

Pražská vysoká škola psychosociálních studií



TOTALITNÍ REŽIM V ŽIVOTECH SENIORŮ

Anna Nováková

Diplomová práce

Studijní program: Psychologie

Vedoucí práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská

Praha 2019

Prague college of psychosocial studies



**TOTALITARIAN REGIME IN THE LIVES OF
SENIORS**

Anna Nováková

Diplomová práce

Study program: Psychology

The Thesis Work Supervisor: Mgr. Ing. Eva Dubovská

Prague 2019

Prohlášení:

1. Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze dne Podpis

Poděkování

Ráda bych především poděkovala vedoucí mé diplomové práce, Mgr. Ing. Evě Dubovské, za poskytnutí podpory, rad i doporučení při konzultacích.

Anotace:

Tato diplomová práce se zabývá vlivem totalitního režimu na životy seniorů. Práce je rozdělena na teoretickou a výzkumnou část. Část teoretická shrnuje hlavní témata, která souvisejí s výzkumnou částí. Výzkumná část se zabývá tematickou analýzou rozhovorů se seniory a mapuje, jakou roli hrál komunismus v jejich životě. Výsledky jsou doplněny o ukázky z rozhovorů a následná diskuze je doplněna o srovnání s některými autory a jejich myšlenkami. Největší důraz je v analýze kladem na téma vlivu a funkce, stejně jako pohledu lidí na morálku v době komunistického režimu.

Klíčová slova:

Komunismus, totalitní režim, senioři, životní příběhy, tematická analýza, reminiscence, psychologie, morálka, stáří

Abstract:

This thesis deals with the influence of the totalitarian regime on the lives of seniors. The thesis is divided into theoretical and research part. The theoretical part summarizes the main topics related to the research part. The research section deals with the thematic analysis of interviews with the elderly and maps the role played by communism in their lives. The results are supplemented with examples of interviews and the discussion is supplemented by a comparison with some authors and their ideas. The greatest emphasis is put on the analysis of influence and function, as well as people's view of morality during the communist regime.

Keywords:

Communism, totalitarianism, seniors, life stories, thematic analysis, reminiscence, psychology, morality, old age

Obsah

ÚVOD	7
1. ZÁKLADNÍ VYMEZENÍ STÁŘÍ	8
2. STÁŘÍ JAKO ETAPA ŽIVOTA	10
2.1. PROMĚNA OSOBNOSTI VE STÁŘÍ.....	10
2.2. ŽIVOTNÍ STYL VE STÁŘÍ.....	11
2.3. KOGNITIVNÍ PROMĚNY	14
3. POZITIVNÍ PSYCHOLOGIE A STÁŘÍ	14
4. VYBRANÉ KAPITOLY PSYCHOLOGIE KOMUNISMU	17
4.1 STRACH.....	17
4.2 POST-KOMUNISTICKÝ SYNDROM	18
4.3 NAUČENÁ BEZMOCNOST.....	19
4.4 KLÍČOVÉ SITUACE V BĚŽNÉM ŽIVOTĚ	20
5. REMINESCENCE	23
5.1 REMINESCENCE JAKO FORMA TERAPIE	26
6. VLASTNÍ VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ	29
6.1. METODIKA VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	29
6.2. VÝSLEDKY VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	32
1. FUNKCE A VLIV KOMUNISTICKÉHO REŽIMU NA ŽIVOT JEDINCE ..	33
2. MORÁLKA	36
3. VLIV KOMUNISTICKÉHO REŽIMU NA BĚŽNÝ ŽIVOT	38
4. EMOCE A PROŽÍVÁNÍ	40
5. PROŽÍVÁNÍ PERZEKUCÍ A HROZEB	42
6. KOMUNISTICKÁ STRANA	43
7. PROŽÍVÁNÍ HISTORICKÝCH UDÁLOSTÍ.....	45
8. PROŽÍVÁNÍ OBDOBÍ SAMETOVÉ REVOLUCI V ROCE 1989	45
6.3. DISKUZE	46
ZÁVĚR	49
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	50
PŘÍLOHY	1
PŘÍLOHA Č.1	1
PŘÍLOHA Č.2	7

ÚVOD

Tématem mé diplomové práce je: Totalitní režim v životech seniorů. Celá práce se dělí na dvě větší části. Na část teoretickou a část zabývající se výzkumem a analýzou rozhovorů.

Teoretická část shrnuje základní poznámky o definici stáří a o stáří jako o etapě života, která má ve své podstatě mnohá specifika. Při studiu literatury jsem vybrala kapitoly z etapy stáří, jako například osobnostní změny ve stáří, manželství seniorů, sexuální život starších lidí, ale také například problematiku vyrovnávání se s úmrtím partnera či koncem zaměstnání a přechodu do důchodu. Na tuto kapitolu naváže kapitola o pozitivní psychologii a stáří, která se zabývá především předmětem pozitivní psychologie – štěstím, láskou, a spokojeným stárnutím. Další důležitou kapitolu tvoří reminiscence a bilancování, které je v tomto životním období velmi zřetelné. A protože i reminiscence je formou terapie, která je hojně využívána v práci se seniory, i o této formě terapie se budu v teoretické části mé práce zmiňovat. Poslední kapitola teoretické části se zabývá vybranými kapitolami psychologie komunismu, jako například manipulací pomocí strachu, naučenou bezmocností či post-komunistickým syndromem. Nahlédneme také na situace z běžného života v komunistickém režimu tak, jak se na ně dívá psychologie komunismu. Teoretická část tvoří průřez hlavními tématy, která souvisejí s výzkumnou částí. Ta se týká analýzy rozhovorů, které byly v rámci Life Story Interview (LSI) prováděny se seniory a ve kterých se objevilo téma komunismu. Smyslem analýzy je zmapovat, jakou funkci a vliv má komunismus v životech seniorů a jaké následky můžeme pozorovat dodnes. Jako výrazné téma se objevuje téma morálky a principu dvojí morálky. V diskuzi jsou výsledky porovnány s některými autory zabývajícími se psychologií komunismu, nebo například post-komunistickým syndromem.

Téma mě ihned od začátku velmi nadchlo. Především proto, že v současné době, dle mého názoru a běžného žití ve společnosti ostatních lidí, jsou senioři bráni poněkud jako přítěž, hodně často je vidět, jak jsou jimi lidé obtěžováni a také se neustále nese téma jejich ne vždy vlídného chování. Proto jsem se do výzkumu ponořila velmi zaujatě, protože jsem sdílela otázku, jak se asi na starých lidech ukazuje vliv komunistického režimu, ve kterém mnohdy prožili skoro celý život. Současně jsem si říkala, že není možné, aby taková zvěrstva a neutuchající manipulace na nich nezanechávaly stopy.

1. ZÁKLADNÍ VYMEZENÍ STÁŘÍ

Pokud mluvíme o stáří, mluvíme o seniorech. Samo slovo senior nese svůj význam. Slovo vzniklo ze slova *senium* a má vícero významů. Například označuje starší osobu, pokud jsou v rodině dvě osoby téhož jména, a odděluje tak generace, stejně tak jako označuje starší osobu například v učitelském sboru či v jiných organizacích. Obecně můžeme také říci, že se jedná o občany, kteří překročili hranici šedesáti let věku (Hartl, Hartlová, 2000). Stáří je poslední životní období, při kterém v těle dochází k mnoha změnám a celý organismus se mění. Mění se jeho struktura a mění se funkce a je mnohem více zranitelný, než býval dříve. Biologické změny jsou nápadnější, objevují se výrazněji a častěji různé nemoci a proces hojení a uzdravování je náročnější (Langmeier, Krejčířová, 2006). Proces stárnutí začíná biologicky ve chvíli, kdy procesy odbourávání buněk převáží nad tím, aby se buňky vytvářely. Tento jev v rámci celého těla můžeme pozorovat mnohem dříve, než strádání psychické (Kern, 1999).

Než se začnu zabývat vymezením stáří z pohledu věkové hranice, ráda bych se věnovala vymezení pojmů: funkční věk a fyziologický věk.

Funkční věk jako takový se dá vymezit jako poměrný věk, období, ve kterém můžeme vidět určité schopnosti, nebo soubor těchto schopností a dovedností z toho odvozené. Dále je možno jedince porovnat s jeho vrstevníky stejného věku a dostaneme srovnání toho, jak si jedinec vede právě vůči vrstevníkům. Naproti tomu fyziologický věk je úzce spojen s funkcemi fyziologickými a jejich celkovou úrovní vzhledem ke konkrétnímu chronologickému věku jedince. „*Měří se metabolické pochody, hladiny hormonů, žlázová sekrece, rozvoj a funkčnost nervové soustavy*“ (Hartl, Hartlová, 2000, str.667).

Chronologický věk je dán datem narození a zobrazuje číslo, které není vždy shodné s věkem funkčním. Funkční věk je daleko důležitější pojem, který udává skutečné opotřebení těla jedince. Chronologický a funkční věk nejsou tedy často v souladu, mnohdy se značně liší. Věk je jen velmi slabý ukazatel tělesných změn (Stuart-Hamilton, 1999).

Smékal uvádí, že člověk je mladý, dokud je schopný divit se, být schopný úžasu nad světem a radovat se z toho, co život přináší a z nových věcí, stejně tak jako z nových zážitků. Učit se stále novým a novým věcem a aktivně se na nich podílet (Smékal, 2005).

Pravdou ale stále zůstává, že problematika stáří, stárnutí a obecně lidí v seniorském věku se stává v posledních letech více a více aktuální vzhledem k faktu, že lidé a populace

stále více stárne. To je jedním z hlavních důvodů proč se na tuto problematiku obrací zrak čím dál více (Gregor, 1999).

Pokud se zabýváme otázkou délky života, praktičtější nástrojem, než průměrný věk se uvádí střední délka života. Průměrný věk je statistický údaj, kterého dosáhneme běžným statistickým průměrem. Tedy tak, že sečteme roky dané generace a vydělíme je právě jejím počtem. Číslo, které nám vyjde, obsahuje i úmrtnost novorozenců či další – hladomor, válka. Průměrný věk ale zakrývá faktickou povahu toho, že v každém historickém období žili staří lidé. Právě proto se častěji používá vhodnější termín – střední délka života. Ta nám udává s vysokou pravděpodobností, jakého roku se dožije zdravé, právě narozené miminko (Haškovcová, 2010).

Dříve nebyla střední délka života tak vysoká jako dnes. Lidský život se prodlužuje, a právě proto je nutné se touto problematikou zabývat. Podíváme-li se na historii, můžeme s jistotou říci, že střední délka života se neustále prodlužuje a to následovně. V 16. století byla střední délka života 20 let. O dvě století později již 23. let a pokud přeskočíme do 20. století tak uvidíme, že v roce 1930 se již jednalo o 50 let jako o střední délku života. Jestliže v roce 1968 byla střední délka života 68,5 let pro muže a 72 let pro ženy, tak je jisté, že pokud člověk dnes zemře v 68 letech, již nebude považován za dlouhověkého, jak by byl považován dříve, ba právě naopak (Gregor, 1999). Vágnerová uvádí (dle statistické ročenky 2005), že z lidí, kteří se dožili 60. roku života se ale dožije 80. let pouze 18,1 % žen a 11,2 % mužů (Vágnerová, 2007).

Přesné věkové rozdělení seniorského věku se liší napříč různými autory. Jako hlavní, ale uvedu dělení dle WHO, které ve své práci uvádí Šimíčková – Čížková a to následovně: Stárnoucí: 60–74 let, Starý: 75-89 let, a stařecký věk nad 90 let života (Šimíčková-Čížková, 2003).

Další dělení dle Mühlpachra uvádí podobné dělení, s jistými drobnými rozdíly, například v počátečním věku. Podle práce tohoto autora můžeme o mladých seniorech mluvit od 65 do 74 let. V tomto věku si jedinci zvykají na jiný styl života, odchází do důchodu a adaptují se. Je potřeba zvládnout další uplatnění v rámci volného času, aktivit a podobně. Druhou etapou seniorského věku je rozmezí od 75 do 84 let (staří senioři), kdy se již velmi mění zdatnost lidí a ukazují se zdravotní problémy spojené s tímto věkem, a především můžeme pozorovat jiný průběh nemocí než u mladších jedinců. Choroby mají tedy atypický průběh. Od 85 let mluví autor o velmi starých seniorech, kdy se velmi často objevuje téma soběstačnosti a snahy se zabezpečit (Mühlpachr, 2009).

„Bez problémů se shodneme na konci stáří, které je dáno jednoznačně smrtí, podobně jako počátek dětství je dán narozením, ale určit přesněji věk počátku stáří se nedá. Stáří se objevuje postupně, tak jak se stávají v životě člověka reálnými další a další jevy a procesy, charakterizující stáří“ (Sak, Kolesárová, 2012, str. 15).

Z pohledu pozitivní psychologie je stáří významná etapa pro to, aby člověk kulturně a osobnostně dozrál a předával kulturní dědictví dále. Tak se totiž rozvine v ucelenou osobnost, která je současně v harmonii (Křivohlavý, 2011).

2. STÁŘÍ JAKO ETAPA ŽIVOTA

V této kapitole budu uvádět důležité psychické aspekty stáří, jako například vliv stárnutí na osobnost, charakter a typické rysy člověka. Dále také nahlédnu do manželství seniorů či vyrovnávání se se ztrátou partnera. Jedná se o vybraná témata a kapitoly z oblasti psychologie stáří.

2.1. Proměna osobnosti ve stáří

Dá se říci, že k psychickým změnám ve stáří dochází u všech seniorů. Těch, u kterých nenajdeme velký výskyt nemocí či duševních chorob je minimum a takové stárnutí můžeme považovat za úspěšné, avšak méně časté. I přes drobný výskyt určitých nemocí, velmi často sledujeme změny mentální. Rozdíl je ovšem v tom, jak který jedinec tyto změny prožívá, s jakou intenzitou se u něj objevují, a především jak rychlý mají nástup. Pokud se objeví případ až příliš rychlého nástupu, je potřeba se takovému člověku více věnovat. Nutno dodat, že úbytek sil psychických je ve stáří zcela běžný jev, který se projevuje především zpomalením duševní činnosti, pomalejším tempu při zvládání úkonů, nízkou motivací či snížením zájmu a netečností. Také můžeme pozorovat špatné snášení změn všeho typu a mnohdy i depresivní, neurotické chování. Existují i stabilní prvky osobnosti, jako například schopnost pozornosti, běžné sociální dovednosti, jako interakce a komunikace, což zahrnuje i slovní zásobu. Seniori mají spíše problém s činnostmi vyžadujícími rychlou reakci či s těmi, kde je nutné dodržet vysokou přesnost. Osobnostní rysy zůstávají zachovány, s přibývajícím věkem se mohou některé rysy zdát výraznější, a to se odráží i na celkovém chování (Kubešová, 2005).

