (tak ako i Jan Patočka) len v príspevku prof. Hogenovej, samostatne sa jej autor nevenuje. Nevenuje sa z filozofického pohľadu ani problému techniky. Mám pocit, že autor podáva v rámci kritiky technológií na život človeka, ktorej sú venované minimálne prvé štyri kapitoly, zovšeobecňujúce a nepodložené závery bez kritickej reflexie (z viacerých vyberám napr. s. 60: "Na jedné straně státní vzdělání vychovává pro uplatnění se na 'trhu práce' a v rámci 'konkurenceschopnosti', tedy výhradně pro hospodářskou oblast a nikoli kulturní." S. 36: "Koncentrace je soustředěná pozornost... a tato duchovní činnost se dá donekonečna stupňovat. " S. 93: "Výzkum ukázal, že pro prevenci a následnou péči...jsou podstné následující skutečnosti: ...(4) uvědomění si, že dítě přichází jako host z duchovního světa; (5) zjednávat si porozumění o bytí člověka před narozením i po smrti...") Tieto a iné závery pôsobia jednostranne, z práce cítim autorovu náklonnosť k duchovnému zameraniu (spomínaný je karmický zákon, niekoľko odkazov na R. Steinera) bez už spomínaných filozofických základov. V tomto smere sú spomínané aj možnosti, ako čeliť negatívnym vplyvom technológií. Jedným z riešení je východisko v duchovnej vede či náprava sebevýchovou (s. 71). Predovšetkým časť venovanú duchovnej vede vnímam ako veľmi spornú. Autor sa odvoláva na Rudlofa Steinera, na hľadanie vyššieho Ja, jeho založenie duchovnej vedy ako otvorenie cesty k zduchovneniu kultúry ľudstva. Chcem pripomenúť, že cesta k otvorenosti ducha človeka je otvorená od počiatku filozofie. Naopak delenie na vyššie a nižšie dimenzie môže byť problematické a vyvstáva otázka, či nie je dôsledkom toho, že technologické, objektívne zamerané myslenie v tejto podobe nepreniká i do duchovnej otvorenosti človeka. Práca má i niekoľko formálnych nedostatkov (niekedy je citácia uvedená ako motto, napr. s. 32, záver je uvedený ako samostatná kapitola, Maslowova pyramída je uvedený ako zdroj (s. 63)). Práca je nepochybne podnetná a poukazuje na obrovské a nedocenené riziká, ktoré technológie priniesli a budú prinášať. Autor si je dobre vedomý možného i reálneho negatívneho a zhubného vplyvu technológií na život. Špeciálne oceňujem podkapitolu 4.7, autorovo zameranie sa na prirodzené spoločenstvo ľudí, umenie, vnímavosť. Prácu odporúčam k obhajobe s výsledkom 2-3, podľa výsledku obhajoby.

Navrhovaná klasifikace: 2-3
Datum, podpis: 12.5.2019
Doporučení k obhajobě: doporučuji/~~nedoporučuji~~