Charakterové rysy člověka, jako například introverze a extraverze, stejně jako neuroticismus či psychoticismus, prochází během životem změnami a směřují k jistému vývoji. Tyto změny a vývoj souvisí s pohlavím jedince. Psychoticismus s věkem vykazuje pokles, ale současně můžeme určit, že se tak děje rychleji u mužů, než u žen. U

obou pohlaví ale vývoj extroverze a introverze směřuje ke stále větší introverzi s postupem věku. Avšak není to v průběhu věku konstantní, například muži jsou v období dospívání více extrovertnější než ženy a v šedesáti letech přesně naopak. Psychoticismus klesá v průběhu života u obou pohlaví, ale mnohem rychleji u mužů. (Stuart-Hamilton, 1999). V průběhu celého života dochází k proměnám, nebo spíše posunům charakterových rysů a tyto změny souvisí s životním stylem. Změny v životním stylu, například odchod do důchodu a podobné, zapříčiňují proměnu charakterových rysů. Současně ale v druhé půlce života těchto změn lidé prožívají méně. Jedinci si v průběhu života i tak zachovávají své charakterové rysy vůči své vrstevnické skupině stejné (Stuart-Hamilton, 1999).

2.2. Životní styl ve stáří

Pro každého člověka je společnost ostatních lidí důležitá. Dostává skrz ostatní zpětnou vazbu na své chování a současně může sdílet představy, ale i názory, zájmy či obavy (Hartl, 1993). A zvláště pro seniory je lidský kontakt a společnost nejdůležitější. Dnešní staří lidé jsou většinou společností hodnoceni jako obtěžující či zbyteční. Senioři mají tak obavy o to, aby nezůstali ve stáří sami a nemuseli dožívat v domovech pro seniory bez kontaktu s rodinou. Některé mladé rodiny nemají takový zájem starat se o své rodiče doma a využívají právě domovy pro seniory. To ale stále neznamená, že by se vztahy mezi dětmi a rodiči zcela vytrácely, ba právě naopak. Mnoho dětí žije v blízkosti svých rodičů (Alan, 1989). V seniorském věku většina starých lidí má vnoučata a může jim být babičkou či dědečkem. Tento vztah sebou nese jistá specifika na rozdíl od vztahu rodiče s dítětem. Senioři mohou s vnoučaty objevovat nové věci a spoustu jich toho naučit, a především mohou být více kamarádi (Říčan, 2004). I přes to, že lidé nechtějí zůstat na stáří sami, velmi rádi kombinují výhody být s rodinou a být v soukromí svých domovů (Stuart-Hamilton, 1999).

Je důležité se zmínit i o manželství mezi staršími lidmi, mezi seniory. Většinou jsou totiž partneři velmi důležitým bodem celého života jedince a v seniorském věku obzvláště. Ve stáří je vztah ve stavu, kdy toho spolu lidé mnoho zažili a díky těmto společným zážitkům a nejrůznějším událostem v jejich životě, prošel také jejich vztah mnoha změnami. I přes to, že se kvalita vztahu v průběhu let proměňuje, v seniorském věku je soužití mnohem duchovněji, než bývalo dříve (Haškovcová, 2010). Pokud jeden z partnerů v tomto životním období onemocní a druhý se o něj má tendenci postarat, mnohdy je to ještě více sblíží. Druhá strana mince je také důležitá. Pokud oběma ubývají

síly, a nemohou být společenští jako dříve, může to být pro vztah velmi zatěžující (Willi, 2006). Objevující se stereotyp je typickým projevem po mnoha společně prožitých letech a zároveň můžeme vidět velkou toleranci manželů k sobě navzájem (Haškovcová, 2010). Starší manželé jsou si ale mnohdy oporou a vztah již bývá stabilizovaný (Kratochvíl, 2000). Třeba také proto, že manželé za roky společného života poznávali jeden druhého a nyní se znají velmi dobře a vědí, co od druhého očekávat, co ne a co druhému udělá radost (Plaňava, 1998). Alan dodává, že manželství seniorů se napříč populací velmi liší. Můžeme vidět manželství šťastná, vyrovnaná, ale i ve vleku starých křivd a prázdnoty ve vztahu, kdy manželé nemají společné zájmy a aktivity (Alan, 1989).

Důležitým aspektem, který se upíná k manželství, je i sexualita. U starších lidí vždy záleží na tom, jak o své manželství pečovali dříve a jaké sexuální chování vykazovali v předchozích letech. Neexistuje správná úroveň aktivity a mnohdy není sexuální aktivita vůbec nutná, aby člověk byl ve stáří a ve vztahu šťastný (Stuart-Hamilton, 1999). Někteří senioři jsou aktivní, někteří se sexu vyhýbají zcela a někdy nevyhledávají přímo pohlavní styk a věnují se mnoha jiným formám sexuálního kontaktu (Haškovcová, 2010). Roli zde sehrává fyzická zdatnost a zdraví a velmi často můžeme vidět, že manželé v seniorském věku daleko více dávají přednost praktickým výhodám manželství před vášní (Lamanna, Riedmann, 2003).

Životní styl a jeho průběh ve stáří velmi často ovlivní úmrtí partnera, se kterým je velmi těžké se vyrovnat. Mnoho lidí se smrti svého blízkého, se kterým strávili celý život, obávají a nesou si přání, aby umírali dříve než druhý. Tato myšlenka je pouze o tom, zabránit vlastní bolesti ze ztráty (Willi, 2006). V dnešní době není zvláštností partnerství, kde je žena mnohem mladší, a tak se ženy častěji musí vyrovnávat se ztrátou manžela, také zde hraje roli fakt, že ženy mají vyšší průměrnou délku života než muži (Lamanna, Riedmann, 2003). Smrt partnera, co se týče míry stresu, je každopádně na prvním místě, a to i v případě, že již je nějakou dobu vážně nemocný. Vždy je to šok. Důležitým bodem je rozloučení takové, jaké pozůstalému partnerovi přinese klid (Říčan, 2004). „*Těžké je žít se smrtelně nemocným partnerem, třeba měsíce i léta, případně vědět od lékařů i to, co jemu zamlčeli. Potlačujeme negativní city, jež v nás tato situace budí. To je přirozené, ale měli bychom vědět, že se jim nevyhneme*“ (Říčan, 2004 str. 372). Je velmi běžné, že lidé truchlí i dříve, než partner zemře, aby byli vůbec schopni snést bolest, utlumit ji. A tak se citově nechtěně odpoutávají již předem (Říčan, 2004).

Další velkou změnou je i konec v zaměstnání, popřípadě rozhodnutí, zda pracovat budou i v důchodu. Pouze třetina lidí je pevně rozhodnuta, jak tento krok ohledně

zaměstnání bude vypadat, tedy zda pracovat přestanou či nikoli. Současně starší lidé, před odchodem do důchodu mají strach ze změny celého života, odchodu do důchodu, životního stylu a bojí se také o ztrátu sociálních kontaktů a přátelství a neméně mají obavy z finančních problémů během důchodu. A právě z těchto důvodů mnohdy lidé v práci pokračují i v důchodu. Motivací pokračovat v práci je udržení kontaktu s ostatními pracovníky, dále také potřeba uplatnění. Motivující je i finanční zabezpečení a potřeba mít nějaké úspory. Ty lidé často využívají na zajištění bydlení a pomoc svým dětem (Alan, 1989).

S koncem zaměstnání souvisí i smíření se s odchodem do důchodu a přijetí všeho, co s tím souvisí. Především přizpůsobení se novému životnímu stylu. S vyšším věkem mají lidé menší adaptabilitu ke změnám, a zvláště pak při odchodu do důchodu. Pro seniora je důležité sociální prostředí a přizpůsobení na tento životní styl, aby se dokázal vyrovnat s rolí seniora a aby nahlédl normy a hodnoty, které se s tímto životním obdobím pojí. Vše je ale velmi individuální, a to i míra přizpůsobení se této roli. Tím pádem reakce na přechod do důchodu mohou být různé. Ideální je reakce konstruktivní, kdy staršímu člověku neutučá humor, je otevřený a tolerantní a dostává tak od okolí pozitivní zpětnou vazbu. Nejčastěji se ale můžeme setkávat s reakcí, kdy je pro lidi typická větší pasivita. Tento stav, nebo reakce je důsledkem radosti z odchodu do důchodu, neboť práce pro ně nebyla příliš důležitá, a tak rádi věnují čas rodině a rádi odpočívají. Další možností, jak přistupovat ke změně a odchodu do důchodu je reakce obranná, kterou často lze spatřit u lidí, pro které v životě byla velmi důležitá soběstačnost a největším strachem je závislost na někom druhém. Na to navazuje reakce nepřátelská a tito lidé bývají mrzutí a nepříjemní na své okolí. Nejsou schopni unést zodpovědnost za své dřívější neúspěchy a vinu připisují druhým lidem a okolí. Další a poslední reakcí, kterou můžeme pozorovat, je reakce zaměřená nenávistí proti sobě. Tito lidé jsou často depresivní, chybí jim láska k sobě samému a cítí se velmi sami a mají pocit vlastní zbytečnosti (Čornaničová, 1998).

Je velmi důležité dbát ve stáří na duševní zdraví a pečovat o něj. Důležitá je péče pro udržení psychické pohody a maximální spokojenosti až do staršího věku (Smékal, 2005). Zároveň je i prevencí duševních poruch a nemocí (Hartl, 1993). Nejlepším postojem ve stáří, je samozřejmě postoj pozitivní a je důležité si uvědomit, že mnoho představ mohou lidé přivést k uskutečnění za předpokladu, že přijmou své reálné možnosti. Stejně tak je dobré bojovat proti zoufalství a beznaději, neztrácet chuť do života a neustále na sobě pracovat. K tomu pomůže i změna životního stylu a stereotypních návyků (Smékal, 2005). Pro duševní hygienu jsou důležité některé zásady. Mezi ně patří

dobrý spánek a spánková hygiena, která zahrnuje dostatek spánku. Dále například dostatek relaxace, při které se uvolní svalové napětí a můžeme do ní zahrnout i správné dýchání (Hegyí, 2012).

2.3. Kognitivní proměny

Stárnutí má vliv nejen na osobnost a životní styl, ale také na intelekt, paměť a pozornost. Co se intelektu týče, lze o něm mluvit jako o větší moudrosti se vzrůstajícím věkem, ale také o snižování bystrosti. Dnes je již překonán názor, že inteligence je jedna neměnná vlastnost. Je to totiž schopnost verbální, numerická a zrakově-prostorová. Současně ji můžeme rozdělit na krystalickou a fluidní. A právě fluidní inteligence s věkem slábne, zatímco krystalická inteligence zůstává skoro beze změny (Stuart-Hamilton, 1999).

Ve stáří je nejvýraznější úpadek paměti, tedy jednotlivých funkcí paměti. Nejčastěji bývají zapomenutá jména osob, čísel či odborných názvů či slov, a to vše se vážně k těm, které jedinec příliš nepoužívá. Stejně tak se člověk hůře rozpomíná a hůře se i učí nové věci, je tedy postižena i vstřípivost. Kvalita dlouhodobé paměti a paměti sémantické je uchována dobře. „*S pamětí okrajově souvisí schopnost plánování a řízení – jedním z nejběžnějších způsobů, jakým je paměť využívána, je schopnost vzpomenout si, co je třeba udělat, znát svůj časový harmonogram a do něj tuto povinnost vložit*“ (Stuart-Hamilton, 1999, str. 97).

Další významnou proměnou prochází ve stáří pozornost. Pozornost může být vědomě zaměřena na určitou věc či úkol, kterého chceme dosáhnout, anebo může být bezděčná, která probíhá bez záměrné aktivity člověka (Hartl, 1993). Jakákoli duševní aktivita je doprovázena zaměřenou pozorností, její intenzitou, stabilitou i rozsahem. Člověk se poté více soustředí na jednu věc a na ostatní méně. S tím ale souvisí unavitelnost, která se zvyšuje právě s věkem. Starší člověk není schopný se soustředit i v případě velkého zájmu tak dlouho, jako člověk mladý (Kubešová, 2005).

3. POZITIVNÍ PSYCHOLOGIE A STÁŘÍ

Stárnutí je proces, je to proces probíhající celý život, který má své etapy. Na tom, jak prožijeme stáří nezáleží jen rozhodnutí při přechodu do důchodu, ale vztahování se k sobě samému během celého života. Pozitivní psychologie se v této tématice zabývá především tím, čeho můžeme ve stáří dosáhnout a jak vlastně vypadá taková zralá osobnost. (Křivohlavý, 2011). Autoři Peel, McClure, Hendrikz uvádějí, že stárnutí je

především vývoj pozitivní, kvalitní a opačný od patologického vývoje. Cílem toho, aby jedinec mohl stárnout kvalitně, uvádějí především zvyšování kvality života a podpory zdraví, díky kterému následně můžeme vidět ovlivnění fyzické stránky jedince (Peel, McClure, Hendrikz, 2007).

Pozitivní psychologie je specifická tím, že se věnuje a řeší výhradně pozitivní témata, prožitky a pozitivní emoce. Zároveň se snaží dosáhnout celistvosti v popisu psychiky člověka a zdůrazňuje a vyzdvihuje protipól opačné tendence, totiž tendence zaměřovat se na negativní psychické jevy (Křivohlavý, 2004). V současné době se největší pozornost v pozitivní psychologii ubírá směrem výzkumu ohledně charakterových stránek či posttraumatického vývoje a zároveň si klade za cíl pozitivní edukaci. Uskutečňují se především delší výzkumné cíle, které přináší přeci jen přesnější výsledky díky kvalitnější interpretaci a analýze. Zkoumá se příjemné prožívání a jeho vliv na naši psychiku a samozřejmě i na stránku tělesnou či neurologickou (Slezáčková, 2012). Jedněmi z velkých kapitol pozitivní psychologie je štěstí a láska (Křivohlavý, 2004).

Štěstí je jedním z témat pozitivní psychologie a zároveň je to velmi relativní a pro lidi proměnlivý aspekt života. Především proto, že každý prožívá a vnímá štěstí zcela odlišným způsobem. I důvod toho, proč je někdo šťastný se liší. Pro jednoho je to možnost být se svými blízkými či milovanou osobou, pro druhého štěstí znamená pracovní úspěchy anebo také nové zážitky a prožitky. Obecně můžeme pozorovat, že štěstí se objevuje v situacích, kdy máme pro koho žít a kdy je nám dle našeho úsudku příjemně. Pro dosažení takového pocitu je důležité ve svém životě nalézat smysl bytí, smysl a směr našeho života, který nás pohání kupředu (Slezáčková, 2012). Je ještě nezbytné zdůraznit, že štěstí je vnímáno jako subjektivní fenomén, který je zcela závislý na vnímání a hodnocení každého člověka jako individuality. Jedná se o stav emoční, prožitkový, který si uvědomuje každá osoba sama za sebe (Snyder, Lopez, 2007). Křivohlavý dále popisuje psychologickou analýzu cílů autora Baumeistera, který se snažil dopátrat nějaké definice, či odpovědi na to, co je vlastně štěstí. Z analýzy, kterou provedl můžeme vidět, že za štěstí jdou označit emocionální zážitky na příjemné či pozitivní bázi, dále také pocit klidu a míru, stejně jako bezpečí a samozřejmě i nepřítomnost zážitků a pocitů negativních. Jako další jde za štěstí označit také spokojenost obecně se životem jako celkem, a také velkou roli hraje manželství či partnerské vztahy (Křivohlavý, 2006). Studie ukazují, že větší pocit štěstí prožívají lidé, kteří žijí v manželství, či mají partnerský vztah než ti, kteří žijí sami, anebo z manželství odešli, popřípadě partner zemřel (Mastekaasa, 1994).

Velmi často jsou peníze a finanční zajištění obecně brané jako cesta ke spokojenému a šťastnému životu, ale ukazuje se, že ke štěstí přispívají jen velmi málo. Je zde totiž vidět fakt, že pokud se máme dobře a zvyšujeme náš životní standart, máme tendenci rychle přivykat. Skrz psychologické výzkumy lze pozorovat, že k naplnění štěstí je spíše potřeba každodenních radostí, než náhlé jednorázové emoce štěstí (Křivohlavý, 2006).

Je důležité, jakými životními situacemi a celkovými okolnostmi lidé prochází. Velmi zřetelně se ukazuje, že na naše štěstí a pocit spokojeného života mají vliv kulturní aspekty, stejně jako aspekty demografické či geografické. Dále také naše národnost (Diener et al., 1999). K tomu se váže i to, jak probíhal náš život dříve a zážitky, které ho ovlivňovaly. Mimo zážitků, co se již staly, jsou důležité i ty přítomné, jako například fakt, zda jsme zaměstnaní či nikoli, či jsme ve své práci spokojeni a dále třeba i náboženská víra, zdravotní stav, rodinné prostředí a stabilita v něm (Lyubomirsky, Sheldon, Schkade, 2005). K tomu je ještě nutné dodat že vliv na štěstí má i temperament člověka, jeho charakterové vlastnosti a hodnoty, které zastává (Křivohlavý, 2006).

Dalším ústředním okruhem pozitivní psychologie je láska a prožívání lásky v různých podobách, jelikož se jedná o téma jednoznačně lidské. Láska má mnoho podob, například jinak se milují partneři, kteří spolu chtějí strávit celý život a jinak matky prožívají lásku ke svým dětem. Láska má také mnoho dimenzí a mezi ně jednoznačně můžeme zařadit složku emocionální, motivační, biologickou či duchovní, ale také kognitivní, sociální či racionální (Slezáčková, 2012, s. 105). Erich Fromm také uvádí rozdělení lásky na lásku mateřskou, erotickou, lásku mezi sourozenci ale také na sebelásku či lásku k bohu. Dle tohoto autora je umění lásku dávat stejně jako ji umět přijmout. Dodává, že láska se dá chápat jako péče o náš život stejně, jako péče o růst druhého, kterého milujeme (Fromm, 2015).

Štěstí a pocit spokojenosti jsou vysoce individuální prožitky, a proto není ani jednoznačný popis toho, jak by člověk měl stárnout s pocity štěstí a spokojenosti. A právě proto existuje mnoho teorií a výzkumných metod, které se na tuto problematiku zaměřují (Strawbridge, Wallhagen, Cohen, 2002). Pokud chce jedinec stáří zvládnout úspěšně, měl by přijmout fakt, že bude muset snížit počet aktivit a vyselektovat ty, které jsem pro něj nejdůležitější. Je nutné se zaměřit jen na některé, aby jedinec mohl aktivity bez větších problémů dělat úspěšně. Stejně tak je potřeba veškeré aktivity přizpůsobit našim možnostem a potřebám a zohlednit to, že třeba na sportovní aktivity je potřeba více přípravy a větší pozornost je třeba věnovat fyzické kondici. Zároveň je nutné přijmout

fakt, že je nutné snížit četnost fyzických aktivit. Za šťastné a příjemné stáří lze vidět i takové, které není zcela bez fyzických problémů. Jde především o to, jak se lidé ke stáří postaví a převezmou nad tím aktivní kontrolu (Baltes, Baltes, 1990). Jako tři základní podmínky pro úspěšné, šťastné a spokojené stáří se jeví absence a vyhýbání se nemocem a s tím souvisejících rizikových faktorů. Fyzická a psychická kondice a její aktivní udržování a celkové udržování aktivního života. Z toho se dá usoudit, že důležitým základem je zdravá osobnost, která si je vědoma potřeby udržovat své tělo i mysl v adekvátní kondici. Vystává otázka, zda je možné, aby lidé s fyzickými neduhy mohli i přes to být ve stáří spokojení. Z výzkumů vyplývá, že to možné je. Více než polovina seniorů uvedla, že žijí spokojený a šťastný život i přes to, že některé z podmínek nesplňují (Rowe, Kahn, 1997).

4. VYBRANÉ KAPITOLY PSYCHOLOGIE KOMUNISMU

Kapitola shrnuje vybrané kapitoly z problematiky psychologie komunismu. Zabývá se základními principy, které používal komunistický režim pro udržení moci, poukazuje na problematiku naučené bezmocnosti či na post-komunistický syndrom a dále také na klíčové situace běžného života pod komunistickým režimem.

4.1 Strach

Hlavním znakem totalitních režimů je všemocná policie, a především neustálý teror a strach z něj, který slouží těmto režimům k udržování moci (Aron, 1993).

Strach, jakožto jeden z hlavních znaků jakékoli diktatury, a tedy i jeden z hlavních nástrojů komunistického režimu, je všudypřítomný a mnohdy se objevuje na různých úrovních. Jeho využití se týká buď přímého zastrašování anebo nepřímé manipulace. Režim tak manipuluje fantazijní představou a lidé se tak bojí, co by se mohlo stát jim. Pokud se chce komunistický režim udržet u moci dlouho, vždy je nejlepší taktika působit strachem méně silným, ale po delší dobu, tedy průběžně (Kabát, 2011). „*Náhly intenzivní šok a konflikt se vždy tělo i psychika naučí dodatečně zvládnout lépe než desítky a stovky denně působících detailů, které se tak říkajíc snáze dostávají pod kůži*“ (kabát, 2011, str. 13). Komunistický systém je tedy systémem, který do všeho zasahuje jako politické hnutí, které využívá soustavné a účelné manipulace a nesnaží se ani zakrývat teror (prováděný například bezpečnostními složkami), kterým těchto cílů dosahuje (Heywood, 2008).

každodenní vytváření neuvědomovaného strachu bylo velmi typické. Projevem lze shledávat například soustavu zákonitostí, jak jednat a jak se chovat v nejrůznějších

situacích či na různých místech. Tyto pravidla byla více mechanická než logická, nicméně se dala použít ve vícero institucích. Tedy – co platilo ve škole se dalo očekávat i v jiných institucích. Jistě že se těchto pravidel týkaly i nepříjemné následky při jejich porušení (Kabát, 2011). „*někdy vzniká dojem svobody, ale ve skutečnosti jsem manipulován. Vnější podmínky mě donutí jako by dobrovolně si vytvořit životní postoj, který vůbec není můj*“ (Kabát, 2011 str. 16).

Jedno jediné pravidlo je jasné: být poslušný. Ostatní pravidla jsou velmi často nejistá a mnohdy náhodná. To ještě více podporuje kontinuitu strachu. Navíc iracionalita a nelogičnost situací podporuje strach a obavy z toho co vlastně přijde. Důležité je zmínit zvládnutí takovýchto dlouhodobě a nepřetržitě působících stresových situací. Pokud se jedinec vyloženě nezhroutí, má organismus tendenci se adaptovat. To se jeví jako nejjednodušší strategie, kdy jde o vytěsnění, přizpůsobení se situaci. Dá se tedy říci - co nechci vidět, nevidím. Zkratkovitě jednání a panikaření může být také forma reakce a nejedná se jen o zbrklý útěk, ale například i o náhlé rozhodnutí přihlásit se do strany (Kabát, 2011).

4.2 Post-komunistický syndrom

Vliv komunismu byl tichý, ale zanechával dlouhé stopy. To vše se uskutečňovalo pomocí několika mechanismů, které na lidi působily. Režim uměl velmi dobře využívat nátlak a kontrolovat vše v životech lidí pomocí státního aparátu. Mnoho těchto vzorců se vyvíjelo spontánně proti indoktrinaci a totalitní kontrole. Jednalo se o nezamýšlené důsledky jako například nedostatek úcty k právnímu řádu, nedůvěra k autoritám, princip dvojího metru, co se týče chování a mluvení mezi lidmi na veřejnosti a idealizace západní společnosti (Sztompka, 1993).

Význam pojmu post-komunistický syndrom je definován jako vzor postojů a chování u lidí, kteří žijí v postkomunistických zemích. Jen tento fakt je předpoklad pro to, že mohou tímto syndromem trpět. Syndrom je následkem dlouhotrvající, tísnivé životní situace a mohou z něj vzniknout různé individuální či sociální poruchy, jako například naučená bezmocnost, projevy nemravnosti či nemorálnosti a nedostatek lidských, občanských cností (Klicperová, Feierabend, Hofstetter, 1997).

Kapitola zabývající se syndromem post-komunismu uvádí pohled autorky Martiny Klicperové-Baker a dalších autorů, kteří ve svých dílech popisují základní znaky a projevy, stejně jako příčiny, které k výskytu tohoto syndromu vedou.

V totalitním režimu byla síla jedné strany založena především na kontrole veškerého dění a života lidí. Jednalo se o nátlak sociální, politický ale například i ekonomický. V této společnosti nebylo lehké žít. Vyrovnat se s tím, v jakém prostředí jedinec žije, nebylo jednoduché a totalitní společnost učila své občany, že toto přežít lze jen tak, že buď podlehnou neúměrnému tlaku anebo budou čelit nejen režimu, ale i morálním dilematům (Klicperová, Feierabend, Hofstetter, 1997).

Jedním ze znaků komunistické společnosti bylo podávání neobjektivních a ideologicky zkreslených informací o světě. Ačkoli lidé byli přítomni i pravdivé realitě, toto jednání komunistického režimu produkovalo zmatek a pochybnosti o realitě. Dalším prvkem byla dvojitá morálka a verze reality a pravdy. Tento jev spočíval v tom, že lidé se naučili, co mají říkat na veřejnosti a co doma, v soukromí (Klicperová, Feierabend, Hofstetter, 1997).

Post komunistický syndrom je tedy specifický vzorec uvažování a myšlení, ale také naučených reakcí a chování, které si jedinec vyvinul v průběhu života v komunistickém režimu a které přetrvávají. Projevuje se v naučené bezmocnosti, nízké iniciativě a odpovědnosti za sebe sama, beznaději a pesimismu. Dále také můžeme u lidí s tímto syndromem pozorovat nemorální chování (Klicperová, Feierabend, Hofstetter, 1997).

4.3 Naučená bezmocnost

Pojem naučená bezmocnost, můžeme nalézt u různých autorů, například Hartl, Hartlová jí popisují jako špatné porozumění a vyhodnocení minulých špatných zkušeností a následně jako stav pasivity, apatie a vzdávání se, velmi často doprovázený nízkou sebedůvěrou a ztrátou jakékoli naděje (Hartl, Hartlová, 2000).

Zcela původně tento pojem ale pochází od Seligmana, který provedl výzkumy, které následně potvrdili tento jev a vznikl tak pojem naučená bezmocnost (*learned helplessness*). Tento jev vypovídá o stavu jedince, jenž ať se chová jakýmkoli způsobem, svým chováním není schopen ovlivnit situaci, v níž se nachází (přičemž hovoříme zpravidla o situaci pro jedince nepříznivé). Naučená bezmocnost představuje reakci člověka, kterou je možno popsat jako vzdávání se, kdy jedinec přestává vyvíjet snahu k dosažení změny či cíle a stává se ve skrze pasivním. Tato reakce je výsledkem naučení se jistého vzorce chování, který popírá možnost, že by se ze situace dalo vlastní snahou dostat. Jedinec má pocit, že ať udělá cokoli, nikam to nepovede (Seligman, 2006).

Experimenty ohledně behaviorální psychologie na zvířatech, které se týkali jejich reflexů zapříčinili objevení tohoto jevu. Byly totiž zaznamenány změny v chování zvířat

ve chvíli, kdy jim byli dávány bolestivé podněty, kterým se zvířata nemohla vyhnout (Peterson, Maier, Seligman, 1995). Ukázalo se totiž, že jakmile se situace změnila a již se bolesti uniknout dalo, zvířata nebyla schopna naučit se adekvátní reakci úniku a stala se vůči bolesti pasivní. Díky těmto pozorováním se začali formulovat myšlenky teorie, která říká, že v případě působení podnětu, kterému nejde uniknout, se zvíře naučí, že z takové situace není úniku a nejde ani získat kontrolu. Zároveň se objevuje očekávání stejné situace v budoucnu (Abramson, Seligman, Teasdale, 1978).

Experimenty založené na stejném principu byly ověřeny i na lidech a tuto myšlenku tedy prokázaly (Nakonečný, 2000). Seligman měl v úmyslu díky těmto pokusům a teorii o naučené bezmocnosti, začít rozklíčovat začátek deprese (Hunt, 2000).

Naučená bezmocnost má také své důsledky a vlivy, které na lidech zanechává a ty se týkají především oblasti motivace, kognice a emocí (Peterson, Maier, Seligman, 1995).

Tento fenomén obsahuje tři oblasti nedostatků, negativních důsledků, vyvolaných právě situacemi, o kterých se člověk naučil přemýšlet tak, že je nelze ovládnout. Tyto nedostatky se objevují v oblasti motivace, kognitivní oblasti a také v oblasti emocí a prožívání (Peterson, Maier, Seligman, 1995). Seligman popisuje oblast motivační jako deficit, který vzniká v důsledku působení onoho nekontrolovatelného podnětu a důsledkem je velký útlum aktivity a iniciativy jedince. Dalším deficitem, který je možno pozorovat je deficit emoční a můžeme ho vidět jako proměny v emočním ladění a mnohdy i v souvislosti s depresivními sklony. K tomu se váže ztráta energie, nezájem o jindy vyhledávané všední aktivity a například i nespavost. Toto depresivní ladění má původ spíše v tom, že jedinec již očekává další nepříjemné zážitky do budoucnosti ještě před tím, než přijdou. Jedná se tedy spíše o negativní nastavení kognitivního rázu (Seligman, 2006). Co se týče kognitivních deficitů, mluvíme především o procesu učení, který výrazně selhává. Pokud se totiž člověk přesvědčí o tom, že situaci nemůže zvládnout, je velmi obtížné ho naučit novému vzorci chování v reakci na vzniklou situaci. Vzniká tak opět negativní kognitivní nastavení, kdy je jedinec naučen a velmi pevně přesvědčen, že svou aktivitou nemůže situaci vyřešit (Abramson, Seligman, Teasdale, 1978).

4.4 Klíčové situace v běžném životě

Komunismus jako režim měl několik poznávacích znamení, které ho jasně identifikovaly. Vždy se jednalo o jednu vládnoucí stranu v čele státu, která zcela ovládala veškeré dění a měla tedy řídicí roli ve společnosti. To ovlivňovalo školství, kulturu,

ekonomické instituce, ale i obecně život spojený s trávením volného času. Vše bylo založeno na kolektivizaci a centrálním plánování (Heywood, 2004).

Pokud člověk žil v komunistickém režimu, denně se setkával s tím, že lidé do komunistické strany vstupovali anebo alespoň byli stavěni do situací, kdy o tom bylo nutné přemýšlet. Do strany se, stejně jako k tajné policii, hlásil každý z jiného důvodu a v za jiných podmínek. Můžeme charakterizovat alespoň čtyři různé důvody, které lidi vedly právě k tomu, že do komunistické strany vstupovali. Řadí se do nich obrana a nadšení pro společnou věc, emocionálně zabarvená vize intelektuálů, nejasný směr vlastního života a cesta k prospěchu a dobré sociální pozici. Lidé využívali toho, že pro ně vstup do strany znamenal alespoň nějaký klid a dá se říci, že to pro ně byl typ obraného mechanismu ve chvíli, kdy přestávali zvládat neutuchající tlak prostředí, ve kterém žili. Podvolení se komunistickému režimu, jeho nátlaku a následné vstoupení do strany mohlo být preventivní opatření pro získání alespoň nějaké, mnohdy i falešné jistoty. Mnozí lidí považovali tento krok, jako to nejrozumnější, co může člověk udělat a ostatní považovali za bláznů (Kabát, 2011).

Komunismus v Československu postavil mnoho pravidel na mnohdy nesmyslné logice, stejně jako příkazů a zákazů, jak by se člověk měl chovat. Ustanovil požadavky na chování a jednání. Za jejich porušení přicházeli tresty, za přizpůsobení zase výhody a prospěch. Kabát uvádí a současně přirovnává asimilaci v systému komunismu k jisté vadě charakteru. Lidé měnili i svou povahu a charakter pro vidinu úspěchu v rámci systému, který ale vytvářela nepřirozená diktatura. V populaci se dalo spatřovat, jak se lidé navzájem odlišují mírou přijetí režimu, nebo nesouhlasu k němu a stejně tak míře vymezení vlastních hranic, za které již nejsou ochotni jít. Kabát zmiňuje myšlenku, že jakýkoli režim postavený na lži a násilí není možné zcela přijmout běžnou populací. Typickým prvkem pro tento politický systém jako pro řadu jiných je prvek vydírání. Ten staví na pocitu lidí, že cíl, kterého mají dosáhnout si režim obhájí, a tak lidé mají pocit, že se není za co stydět (Kabát, 2011). Komunistická strana měla vždy výsadní a elitní postavení. Stejně tak ho měli lidé, kteří byli členy strany. Mohli tak využívat výhod plynoucích z tohoto členství. Původní myšlenka byla jasná, obyčejní lidé nejsou schopni ničeho dosáhnout sami a musí být vedeni těmi, kteří ztělesňují vědomí a svědomí těch ostatních (Balík, Kubát, 2004).

Škola, jako hlavní instituce pro vzdělávání si za komunistického režimu přisvojovala velké pravomoci. Nejen, že učitelé velmi zasahovali do výchovy dítěte, aby mohli ovlivňovat to, co si myslí a jak jedná, například při politické orientaci nebo názoru

na náboženství, ale také se snažili setřít jakoukoli individualitu jedince a zařadit ho do jednoho mustru s ostatními. Právě proto se vyžadovala absolutní poslušnost, stejné pohyby i stejné myšlení a stejné projevy. A to i ve výbavě školních pomůcek či oblékání. Učitel vyžadoval shodné typy bot a oblečení na tělovýchovu, stejné obaly na přezůvky, stejné typy psacích potřeb, stejné odpovědi. Šebo dodává, že tato unifíkovanosť nebyla patrná jen ve škole, ale i bydlení, kde se byty podobaly jako vejce vejci (Šebo, 2010). Režim se snažil o nadvládu nad všemi s názorem, že jednotlivce poznáme pouze skrz kolektivismus, a právě na něj režim kladl důraz (Balík, Kubát, 2004). Navzdory tomu, že učitelé vystupovali jen jako autority a měli moc prakticky nad vším, často největší autoritou byla uklízečka či vrátná, která žáky neustále hlasitě okřikovala a šikanovala (Kabát, 2011). I proto se například Skauting režimu nelíbil. Skauti byli vychováni jako individualisté. Pionýři naopak jako kolektivisté (Šťastná, 2018).

Podřizování člověka neznalo mezí. Morálním dilematem mnohdy byl fakt, že se člověk musel smířit s tím, že pokud chtěl nějaké nedostatkové zboží, tak obálek s pozornostmi nebylo nikdy dost. Například při pořízení auta, ale i jiných drobnějších věcí (Petrov, 2017).

„Věřící vždy a za všech okolností představovali pro totalitní komunistický režim podstatný problém, protože nebyli schopni přijmout LEŽ, která je nezbytnou součástí systému“ (Kabát, 2011, str. 239). Církev obecně se všemi věřícími byli hrozbou a prakticky neustále vystavovány mnohým perzekucím (Kabát, 2011). Pro totalitní režimy byly totiž klíčové ambice zejména ambice stát se učením, které vše vysvětluje a zahrnuje tak veškeré otázky, stejně jako ambice, že jsou dějinami předurčeny k vládě nad celým společenstvím, světem (Balík, Kubát, 2004). Režim se nejdříve aktivně snažil skrz manipulaci a ideologickou propagandu o nátlak na to, aby se církev podřídily, ale jakmile přestával mít šanci k nějaké formě kompromisu a dohody, vždy velmi rychle a bez mrknutí oka přešel do aktivního boje a protiútok. Ježíš Kristus jako první komunista, usilující o to, aby si byli všichni lidé rovni, je hezkým příkladem. Zde ale ideologie narazila na to, že pro mnoho lidí je také prorokem anebo synem božím. Věznění a pronásledování ale nezažili jen věřící. Pronásledování a jiné formy perzekucí se odrazili na každé skupině obyvatel, jako například na šlechtě, inteligenci a buržoazii první republiky (Kabát, 2011).

Klíčovou složkou, která perzekuce řídila, byla všemocná policie, které se říkalo Bezpečnost a nejčastěji Veřejná bezpečnost. Její členové se nenazývali policisté, ale příslušníci. Největší brutalitu prosazovala Státní tajná bezpečnost. Hlavní funkce těchto

orgánů byla zaměřena na potlačování svobody a neustálý dohled a kontrolu nad obyvatelstvem. „*Udržet si normální lidský život s morálním posuzováním sebe i okolí a s životem podle jednoduchých zákonů pravdy bylo i na úrovni všedních okamžiků jedním z největších hrdinství*“ (Kabát, 2011 str. 181). Agenti StB byli ke spolupráci velmi tvrdě nuceni, anebo podepisovali členství a spolupráci dobrovolně, protože je lákal příslib výhod a popřípadě i finanční odměna. O činnosti Veřejné bezpečnosti či Státní tajné bezpečnosti se nikde nemluvalo. Úkol lidí, kteří chtěli s nimi spolupracovat byl jasný. Měli za úkol odposlouchávat a zjišťovat informace o určených osobách, u kterých se režim domníval, že jednají proti němu (Pruša, 2011).

Běžný, všední život se vyznačoval součtem mnoha malých detailů, které se sčítaly. Připomínalo to léčbu, kdy do těla pravidelně a v nepatrném množství lékař vpichuje látku, na kterou jedinec nereaguje ihned silnou reakcí, a tak si látka v těle vytvoří výraznou hladinu, kterou by náraz tělo těžko mohlo přijmout. Soubor těchto drobností buduje v psychice lidí, kteří žijí pod komunistickým režimem, vzorce chování, které přetrvávají i po skončení režimu. Pokud se režim změní a lidé jsou „nuceni“ žít ve svobodném státě, jejich naučené vzorce a situační klíče přetrvávají a lidé je používají v domnění, že budou fungovat nadále (Kabát, 2011).

Výše uvedené podporuje ještě i fakt, že totalita vytváří prostředí, kde se lidé chovají jinak navenek a nechovají se tak spontánně. Forma spontaneity v názorech a myšlenkách byla sice možná považovaná ostatními za hrdinství, ale ve skutečnosti za ní lidé trpěli. Lidé při procesech a mučení, museli volit postoje, které nebyly jejich, byly jim naprosto cizí. Co lidé dělali pod tlakem a co ovlivňovalo jejich prožívání se začalo nenápadně zvnitřňovat a tyto drobnosti měli trvalé, leč nenápadné a postupné následky. Mohou se následně objevovat tendence k apatii a nezasahování do věcí, které by vyžadovali aktivní účast, tendence stále podvědomě vnímat zákazy a dodržovat je pod dohledem a mimo něj nikoli, malá schopnost mít vlastní názor na rozdíl od skupinového, tendence podceňovat vnitřní morální pohnutky a mnoho dalších. Všechny tyto tendence, vnitřní nastavení a vzorce, jsou získány vlivem neutuchajícího tlaku umělých podmínek a režimem, který zcela deformoval logiku a společnost (Kabát, 2011).

5. REMINESCENCE

Jako první je nutné uvést pojem „ego integrita“. Pojem ego integrity pochází od Eriksona, který popsal úkol osmého stádia vývoje jako nutnost vyrovnat se se životem a neskouznout do beznaděje a zoufalství (Torges, Stewart, Duncan, 2008). Podle Eriksona

je toto stádium spojené s dosažením sounáležitosti a lásky k druhým lidem a generativity. Integrita ega je tedy vymezena jako stav myslí, ve kterém se dotváří všechny cnosti přechozích stádií (Poláčková Šolcová et al., 2019). V každém z osmi životních stádií popsal Erikson krizi, která je důležitá pro zvládnutí tohoto stádia. V osmém stádiu se jedná o krizi mezi integritou a zoufalstvím (Křivohlavý, 2011).

Lidé, kterým se podaří svou ego integritu naplnit, jsou otevřenější a jsou smíření se svým životem tak, jak ho prožili. Toho dosahují skrz vyprávění svých životních příběhu a prostředkem je i bilancování (Torges, Stewart, Duncan, 2008). Těžko se nalézá snadná definice, ale můžeme říci, že se jedná o pravdivost k sobě samému abychom mohli poznat, o co v našem životě vlastně celou dobu šlo. Stejně tak jde o smíření se s tím, co bylo. Takový člověk vřele vzpomíná na svůj životní příběh s vědomím, že kdyby ho měl prožít znovu, nic by neměnil. K tomu patří životní filosofie a poznání vlastních hodnot (Říčan, 2004).

Starší lidé se v průběhu stárnutí dostávají do fáze, kdy začínají přehrávat, revidovat svůj život. Začínají bilancovat. Probírají své životní příběhy, znovu si je přehrávají. Životní příběhy nejsou nikdy ucelené a konečné, v průběhu života se stále rozvíjí či dotváří. Každý příběh je vždy vytvářen každým člověkem individuálně vzhledem k jeho sociálním podmínkám, prostředí, ve kterém žije, každý příběh má nějaký účel pro daného člověka, a především každý člověk reaguje na sociální situace jinak (Dubovská, Chrz, Tavel, 2016). Vzpomínky z paměti člověka a z jeho identity nemizí, právě naopak, ovlivňují tak jeho přítomnost a vytváří budoucnost velkým množstvím různých způsobů (Watt, Wong, 1991). Bilancování je přirozeným lidským fenoménem, kdy se na povrch dostávají nejrůznější obsahy a je třeba na ně zaměřit pozornost. Reminiscence je na rozdíl od bilancování spontánní proces vyvolaný nějakým podnětem (Poláčková Šolcová et al., 2019). Cílem tohoto období, jako poslední fáze života je integrace ega. Jedná se o uvědomění si, že čas se zdá být pomalu naplněn, stejně jako veškeré lidské snažení v průběhu života. Otevřené konce již neexistují. Pokud má člověk pocit, že nedosáhl všeho, co chtěl, může propadat zoufalství a depresi (Stuart-Hamilton, 1999).

Bilancování a rozmyšlení nad smyslem života je zcela přirozené pro starší lidi, když musí čelit změně a přechodu do seniorského věku a života. Bilancování pomáhá lidem udržet si osobní integritu. Přemýšlení o traumatizujících životních příbězích a vzpomínkách přispívá k integraci vzpomínek a pocitů, které se k těmto těžkým tématům vážou (Dubovská, Chrz, Tavel, 2016). Vzpomínka, která v paměti zůstala po celou dobu

a je v ní uchována, se vybavuje jako převyprávění příběhy, nejen jako strohá informace (Čermák, 2004).

Základním kamenem pro tvorbu životních příběhů je autobiografická paměť, díky které jsou životní příběhy zprostředkováním osobnosti jedince. Hraje zde roli samozřejmě i zapomínání a sociální kontext. Veškeré autobiografické vzpomínky, které člověk má jsou základem pro to, aby si mohl vytvářet životní příběhy. Je nutné dodat, že ne všechny tyto základní vzpomínky se nakonec stanou také životním příběhem. Lidé se totiž daleko více soustředí a více si pamatují pozitivní vzpomínky, zatímco těch špatných mají tendenci se vzdát, mizí jim z primární pozornosti a vyskytuje se fenomén, kdy lidé mají pocit, jako by se ty negativní vzpomínky staly velmi, velmi dávno, i když to není pravda. Nejvíce si lidé pamatují vzpomínky a zážitky z období dospívání a brzké dospělosti. V každém životním příběhu nalezneme otisk daného člověka, můžeme právě skrz jeho životní příběh vidět a chápat kým skutečně je (Dubovská, Chrz, Tavel, 2016). Zároveň může docházet ke zkreslování vzpomínek. Bližší je mnohdy realitě právě představa. A tak se poněkud stírá hranice mezi sémantickou a epizodickou pamětí. Někdy lidé zapomínají dílčí příhody a pamatují si jen ty varianty, které často opakují (Čermák, 2004).

Reminiscenci můžeme rozdělit do tří typů, co se týká funkce. Je to funkce pozitivní, negativní a prosociální. Jako pozitivní funkce reminiscence pokládáme především funkci identity, kdy se identita jedince více rozvíjí právě skrz vzpomínání, které pomáhá nalézat další a důležité dimenze osobnosti. Dále také řešení problémů a přípravu na smrt. Je důležité, aby senioři vzpomínali a měli tak prostor vyřešit své problémy z minulosti, a tak byli připraveni zvládat problémy nové. Příprava na smrt předpokládá hlavně dosáhnutí klidu a přijmutí faktu o smrti a smrtelnosti. Jak již bylo řečeno, reminiscence má i své negativní stránky, které se týkají především oživení trpkosti člověka, která se projevuje častým stěžováním si (Dubovská, Chrz, Tavel, 2016). Vzpomínky podporují soudržnost, smysluplnost vlastního já člověka a jsou odrazem snahy zaznamenat propojování pozitivních a negativních životních příběhů (Cappeliez, O'Rourke, Chaudhury, 2005).

Reminiscenci jako takovou můžeme vidět z několik pohledů a každý přináší něco jiného. Například tak zvaná obsesivní reminiscence se projevuje neschopností se vyrovnat se vším špatným, co se lidem v minulosti stalo, nedokáží se od těchto nepříjemných a špatných zážitků odpoutat a mnohdy jim přijde, že jejich identita je založená jen na těchto negativním vzpomínkách a zážitcích (Dubovská, Chrz, Tavel, 2016).

Na to navazuje problematika vyhýbání se nepříjemným a špatným zážitkům a zkušenostem z minulosti, která se nazývá úniková reminiscence. Úniková reminiscence znamená hledání útěchy v minulosti, protože současnost a budoucnost se zdá být velmi nepříznivá. Zdá se, že úniková a obsesivní reminiscence je spojena s úzkostí a neúspěšnou adaptací na stárnutí (Cappeliez, O'Rourke, Chaudhury, 2005).

5.1 Reminiscence jako forma terapie

Reminiscenční terapie je forma terapie, která se soustřeďuje na využívání vzpomínek a za cíl si klade v člověku vyvolat vzpomínky na příjemné zážitky anebo takové, které jsou jedince nějakým způsobem důležité a následně tak zlepšovat kvalitu prožívání a života. Autorky Janečková a Vacková (2010) popisují reminiscenční terapii jako rozhovor či povídání si terapeuta se seniorem, ale lze terapii provádět i se skupinou. Jedná se o povídání o předchozím životě, vzpomínkách a prožitých příbězích (Janečková, Vacková, 2010). Životní příběhy mají tendenci se neustále vyvíjet a integrují životní příběh lidské osobnosti a na těchto příbězích pracují lidé celý život (McAdams, 2008).

Terapii provádí terapeut, který si s jedincem povídá v rozhovoru o jeho životě prožitých událostech a o tom, jak je prožíval. Reminiscenční terapie se uvádí v souvislosti se seniory a snaží se porozumět potřebám člověka a jeho osobnosti. Je totiž tak možné naplánovat s jedincem takový plán, takové aktivity a služby, které potřebuje právě on, a to zcela individuálně, bez šablon. Reminiscenční terapie ovlivňuje oba účastníky, jak terapeuta, tak klienta, a především vztah těchto dvou účastníků. Díky tomu, že klient odhaluje některé své stránky osobnosti, pomáhá terapeutovi vytvářet důvěrný vztah mezi nimi (Schweitzer, 2008).

V této terapeutické metodě je tedy vzpomínka jako prostředek, nástroj, skrz který probíhá cesta ke klientovi a vztahu k němu, ale i k jeho vnitřní pohodě. Reminiscenční terapie staví své základy na tom, že v mozku zůstávají zachovány informace, vědomosti, vzpomínky, které jsou uloženy v dlouhodobé paměti (Janečková, Vacková, 2010). Dle provedených výzkumů u pacientů s Alzheimerovou chorobou a mírných kognitivních poruch se ukazuje, že reminiscenční terapie má vliv na autobiografickou paměť (Melendez, J. c. at al., 2017). U pacientů s demencí se vyskytuje problém v podobě jejich přehlížení v rámci domovů důchodců. Z důvodu jejich demence se nedokáží v interakci s ostatními dobře vyjádřit a druzí jim rozumí jen těžko, mnohdy vůbec. Nedostatečná komunikace je důvodem, proč tito lidé trpí rychlým zhoršením mentálního stavu a společenským úpadkem (Cook, 1984).

Zajímavou formu reminiscenční terapie popisuje autorka Armstrong (2017), která uvádí mezigenerační formu reminiscenční terapie jako využití ke zlepšení pohody izolovaných seniorů (Armstrong, 2017).

Zakladatel reminiscenční terapie ve Velké Británii byl Robert Butler, který popsal teorii „rekapitulace života“. Jeho teorie změnila pojetí práce se seniory, co se vzpomínek týče. Do té doby převládal názor, že vzpomínání při práci se starými lidmi je pro ně spíše nepříjemné a negativní, protože odvádí lidi od současného života a pomáhá jim popírat přítomné. Touto teorií byl tento názor překonán a vzpomínky a myšlenky na minulost se zařadily do přirozeného procesu stárnutí. Důležitým bodem byl fakt, že ve Velké Británii vznikl projekt, který vytvářel pomůcky pro reminiscenční terapii, do kterých patřily například různé diapozitivy. Tak vznikla první reminiscenční pomůcka a díky těmto krokům se povedlo tuto metodu práce se seniory dostat do povědomí laické i odborné veřejnosti a dodnes je reminiscenční terapie v Británii velmi podporována jak v nemocnicích, klinikách, tak i v charitativních organizacích (Bolomská, Špatenková, 2011).

Reminiscenční terapie se dá popsat jako proces, kde základem je podpora pro vybavování vzpomínek ať již jednotlivce nebo skupiny, a to vzpomínek z minulého života. Používají se různé pomůcky, které mohou vést ke vzpomínání či vybavování nějakých zážitků. Většinou se může jednat o fotografie, nahrávky, ošacení nebo věci každodenního života. Pomůcky by opravdu měli sloužit jen jako pomůcky a terapeuti by je neměli vnímat jako jediné techniky, ba právě naopak. Záleží na každém individu a zkušenosti terapeuta, který terapii provádí. Jestliže je reminiscenční terapie proces, je důležité také zaujetí klienta a jeho ochota spolupracovat. S tím souvisí terapeutův zájem o něj, snahu mu aktivně porozumět a naslouchat. Jen tak může mezi terapeutem a klientem vzniknout vztah, který je důvěrný (Bolomská, Špatenková, 2011).

Norris (1986) rozlišuje čtyři různé přístupy k práci se vzpomínkami a jeho myšlenky rozvíjí ve své práci Janečková a Vacková (2010). Jedná se o práci se skupinami a rozlišují se tak tři funkce reminiscenčních skupin na oddechovou, podpůrnou a terapeutickou (Janečková, Vacková, 2010).

Nejen že se dá reminiscenční terapie rozdělit na práci s jednotlivci a skupinami, dá se také považovat za druh umění, které podporuje fantazii terapeuta, ale také má na něj velké nároky. V reminiscenční terapii se vnímavosti a tvořivosti meze nekladou, a tak se můžeme setkávat s pořádáním různých větších projektů, které se zabývají právě

vzpomínáním, a to vše formou setkávání a třeba i výtvarných projektů (Bolomská, Špatenková, 2011).

Jak již bylo zmíněno, existují čtyři přístupy, skrz které se dá k reminiscenční terapii přistupovat. Jedná se o přístup narativní, reflektující, expresivní a informační.

„Narativně zaměřená reminiscenční skupina připomíná setkání rodiny nebo přátel, kdy se společně vzpomíná, kdy každý může přispět svou „trochou do mlýna“, kdy se lidé společně pobaví a zasmějí“ (Janečková, Vacková, 2010 str. 23-24) V tomto přístupu je důležitá nepřítomnost hodnocení, které by mohlo vést k pocitu ohrožení. Hlavním smyslem je příjemné vyplňování volného času a navození psychické pohody. Důležitou součástí je sociální začlenění, kdy si účastníci povídají mezi sebou a nekomunikují jen své nejnnutnější potřeby s personálem.

Reflektující přístupy jsou zaměřené na životní rekapitulaci, která *„je považována za speciální formu reminiscence a byla definována jako proces prozkoumávání, organizování a hodnocení celkového obrazu života jedince“* (Woods et al., 2002 in Janečková, Vacková, 2010 str. 25). Tento přístup se svým zaměřením a přístupem podobá terapii, jelikož jde o rozhovor terapeuta s klientem, kteří si povídají o svých životních příbězích, ale také obtížích a konfliktech. *„Cílem je systematické prozkoumávání vzpomínek a přerámování postojů a myšlenek tak, aby výsledkem bylo pozitivní vnímání sebe sama“* (Janečková, Vacková, 2010, str. 26). Existuje forma, typ reminiscenční terapie zaměřený na seniory, kteří trpí depresemi či kognitivními disfunkcemi a nazývá se kognitivně-reminiscenční terapie. Důležité je vytvoření skupiny, která se pravidelně setkává a přítomni jsou i dva terapeuti. Témata jsou ale předem nastavena a odráží důležitá životní témata jako například vztah s rodiči, dětmi a podobně.

Třetím přístupem je přístup expresivní, který odráží práci s náročnými a nepříjemnými vzpomínkami a emocemi. Mnohdy slouží k odkrývání osobních problémů, traumat. Principem, který tato forma využívá, je zapojení dalších lidí a jejich naslouchání, reakce, pomoc nebo třeba rady. *„Otevření minulosti a expresivní mluvení nebo i psaní o prožitém traumatu pomáhá jedinci v jeho uzdravení – mizí úzkosti, stres a jiné poruchy či zdravotní problémy“* (Janečková, Vacková, 2010 str. 29).

Jako poslední je přístup informativní, který se ve své podstatě zaměřuje na předávání informací, zkušeností a poznatků a využívá především autobiografickou metodu. Senioři vyprávějí svůj prožitý příběh a uvádějí ho do historických a časových souvislostí anebo popisují samotné historické události, jak je prožívali právě oni a předávají tak poselství dalším generacím. V tomto ohledu mnohdy starší lidé nalézají

smysl a směřování svého dalšího života a pomáhá jim to adaptovat se na fakt, že jsou v seniorském věku. Tato forma se může odehrávat i jako přednášky, debaty či programy zaměřené na vzdělávání (Janečková, Vacková 2010).

Při práci s reminiscenční skupinou se mohou vyskytnout mnohé problémy, a tak reminiscenční terapie neprobíhá bez obtíží. Mezi první takový problém patří to, že účastní nemluví o minulosti. Jedná se především o to, aby terapeut, který skupinu vede vyvážil podíl hovoření o přítomnosti a o minulosti. Je totiž běžné, že účastníci mluví i o přítomných problémech, aby se mohli vrovnat s minulostí a následně o ní pohovořit s ostatními. Dalším problémem může být zkreslování vzpomínek. Zde se jedná především o zveličování či zkreslování vzpomínek a událostí, které dotyční prožili. Jedná se o typický rys, který se objevuje při vzpomínání. K tomu se pojí problém třetí a to, že některé vzpomínky a události se smíchají dohromady a vytvoří tak vzpomínku jedinou. Není zcela vhodné účastníka s tímto jevem konfrontovat, spíše odvést téma jinam. Vzpomínky mohou být také velmi zmatené, nebo se v rámci reminiscenční terapie mohou objevovat témata bolestivá, jako například traumatizující události z minulosti. Zde je možné se věnovat práci právě na těchto tématech. Občas se ale ve skupině objeví nějaký člen, který svým chováním narušuje chod a průběh terapie. V případě opakování tohoto jevu se jev stává problematickým a je nutné ho řešit. Stejně tak průběh terapie mohou narušit ostatní kolegové terapeuta například pohrdavými komentáři (Bolomská, Špatenková, 2011).

6. VLASTNÍ VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

V kapitole zabývající se samotným výzkumem se budu zabývat nejdříve metodikou výzkumného šetření, kde se zaměřuji na základní principy, které se týkají mého výzkumu, ale i obecně výzkumu kvalitativního. Dále jsou prezentovány výsledky samotného výzkumu dle témat. Jako poslední je zařazena diskuze shrnující celý výzkum.

6.1. Metodika výzkumného šetření

Protože výzkum, který jsem si vybrala se týká analýzy rozhovorů, zvolila jsem pro svou práci přístup kvalitativní. *„Kvalitativní přístup v psychologických vědách je přístupem, který pro popis, analýzu a interpretaci nekvantifikovaných či nekvantifikovatelných vlastností zkoumaných fenoménů naší vnitřní a vnější reality využívá kvalitativních metod“* (Miovský, 2006, str.17).

Kvalitativní výzkumníci mají velký zájem o to, poznávat, jak lidé prožívají a jak vnímají svět, jaký smysl dávají světu a jak prožívají události. Výzkumníci se tedy

zabývají kvalitou a strukturou zkušeností (Willig, 2001). Metody, které používají kvalitativní výzkumníci dokážou zprostředkovat hlubší porozumění společenským fenoménům (Silverman, 2005).

Vybrané rozhovory se zaměřením na komunismus v životech seniorů jsou součástí většího celku, výzkumu. Oficiální název výzkumného projektu je "Styly ego integrity v životních příbězích seniorů: narativní přístup" s číslem: GA 17–02634 S.

Jednou z použitých metod bylo LSI – Life story interview, kterou popisuje D. McAdams. Tato metoda se zakládá na polostrukturovaném rozhovoru, nezkoumá celý život člověka, ale jen zlomové, výrazné body, na jejichž základě umožňuje zachytit životní příběh dotazovaného člověka.

Jak již bylo zmíněno, český výzkumný projekt se zabývá seniory, tedy lidmi nad 65 let věku. Senioři byli kontaktováni přes centra v Praze a v Olomouci a všichni se zúčastnili dobrovolně. Následně byli ujištěni, že celý výzkum je anonymní a že s informacemi bude zacházeno důvěrně. Všichni senioři žili mimo domovy důchodců ve vlastních domácnostech. Každému individuálně byl proveden krátký test na kognitivní výkonnost a zjištěny informace o sociálně-demografických údajích. Následně se přistoupilo k samotnému rozhovoru, který byl následně přepsán. Výzkumný soubor se skládá ze 166 účastníků ($M = 71,39$; $SD = 5,77$, 92 žen). Použitý Life story interview viz příloha 1.

Pro analýzu získaných rozhovorů, které jsou jádrem výzkumného šetření této práce, jsem zvolila tematickou analýzu, právě z důvodu kvalitativního přístupu k celému šetření. V Tematické analýze je velmi důležité odkazování ke vzorům v datech, jak ve své práci popisují Braun a Clarke. Dále tematickou analýzu charakterizují jako metodu identifikace (Braun, Clarke, 2006). Pokud se rozhodneme používat při analýze textu právě tuto metodu, můžeme těžit z její flexibility a možných úhlů, z jakých lze s tematickou analýzou zacházet. Pakliže vycházíme z již známé teorie, je možné postupovat tak, že jako první určíme výzkumné otázky. Na rozdíl od tohoto teoretického přístupu, můžeme postupovat i zcela opačně. Tedy necháme vykristalizovat výzkumné otázky či větší počet výzkumných otázek až po analýze textu. Celý proces lze tedy i otočit. Pokud bychom se rozhodli pro tento přístup, volíme tak zvanou induktivní tematickou analýzu (Braun, Clarke, 2006).

Jak již bylo řečeno, tematická analýza je ve svém základu velice flexibilní, ale na straně druhé se můžeme setkávat s celou řadou nevýhod a omezení. Je důležité zajistit, aby celý proces byl náležitě transparentní, průhledný. Právě pro dodržení této podmínky,

navrhují Braun a Clarke v několika bodech postup, který pomáhá průhlednosti celé Tematické analýzy. Tento navržený postup zahrnuje cyklické vracení se k předešlým bodům a následný postup vpřed (Braun a Clarke, 2006).

1. Seznámení se s daty: Nejdůležitějším pro celou tematickou analýzu je fakt, že si řádně přečteme celý soubor, všechny rozhovory, které zkoumáme a u nichž chceme tematickou analýzu provádět. Někdy je potřeba přečtení i opakovat a vnímat text ze všech úhlů a stran. Již při této fázi je možno nacházet první kódy.
2. Generování počátečních kódů: Jakmile máme prvotní přečtení a řádné seznámení s daty za sebou, můžeme začít hledat zajímavá témata, rysy či části textu, kterým přiřazujeme jednotlivé kódy. „*Kód je symbol přiřazený k úseku dat tak, že ho klasifikuje nebo kategorizuje. Kódy mají mít relevanci k výzkumným otázkám, konceptům a tématům. Kódování je ústředním bodem analýzy*“ (Hendl, 2005, str. 228).
3. Hledání témat: Jakmile se věnujeme hledání a přiřazování kódů, začínají se některé kódy opakovat a je možné je seskupovat do témat. Každý kód je jedinečný, stejně jako témata, a proto se nesmí stát, že by jeden kód byl přiřazen do dvou témat.
4. Přezkoumání témat: I přes to, že témat se objevuje mnoho, je nutné je znova projít a přesvědčit se, že jsou relevantní, že k tématu výzkumu opravdu patří a zda budou zařazena do analýzy a budeme s nimi dále pracovat. Doporučuje se opětovné čtení textu a vracení se, zda jsme nezapomněli na něco důležitého, zda jsme něco nepřehlédli.
5. Definování a pojmenování témat: Pakliže témata identifikuje, je nutné je prozkoumat více do hloubky, a to včetně vzájemného propojení. Stejně tak při zkoumání obsahu témat, můžeme nacházet podtémata se kterými můžeme dále pracovat a témata jimi více roztřídit.
6. Sepsání zprávy: Jako poslední a důležitý krok je zhodnocení celého zkoumání a analýzy dat. Vypracujeme závěrečné pojednání, zprávu, kde se objeví veškeré výsledky našeho šetření (Braun a Clarke, 2006).

Vlastní výzkumné šetření probíhalo v rámci tematické analýzy a celkem bylo vyselektováno 88 rozhovorů, ve kterých se vyskytovalo nějakým způsobem téma komunismu. Následně na těchto vyselektovaných rozhovorech byla provedena tematická

analýza. V příloze práce je zařazen rozhovor s ukázkou kódování (viz příloha 2.). Všechny rozhovory nemohly být do přílohy přidány, jelikož jsou součástí většího celku a součástí výzkumného projektu: GA 17–02634 S.

6.2. Výsledky výzkumného setření

Ze zmíněných 88 rozhovorů vykryštovalo 8 hlavních témat s 37 podtématy. V následující tabulce (tabulka č. 1) uvádím přehled témat a podtémat. Sloupec s uvedeným číslem rozhovorů udává množství rozhovorů, ve kterých se podtémata vyskytovala.

Hlavní témata	Podtémata	Počet
1. Funkce a vliv komunistického režimu na život jedince		
	Funkce komunistického režimu v životě jedince	21
	Vlivy do současnosti	36
	Předávání poselství	5
	Další vlivy	6
2. Morálka		
	Pohled na morálku za komunistického režimu	20
3. Vliv komunistického režimu na běžný život		
	Vliv na vzdělání v komunistickém režimu	27
	Vliv na zaměstnání v komunistickém režimu	35
	Běžný život za komunismu	13
	Problémy s bydlením v komunistickém režimu	3
	Rodinné problémy kvůli komunistickému režimu	3
	Cestování za komunistického režimu	16
4. Emoce a prožívání		
	Komunismus jako bezpráví	19
	Prožívání nespravedlnosti	22
	Prožívání pesimismu	6
	Prožívání strachu	17
	Prožívání nenávisti	3
	Zklamání z komunistického režimu	1
	Prožívání křivdy	1
5. Prožívání perzekucí a hrozeb		
	Nevhodný původ, nevhodný kádrový posudek	25
	Víra a církve za komunistického režimu	8
	Myšlení a činy proti režimu	17
	Perzekuce I. - Kontroly a domácí prohlídky	5
	Emigrace	7
	Perzekuce II. zatýkání, věznění, výslechy	14
	Skauting	3

6. Komunistická strana		
	Angažovanost v komunistickém režimu	13
	Komunistická strana	39
	Využívání výhod komunistické strany	4
	Pionýr, svaz mládeže	9
	Propaganda komunistického režimu	1
	Vojna	2
7. Prožívání historických událostí		
	Obsazení sověty 1968	29
	Normalizace 1968–1989	5
	Měnová reforma 1953	1
8. Prožívání období po sametové revoluci v roce 1989		
	Cestování po revoluci v roce 1989	6
	Volnost a svoboda po revoluci v roce 1989	13
	Rok 1989 – sametová revoluce	15

Tabulka č. 1.

1. FUNKCE A VLIV KOMUNISTICKÉHO REŽIMU NA ŽIVOT JEDINCE

V rámci tohoto tématu se odráží mnoho vlivů a funkcí, které měl komunistický režim na lidi, kteří v něm žili. Jedná se především o následky, které v životech lidí přetrvávají. „*Ale takhle, to víte, naprosto zlomově mě ovlivnil ten režim, že jo. Já si myslím, že...takhle – určitě bych byla bejvala šla profesně nahoru, určitě*“ (rozhovor č.11).

Celé téma funkce a vlivu se dá jasně rozdělit do několika rovin. Jedna z nich popisuje tendenci lidí, kteří žili v komunistickém režimu, tíhnout k negativistickému postoji vůči svému prožívání, svým názorům. Dle rozhovorů se objevuje pocit, že **jakákoli snaha říci svůj názor či si prostě a jednoduše stát za svým, nikam nevede a nemá žádný smysl**. Většinou lidé zažívali situace, ve kterých projevíli svůj názor, nebo se jen zachovali trošičku jinak, než komunistický režim očekával a ihned to „odskákali“. Také si odnášeli z života pod komunistickým režimem zklamání, pokud něčemu věřili a nedopadlo to dobře (například důvěra v lidi v komunistické straně), tak nyní již nevěří ničemu a získali pocit, že jakákoli snaha někoho volit nemá smysl.

Jak v rozhovorech zaznělo – Lámaly se charaktery lidí, a to zanechávalo dlouhodobé následky, například tím, že **nějaké ty malé „levárny“ nebo ne zcela férové jednání si lidé snadno omlouvají** a tato tendence přetrvává do teď. „*Že pak člověk spíše si doved nějakou lež, tak jako sám před sebou, já nevím vysvětlit*

nebo tolerovat jí. Prostě změnilo to každého z nás a kdo říká, že ne, tak nemá pravdu“ (rozhovor č. 63).

Jistou neutrální rovinu lze spatřit v chování, které bylo vyloženě založené na vyhýbání se problémům, přizpůsobení se situaci často kvůli zabezpečení rodiny. Neutrální z toho pohledu, že **lidé si mysleli, co chtěli, ale zároveň se chovali tak, jak jim režim přikazoval**. A ta opatrnost jim mnohdy zůstala. „*No, já si nemyslím, že bych nějak zásadně se změnil názorově, jo? To ne, no. Že člověk takovejma životníma zkušenostma dostane do podvědomí jakousi vopatrnost*“ (rozhovor č. 60). „*Tak se mi zdá, že jsem ten život tak přijala, tím se mi nějaké zvláštnosti odbourávají*“ (rozhovor č. 26).

Mnozí se naučili tolerovat vše, co se kolem nich odehrávalo a **přizpůsobili se** právě proto, aby zachovali rodinu, klid a neohrožovali své blízké.

Velmi důležitý aspekt je jistá **pevnost a posílení**, které lidé z problémů získali. Mnohdy reflektují právě **obtížné situace** spojené s komunistickým režimem jako ty, které **je posílily**, protože nebylo lehké je zvládnout. Hodnotí velmi často i toto období jako těžké, ale zároveň prospěšné a mnohdy i zlomové co se týče právě získání této síly a pevnosti. „*Určitě, myslím, že mě to velmi pozitivně ovlivnilo. Tedy můj postoj k životu a ke všemu, takže nakonec jsem rád, že to takhle dopadlo* (Bylo to bolestné, ale přineslo to ovoce.) *Určitě, určitě*“ (rozhovor č. 27).

S pevností a silou souvisí i to, že právě díky této získané síle lidé žili tak, jak chtěli, do ničeho neměli potřebu se „namáčet“ (myšleno kriminálně) a **nedělali nic, co by bylo proti jejich přesvědčení**. I to je formovalo do budoucna.

Častěji se lidé taky pevněji přimykali k víře a k naději, kterou poskytovala. A možná právě díky ní dokázali následně činy režimu i **odpustit**. „*Nic hlubokýho to nebude, ale konec modlitby Otčenáš: Odpust nám naše viny, jakož i my odpouštíme našim viníkům. Musím říct, že i všem blbým bachařům i STBákům za rozbitý nos, částečnou hluchotu, že jsem už odpustil a modlím se za ně*“ (rozhovor č. 52).

Víra pro ně v těchto těžkých časech byla cestou a světlem, které jim dodávalo odvalu a naději a pomáhalo těžké časy zvládnout. „*Takže prostě i v těch, i v těch vlastně v té děsivé době, když se tak díváme zpátky, jsme prostě měli světlo, jako na své cestě*“ (rozhovor č. 54).

Na posílení a pevnost navazuje i přijímání zodpovědnosti za to, jak žijí ať už se jedná o režim komunistický či jiný, **nesvalování odpovědnosti na druhé**. Stejně tak **uvědomování si všeho negativního na komunistickém režimu** a ocenění

vlastních schopností. Zvláště v případě, kdy dostávali ocenění za svou tvrdou práci, a ne za práci politickou či jen za příslušnost ke straně. Pro lidi to mělo daleko větší cenu. „*A já jsem za to dostal řád práce, a to jsem taky hrdý proto, že to nebylo za politickou práci, ale proto, že jsem ho dostal za skutečně tisíce kilometrů vedoucí tohoto*“ (rozhovor č. 45). Sice reflektují, že ne vždy vše odpovídalo jejich představám, ale **nelitují toho, jak svůj život prožili** a mnohdy uvádějí, že „mohlo být i hůře“. „*Takže to není skutečný průběh mého života, že by odpovídal těm mým představám. Ale že bych litoval, že to bylo takový, jaký to bylo. Horší to mohlo být, ale nebylo*“ (rozhovor č. 22).

Sami sebe jsou schopní ocenit za to, že **nepodlehli komunistickému teroru**, i za situací, kdy to pro ně mohlo mít negativní dopad. A i přes to se snažili k lidem okolo sebe chovat tak, jak by chtěli, aby se lidé chovali k nim. Pevnost může mít i poněkud negativní náboj v podobě **zatvrzení se vůči režimu**, ale i světu obecně. Mnohdy z důvodů, že viděli na vlastní oči, například v rodině, jak funguje komunistický režim, když jsou rodiče ve straně a jaké morální dopady to na ně má. Následný vliv **zatvrzení vůči všem politickým stranám** jasně vyplývá.

Jako další stojí za to zmínit snahu lidí hledat v sobě **vůli a sílu**. „*Život je provázený určitými zlomy, jednou je člověk nahoře, podruhé je dole, ale musí si vždycky najít tu situaci, jak si z toho spodu dostat nahoru, a to jsou ty zlomy takový. Nemůže se dostat do takové situace, aby si řekl: tak a já teď nevím, jak dál a já prostě jsem vyřízený, a to prostě nelze. Člověk musí mít vůli, aby se k něčemu dostal*“ (rozhovor č. 79). Život byl provázen různými zlomy, kdy se člověk ocitne jednou nahoře a jednou dole, ale pro většinu lidí je důležité najít takové řešení, aby se z těch ne vždy příjemných situací dostali a k těmto krokům našli vůli. „*Potěšilo mě, že jsem našel sílu tohle poznat. Řekl jsem si: "Ano, tak vím, že je to jinak." Ted' jsem nějakou dobu hledal sílu, jak se z toho vymanit*“ (rozhovor č. 84). Velmi často toto bylo doprovázeno uvědoměním, že nyní, když jim v komunistickém režimu nežijí, snaží se žít svůj život naplno, šťastně a tak, jak sami chtějí.

Ve větší míře se v rozhovorech objevovali **obavy o to, aby se minulý režim nevrátil**, aby se nevrátilo to, co bylo dříve. I uvědomění toho, že není takový problém, aby se historie mohla opakovat. S tím i související intolerance ke komunistickým a levicově zaměřeným politickým stranám, mnohdy z důvodů

špatné zkušenosti. „*Tak, že já nikdy bych nevolila třeba levicové strany, nikdy. Ani kdyby slibovali modré z nebe*“ (rozhovor č. 44).

Spojené s dnešní současností a budoucností je i to, že se lidé snaží předávat poselství svým dětem a vnoučatům a sdílet s nimi své zážitky z dob komunistického režimu. Rádi by předali myšlenku, že to, co se děje dneska a jak to s politickou situací dnes vypadá, není samozřejmost a nemusí to trvat již na pořád. „*Rád bych svým, to znamená vnoučatům a dětem, nějakým způsobem jim předal myšlenku, že to, co se děje dneska, nemusí trvat věčně, to je první myšlenka*“ (rozhovor č. 1).

Na druhou stranu se vyskytoval i názor zcela jiný a to, že **mladí nikdy nemohou pochopit**, jaké to dříve bylo. Především proto, že to nezažili tak nedokáží pochopit co za hrůzy si lidé prožili a nedokáží si představit, jaký byl život za komunistického režimu.

Jako poslední je třeba zmínit, že i názor na situaci dnes spojený s tím, že to nebylo za komunistického režimu nejhorší, se také objevil. Spíše ale v souvislosti s tím, že při pohledu na dnešní politickou situaci jsou lidé také znechucení tím, jací „*lháři, podvodníci a lumpové*“ v současné politice působí.

2. MORÁLKA

V rámci tohoto velkého a důležitého tématu se většinou setkáváme s prožíváním, které jedinci popisují v rámci pracovního kolektivu a morálního či nemorálního chování např. nadřizených, užívání moci a podobně. Nejvýstižněji atmosféru tohoto prožívání popisuje následující úryvek:

„*No lámaly charaktery, ale to je strašný. To vopravdu bylo lámání, to to bylo hromadný lámání páteře*“ (rozhovor č. 2). Ve více rozhovorech zaznívá podobné, a to zmíněné **lámání páteře**, pokřivené úsudky zabalené do nesmyslných pravidel a podivných principů, které vystavěla komunistická strana.

Napříč rozhovory lze pozorovat **princip dvojí morálky**. Jedná se o to, že režim vytvořil prostředí, kde se lidé naučili říkat věci, které chtěli komunisté slyšet a stejně tak se naučili mnohé věci na veřejnosti neříkat i přes to, že si mysleli něco jiného. Reflektovali, že to, co komunistický režim předkládá není reálné a pravdivé. „*Tak hlavně, že se teda ve škole nesmí mluvit, spíš než, on nás neučil říkat věci, co chtěli komunisti slyšet, ale naučil nás mlčet*“ (rozhovor č.19). Lidé uvádějí **žítí dvou životů**. Jednoho doma a jednoho v práci, ve škole, na veřejnosti, před sousedy.

V tom, jak lidé prožívali morální či nemorální chování druhých se odráží to, zda měli negativní nebo pozitivní zkušenosti právě co se morálky týče. Velmi často zažívali obojí, a to vytvářelo velký chaos, a právě kvůli tomu se naučili nikomu raději nevěřit. Jako velmi nepříjemné až kruté situace zažívali lidé v případě, kdy v rámci zaměstnání byli vystaveni mocenskému, nadřazenému chování ze stran nadřízeného pracovníka jen kvůli tomu, že byl komunistický straník a za každou cenu si chtěl tuto pozici udržet a byl schopný „jít přes mrtvoly“. Toto chování se projevovalo neustálým dohledem, přesvědčením, že je nedotknutelný jako nadřízený pracovník a že tím pádem každý bude bezmyšlenkovitě následovat jeho příkazy. S tím ale lidé velmi část nesouhlasili. Toto nemorální a nelidské chování neschvalovali a často také zažívali z toho plynoucí negativní dopady. Pokud mluvíme o zaměstnání, ne vždy se jednalo o nemorální chování pouze nadřízených pracovníků, ale i těch ostatních, kteří se „převrátili“ a „převlékly kabáty“ jakmile to pro ně bylo výhodnější. Takovéto chování považují lidé napříč rozhovory za velmi nemorální až „hnusné“. „*No, to...vás jako třeba šéfové v práci. Takový ty, co se převrátili. Ty kabáty převlíkli a potom. Nebo jsem měla šéfa bejvalýho STBáka, to jsou tak hnusný lidi*“ (rozhovor č. 42).

I přes to, že těch nemorálních příkladů a negativních zkušeností byla v rozhovorech jasná převaha, můžeme se setkat i s příklady, kdy lidé zažívali, pro ně překvapivé, dobré až příjemné chování a občas i **morální chování** ze stran komunistických straníků. Spíše to ale **považovali za velké štěstí** a spíše výjimku než to, že by to mohlo být pravidlem. Nicméně se dá s jistotou říci, že tak, jak se tito lidé chovali k druhým, tak stejnou měrou dostávali opláceno nazpátek. Jestliže lidé zažívali od stranických příslušníků, například v zaměstnání, hezké a morálně dobré chování, byli ochotní se za něj postavit a bojovat za to, jaký člověk je. Jak již jednou bylo zmíněno v předchozím tématu vlivu a funkce, i zde se propojuje pevnost a silná vůle, která pramení z nepodlehnutí nemorálním tendencím, které komunistický režim prezentoval, či vytvářel jako ty správné. O to více ve chvílích, kdy lidé zažívali i podporu. „*Takže byli ti, kteří se za mě dokázali postavit a proti těm prázdným nádobám mě dokázali uchránit*“ (rozhovor č. 52).

Pokud mluvíme o nemorálním chování, to se odráželo napříč celým životem. **Udavači a „práskači“** byli na každém rohu a lidé si nikdy nemohli být jisti, zda je někdo neposlouchá. „*To byla těžká doba. Tady byli lidi v Žandově, který chodili poslouchat pod okna, jestli se neposlouchá Svobodná Evropa*“ (rozhovor č. 79).

Velmi často na sebe lidé podávali **anonymní udání**, mnohdy se tak dělo opakovaně, pravidelně. **Lidé hráli na obě strany**. Před sousedy, kterým poslouchali pod okny se pak chovali zcela opačně, snažili se spřátelit, vlichotit. „*Najednou jsem prohlídl, že ty lidi jsou hajzlové, že něco jinýho říkají, něco jinýho dělají*“ (rozhovor č. 84).

Shrnutím toho tématu se dostaneme k nejčastěji skloňovaným myšlenkám, problémům, vzpomínkám. Jedná se o systém dvojí morálky, negativních a pozitivních zkušeností s nemorálním chováním, s „hrou“ na obě strany v běžném životě, anonymní udávání a o obecnější lámání charakterů.

3. VLIV KOMUNISTICKÉHO REŽIMU NA BĚŽNÝ ŽIVOT

Toto téma je zaměřené na praktický život, na běžné žití v zemi, kterou svíral komunismus. Proto obsahuje podtémata: „Vliv na vzdělání v komunistickém režimu“, „vliv na zaměstnání v komunistickém režimu“, „běžný život za komunismu“, „problémy s bydlením v komunistickém režimu“, „rodinné problémy kvůli komunistickému režimu“ a „cestování za komunistického režimu“. Mezi nejčtenější podtémata, patří vliv na vzdělání a zaměstnání. Vliv na vzdělání se objevil ve 27 rozhovorech a vliv na zaměstnání v 35 rozhovorech.

Většina příspěvků, které se v rozhovorech vyskytly na toto téma, odráželo jediné, a to **nemožnost studovat**. At už z důvodů politických, nevhodného původu či nevhodného chování. Jakmile byl například strýc, či jiný příbuzný v Americe, anebo kdekoli jinde mimo zemi, děti nemohly studovat to, co by chtěli i přes to, že se narodili až poté, co jejich příbuzní emigrovali. „*Protože dcera nemohla prostě...ač byla vyloženě nadaná na jazyky, nemohla dělat nic v zahraničním obchodě, protože její strejček byl v Americe. Přestože ona se narodila až po tý době, kdy on utekl. Čili ona ho vůbec neznala. Ale taková prostě byla doba*“ (rozhovor č.11).

Jindy zas komunistický režim využíval své moci pro **vytváření strachu a obav** o to, zda vůbec někdo studovat půjde. Mnohdy právě výhrůžky na toto téma využíval pro manipulaci s lidmi. Velmi často totiž lidé dostali „nůž na krk“, že bud udělají, co se po nich chce anebo jejich děti studovat nepůjdou. Ať už tedy **nevhodný rodinný původ, politická neangažovanost**, či úmyslné vydírání a manipulace. V každém případě se nevhodný rodinný původ, politická neangažovanost, či úmyslné vydírání a manipulace, odrážely v možnostech dalšího

studia. „*No tak ta naše, co to bylo, předsedkyně KSČ, nebo co to tam bylo v továrně, že jo. No a ten starší syn se dobře učil, tak mě vyhrožovali, že jestli tam nepudu, že se nedostane na vysokou*“ (rozhovor č. 55).

Stejné principy fungovali i u **zaměstnání**. Nastoupit do zaměstnání člověk musel, ale **nemohl si moc vybírat**, většinou byl umístěn. Lidé zmiňují, že mnohdy vnímali nevhodné zaměstnání jako velkou **brzdu pro osobní rozvoj**, že by měli navíc, mohli by se jinak více realizovat, a především si vybrat něco, co je bude bavit. Stejně jako se vyhrožovalo obtížným či nemožným studiem, i zaměstnání bylo využíváno pro vyhrožování a manipulaci a při problémech se zaměstnanci i jako **nástroj pro trest** – přemístění na podřadnou práci v lidech vyvolávalo pocity beznaděje a frustrace a často o to více, že rozhodnutí nebyla spravedlivá a většinou nebyla logicky odůvodnitelná.

Běžný život mimo zaměstnání a vzdělávání byl rovněž velmi ovlivňován a regulován. Nebyly možnosti pro větší společenské vyžití, a tak se **lidé stahovali do rodinného kruhu**, nikam moc nechodili a nemohli ani svobodně o ničem mluvit a projevovat se. Na druhou stranu byli lidé **nuceni k účasti** na prvomájových průvodech, vyvěšování vlaječek a nařízených hesel, což často vyústilo v přetvářku. Udělali, co se po nich chtělo, i když si mysleli něco jiného.

V rozhovorech lidé ale také připouštěli, že některé věci byli za minulého režimu lepší, snazší a více jisté. Protože pokud udělal mladý člověk maturitu, nebo vystudoval vysokou školu, dostal umístěnku a mohl jít pracovat, nemusel se starat o to, zda vůbec nějakou práci mít bude. Také měli lidé pocit sociálních jistot ve formě zdravotnictví a všech základních potřeb. Někteří respondenti si tedy na režim nestěžují, ba právě naopak uvádějí, že se měli lépe než nyní. „*Na druhé straně dneska přiznávám, že vlastně mladí lidi, když udělali maturu nebo vysokou školu, tak dostali umístěnku, mohli jít pracovat, měli zdravotnictví zadarmo, všechno jsme měli jako*“ (rozhovor č. 67).

Pokud jde o bydlení za komunistického režimu u nás, nejvíce se objevovalo v rozhovorech téma **nedostatku bytů**, popřípadě zabavování majetku skrz znárodnování. S tím vším spojené další komplikace. Pokud lidé nemohli sehnat byt, nebo jakékoli bydlení, uchylovali se ke stavbě vlastního domu i v případech, kdy se tomu raději v současné situaci vyhnuli, například při těhotenství, či narození dětí. S tím souvisel i fakt, že velmi často lidé **bydleli společně s rodiči** ať už vlastními, či rodiči partnerů právě proto, že sami by jinak neměli kde bydlet. Z toho vznikaly

další konflikty v rámci takového soužití. „*No, co jsem prožívala...protože právě byl nedostatek bytů a bydleli jsme dohromady s tchýní*“ (rozhovor č. 82).

I z nedostatku bydlení a nemožnosti se svobodně o bydlení rozhodovat, pramenily **rodinné problémy**, především při společném bydlení s rodiči. Především při společném bydlení s rodiči. Lidé také uváděli nedostatek opory rodinných příslušníků v případě, kdy jeden měl problémy s režimem, nebo se režimu postavil.

Pokud chtěli lidé cestovat do zahraničí, byly možnosti velmi omezené, někdy to bylo zcela nemožné. Ve většině případů, kdy lidé zmiňovali **cestování** v dobách komunismu, jednalo se o to, že vycestovat z nějakého důvodu nemohli vůbec, či jen zřídka a dosažení takového „benefitu“ mnohdy vnímali jako **největší zážitek** svého života. Pokud už chtěli vycestovat, byli vyslýcháni, zda nemají nějaké příbuzné v zahraničí a pokud ano, velmi často z toho pramenili problémy nejen při vycestování, ale následně i například v práci. „*To byl hluboký komunismus, že jsem jela ke své tetě do Rakouska, no zaprvé, zaprvé jsem se musela přiznat, že mám příbuzný, příbuzný jako na Západě, protože to se za komunismu muselo uvádět, tak jako bylo to pro mě docela, docela náročný, protože to znamenalo, že z takových těch vedoucích funkcí, nebo to jsem tenkrát ještě nebyla žádná vedoucí, ale že mi to bude v zaměstnání dělat potíže, protože bratr když šel potom na vojnu, tak kvůli tomu, že jsme měli na Západě příbuzný, tak taky, tak tam měl problémy*“ (rozhovor č. 46).

Cestování za hranice bylo spojené s jinými záměry než svobodným rozhodnutím jet na dovolenou. Jednalo se o pracovní záležitosti, či prezentaci republiky ve sportu a podobné. Pokud už ale nějaký tým jel reprezentovat českou republiku, byl po celou dobu cesty pod kontrolou. Ve vzpomínkách se při většině zmínek s cestováním objevuje i hodnocení **zahraničí jako zážitku svobody** a krásných vzpomínek na cestování. Ne ve všech rozhovorech lidé popisují cestování jako nesnadnou věc. Zřídka se objevují i zmínky o tom, že cestování pro ně možné bylo, a to i bez politické angažovanosti. „*Já jsem nebyl nikdy u ničeho. V tady tom, svazu mládeže ani u komunistů. Nikde. A to jsem jezdil do zahraničí. Tam jsem nemusel bejt*“ (rozhovor č. 88).

4. EMOCE A PROŽÍVÁNÍ

S životem v komunistickém režimu se pojí celá řada emocí, ty jsou zase součástí různých situací. Téma „Emoce a prožívání,“ má postihnout právě tyto emoce, spojené s událostmi či zážitky v životech lidí, kteří v komunistickém státě žili. Emoce, které se napříč rozhovory objevovaly, jsou například strach, nenávist, zklamání, prožívání křivd či pesimismu. Dále také prožívání bezpráví či nespravedlnosti.

Mezi nejvíce popisované emoce vůči komunistickému režimu patří na prvním místě **nespravedlnost**, na druhém prožívání **bezpráví** a na třetím strach. Tyto nejčastější emoce byly popisovány v různých dimenzích, nejvíce však v rovině pracovní či při vzdělávání. **Strach** ve většině případů souvisel s vydíráním, hrozbami ať už pracovními, či osobními. Byl využíván **jako nástroj manipulace** a byl vlastně přítomný všude a pořád. Velmi často komunistická strana s lidmi skrz strach manipulovala, aby dosáhla poslušnosti. Strach souvisel s proječováním vlastního názoru, činy, které by mohl režim považovat za trestuhodné. Mnohdy se nedalo dopředu určit, co bude špatně a co by mohlo projít, a tak byl strach opravdu všudypřítomný. Lidé popisují strach v souvislosti s vírou, kdy se bály na pohřbu například vejít do kostela, nebo se báli mluvit s lidmi, kteří podnikali činy proti režimu.

Pokud lidé prožívali a zmiňovali **nespravedlnost, bezpráví** a podobně, většinou se jednalo o profesní úroveň, kdy na odborné pozice byli dosazováni lidé z komunistické strany bez dostatečného nebo odborného vzdělání. Lidé to vnímali jako zradu a většinou se dostali na tu nejnižší pracovní pozici. Stejně tak lidé pociťovali nespravedlnost při touze studovat a bylo jim to znemožněno například z politických důvodů.

Mezi další více zmiňované emoce patřila **nenávist a pesimismus**. Pesimismus se často pojil s tím, že lidé nevěřili tomu, že by se mohlo něco změnit anebo že by mohli dosáhnout vlastní snahou toho, co by chtěli. Nenávist nemohli dávat veřejně najevo, a tak ji spíše dusili v sobě, nebo projevovali doma tak, aby se o tom nikdo nedozvěděl.

Zklamání a **prožívání křivdy** se objevilo vždy po jednom z rozhovorů, i přes to jsou to emoce, která stojí za to zmínit. Tyto emoce souviseli s náhledem na to, jak funguje celý systém komunistického režimu, a následného zklamání, protože mu lidé ze začátku věřili. Jakmile prožili, cítili zklamání.

5. PROŽÍVÁNÍ PERZEKUCÍ A HROZEB

Páté téma se týká takových vzpomínek či podtémat, které v sobě zahrnují vše, co se dá souhrnně nazvat jako „Prožívání perzekucí a hrozeb ze stran komunistického režimu“. Především pak postihování chování, které bylo považováno za chování proti komunistickému režimu. Tohoto nevhodného chování se týkala i otázka **církve, skautingu či emigrace**. Veškeré toto chování bylo postihováno a pronásledováno, stejně jako **nevhodný rodinný původ**.

Největší oblastí, kterou lze v rozhovorech pozorovat, jsou nepříjemné a negativní situace spojené s nevhodným rodinným původem, či jinou formou kádrového posudku. Ve většině případů jsou vzpomínky na toto téma spojovány s nemožností studovat, pracovat tam, kde by lidé sami chtěli, či nepříjemnosti pro další členy rodiny.

Rodiny, jejíž člen emigroval, se museli pak potýkat celý život s nepříjemnostmi. Mnohdy jim státní orgány **zakazovali cestovat, nebo studovat a udržovali pocit strachu** z možných hrozeb. Pokud byli členové rodiny v kontaktu s těmi, kteří emigrovali, velmi často právě proto měli problémy. Lidé popisují, že když se dostali náhodou k nějakému svému politickému hodnocení, dočetli se i to, o čem si mysleli, že nikdo nemůže vědět. A to ovlivnilo nejen studia či zaměstnání, ale například i vojenskou službu. Stejně tak komunistický režim neustále sledoval a vyzvídal od těch, kteří tu zůstali. Tito lidé byli podrobováni výslechům, kdy se státní bezpečnost snažila zjistit co nejvíce o tom, zda jsou v kontaktu s těmi, co emigrovali a podobně. Respondenti také zmiňují, že velmi často byli svědky toho, jak příslušníci komunistické strany měli ofocený dopis, který nikomu neukazovali, či si dávali pozor, aby zavírali okna, protože pod nimi často někdo stál a natáčel je a poslouchal.

Nevhodné byly i organizace, které se neshodovali zcela s politickým smýšlením a jejich navštěvování a podporování bylo postihováno. V rozhovorech se objevovalo téma skautingu a církve. **Skauting** se i přes zákaz „dělal“, jen ne pod oficiálním názvem. Lidé vzpomínají, že byl zájem o to, skauting provozovat, jen se všichni velmi báli toho, co by se stalo, kdyby na to někdo přišel. I přes to se našli lidé, kteří ho začali provozovat. Většinou ho začali organizovat v roce 1968 a pak pokračovali tajně „jak se jen dalo“. Pronásledování byli i ti, kteří ve skautské organizaci byli a již z něj odešli, ti pak žili celý **život v úzkosti**, zda budou předvedeni k výslechu a raději se snažili držet zpátky, aby nedali nikomu žádnou záminku k pronásledování. Pokud nechtěli přejít k pionýrské organizaci, bylo také

zle. Ti, co to odmítli udělat, chodili na **výslechy** „jak na běžícím pásu“. „*Třeba vadilo jim, že jsem byla v tom skautu a to prostě, takže stejně jsem celý život prostě měla takovej pocit takový nějaký úzkosti takový, aby někdo něco nepřekazil nebo tak*“ (rozhovor č. 59).

Stejně to probíhalo mnohdy i s lidmi, kteří byli **věřící**, chodili do kostela. Lidé vzpomínají, že pravidelně byli zváni na „generální zpověď“, kde se jich dlouho a důsledně vyptávali na vše, co by se jen okrajově mohlo víry týkat a bylo jim vysvětlováno, aby s tím přestali.

Nelze jednoduše oddělit témata týkající se myšlení, činů proti režimu a perzekucí, proto je prezentuji dohromady. Myšlení a činy, které se komunistickému režimu nelíbily byly následně trestány. Většinou se v rozhovorech vyskytovaly tyto témata v souvislosti se zaměstnáním, či neochotou souhlasit s režimem a následné výslechy, výhrůžky, domácí prohlídky, zatýkání, věznění a podobné. „*Když jsme měli no, stejdu z toho koncentráku, teda matčina bratrance...když tady chodívali ty...ty SS na ty kontroly, prověrky tady, to bylo hrozný*“ (rozhovor č. 12).

V rozhovorech můžeme pozorovat, že sebemenší zmínka o tom, že by člověk uvažoval jinak a měl svůj názor, se velmi rychle a nepříjemně trestalo. Všechny tyto události se odráželi v životech lidí. Stejně byli trestány činy, kdy se člověk projevil jako **individualita** a odmítl se přizpůsobit. Režim chtěl, jakoukoli individualitu setřít a kdokoli se vzepřel, byl potrestán. Například pokud se v zaměstnání člověk zdržel hlasování, když všichni ostatní odhlasovali tak, jak měli obvykle o práci přišel, protože projevil svůj názor. Tato vzpomínka respondenta popisuje i to, že své jednání vnímal tenkrát jako velkou hloupost.

„*A jako takový voják jsem byl donucen pro spolupráci s STB. To si mě velitel zavolal a řekl „Už těch – páč tam za mnou pořád chodil – už toho bylo dost, tak jestli nechceš skončit jako všichni ti ostatní, tak si o rozmysli. No, tak mi nic jiného nezbývalo*“ (rozhovor č. 45). Výhrůžky komunistická strana používala na denním pořádku. At už k **udržení pocitu strachu či moci**, tak k trestání všeho, co se dalo považovat za myšlení proti režimu.

6. KOMUNISTICKÁ STRANA

Vše, co se dá spojit s komunistickou stranou u nás, obsahuje právě toto téma. Nejen špatné zážitky, ale i angažovanost lidí ve straně, či využívání jejích výhod. K tomu všemu neodmyslitelně patří i Pionýr, svaz mládeže, na který je také

v rozhovorech vzpomenuto. Další součástí tématu je vojenská služba a propaganda komunistického režimu.

Alespoň nějaká zmínka o komunistické straně jako takové se objevila v 39 rozhovorech. Většinou v souvislosti s příslušností ke straně, výpovědích z „partaje“, či nepříjemnostem, které lidé zažívali. Pokud lidé nebyli ve straně a angažovat se nechtěli, tak nesli následky v podobě výpovědí v zaměstnání, přeřazování na podřadnou práci, či nemožností dětí studovat.

V 13 rozhovorech se objevilo téma dobrovolné angažovanosti v komunistické straně. Ve čtyřech dalších bylo možno pozorovat využívání výhod, které příslušnost ke straně přinášela. Většinou se jednalo o dobré známosti. Lidé v rozhovorech popisují, že pokud například manželčin strýc znal obchodního náměstka, nebo ředitele dopravního podniku, tak byl velmi dobře chráněný. Jakmile člověk dostal výpověď, „zatahal za nitky“ a v práci zůstal. A pokud někdo pocházel z „komunistický rodiny“, neměla ani jeho rodina problém například vycestovat. „*To, zase ale vidíte, je to otázka náhody, strejc manželky, ten se znal s obchodním náměstkem nebo ředitelem dopravního podniku, tak když mi dali výpověď, tak šel z druhý strany za ním a oni to stáhli a já jsem jezdil dál. Dá se to obejít všechno teda jo*“ (rozhovor č. 80).

V tématu angažovanosti v režimu je ještě potřeba poukázat na vzpomínky, kdy se lidé právě této angažovanosti a spolupráci bránili. Většinou museli čelit vydírání, že pokud do strany nevstoupí, pocítí vážné následky.

Z dalších rozhovorů ale vyplívá, že na lidi, kteří se dobrovolně ve straně angažovali či pobírali nejrůznější výhody, nebylo pohlíženo příliš dobře. Spíše se u lidí cenila morálka, bez ohledu na příkazy režimu.

„*To byl hroznej chlap, byl o rok starší. No a ten jako...přivedl do jinýho stavu jednu spolužačku, za což jako v tý době se vylučovalo, že jo, za tohleto. Ale aby nebyl vyloučen, to už byl velkej funkcionář – tehdá Svazu mládeže a byl i v partaji – tak prohlásil, že je ve škole ilegální skupina, a třicet spolužáku teda nás zavřeli a pět kantorů nás zavřeli*“ (rozhovor č. 12).

V poslední řadě zmínka o propagandě a zkušenosti s vojenskou službou. Propaganda se objevila v jednom rozhovoru a vojenská služba ve dvou. Respondenti vzpomínají na to, jak museli na základní škole sbírat „amerického brouka“, mandelinku bramborovou. „*Mandelinka bramborová. Americkéj brouk!*

To nás vždycky nahnali a s celou školou jsme vždycky sbírali americký brouky“ (rozhovor č. 88).

7. PROŽÍVÁNÍ HISTORICKÝCH UDÁLOSTÍ

Na rozdíl od předchozího tématu, je toto zaměřené výhradně na historické události v průběhu komunistického režimu, na jejich prožívání a žití. V rozhovorech se objevovali vzpomínky na rok 1968, normalizační období a měnovou reformu v roce 1953. Další historické milníky jsou zařazeny pod jinými tématy. O tom, jaký vliv na život měli tyto události pojednávají spíše ostatní témata. Proto přímo toto téma pojmu více stručněji, leč pro přehled ho nelze vynechat.

Téma měnové reformy se objevilo pouze v jednom v rozhovoru s důrazem právě na toto období a vnímání ho jako velice negativního zážitku. Respondent hodnotí měnovou reformu jako **velké okradení lidí**, kdy i privatizace je proti tomu „slabý odvar čaje“. S tím vzpomíná na těžkou dobu, popravu a strach, který byl všudypřítomný.

V souvislosti s rokem 1968 se objevují napříč rozhovory jen negativní vzpomínky, a to zejména na vysoké školství, velmi rychlé výměny zaměstnanců, či problémy spojené s odchodem z komunistické strany. Lidé si nejvíce vybavují právě toto těžké období. **Rok 1968** popisují jako **emocionálně silný zážitek**, který se nedá s ničím srovnat. „*Viděl jsem v tom roce 68 určitou pozitivní perspektivu a to, že když sem ty ruský vojska přišly, to teda opravdu bylo tak silný zážitek, že myslím, že se to nedá s ničím srovnat*“ (rozhovor č. 1). Stejně popisují i následující léta a litují, že neemigrovali do zahraničí.

Celé období **normalizace** se v rozhovorech vyskytovalo společně s tématy pronásledování, šikany ze strany komunistického režimu. Velmi často se toto období skloňuje s přitvrzením pronásledování, výslechy.

„Načež pak to hnedka, když když prostě přišla normalizace, tak pak to hnedka všechno otočili naruby. No a pak nás začali pronásledovat“ (rozhovor č. 19).

8. PROŽÍVÁNÍ OBDOBÍ SAMETOVÉ REVOLUCI V ROCE 1989

Období po Sametové revoluci v roce 1989 nese samostatné téma, jelikož to není pouze historický milník. Znázorňuje také jisté změny v životech lidí, stejně jako svobodu a volnost.

Nejvýraznější vzpomínkou a zážitkem, který lidé zažívali vlivem revoluce, byla **možnost cestovat do zahraničí**. Lidé často vycestovávali ihned po revoluci, největším zážitkem bylo dostat vlastní pas. Velmi často to pro ně byl **vrcholný zážitek** celého života, především proto, že mohli jen tam kam si přáli jet celý život. „*Ted' my jsme dostali, my jsme dostali pas, s kterým jsme mohli vycestovat, to byl, já vůbec, to nikdo neví, co to bylo*“ (rozhovor č. 2).

S tím byla spojená **svoboda v životě a uvolnění napětí**. To se týkalo především pracovního života, zaměstnání, ale i volnočasových aktivit, cestování. „*Já jsem dneska svobodný člověk a měl jsem potom možnost daleko většího výběru, nebyl jsem závislý na tom, že budu chodit do jednoho zaměstnání, ale měl jsem přece jenom větší možnosti a nakonec myslím, že to bylo velice úspěšný*“ (rozhovor č. 6).

Lidé prožívali radost, že se doba změnila a měli velká očekávání a byli plní naděje. Zvláště v případech, kdy vyrostli v rodinách, které jim předávali, jak je komunistický režim špatný a celý život žili ve strachu a nebezpečí. Cítili se svobodnější, nezávislí právě třeba na zaměstnavatelích a hodnotí to jako **obrat k lepšímu**. „*Takže jsem se cítil jaksi svobodnější, nebyl jsem tak závislej na zaměstnavateli a mohl jsem teda si volit, prostě byl jsem, byl jsem svobodnější. Tak. Pro mě obrat k lepšímu*“ (rozhovor č. 38).

6.3. Diskuze

Analýza 88 rozhovorů, ve kterých se vyskytovalo téma komunismu přineslo 8 ucelených témat, která se dále rozvětvovala. Nejvýraznější se však jevíly témata zabírající se funkcí komunistického režimu a jeho vlivu na životy dotazovaných, dále také třeba pohled na morálku, která v souvislosti s komunistickým režimem také vytvořila velmi cenný celek.

Pokud shrneme funkci a vliv komunistického režimu, dojdeme k trojímu rozdělení. Zaprvé lze napříč rozhovory pozorovat, že události, které dotazovaní zažili, je v jejich činech, myšlenkách a postojích zocelily, dodaly jim odvalu a mnohdy i sílu k odpuštění. Kabát (2011) dodává, že „*vůle jako nástroj pokračování mého životního přesně dění, tedy celkového postoje ke světu, k sobě samému, ke smyslu věci, může být automaticky motivačním nástrojem, který dovede realizovat téměř nemožné. Přežití koncentračních táborů obojího typu, mučení, zastrasování, výhrůžky, trápení*“ (Kabát, 2011 str. 27).

Zadruhé měl komunistický režim a život v něm tendenci v lidech vyvolávat pocity beznaděje, které přetrvávají po zbytek jejich života – tedy negativistický postoj k světu,

stejně jako zakořeněný strach či svalování odpovědnosti za svůj život na politickou situaci – ať již tu minulou, či současnou, také pocit, že jakákoli snaha o změnu nemá smysl a velmi často se tato negativní zkušenost s komunistickým režimem přenášela i do osobních životů.

Jako třetí polohu, shledáme v rozhovorech polohu neutrální, mnohdy zakořeněnou po celou dobu života následkem působení komunistického režimu. Jedná se o přizpůsobení se situaci, většinou pro zabezpečení klidu v rodině, získávání klidného života, vyhýbání se těžkostem. Shledávala jsem zajímavým, že mnohdy toto chování směřovalo také k tomu, že lidé nevyjadřovali své pocity, všechny názory se snažili uhlazovat, či je podávat tak „aby nikoho neurazili“. Jelikož komunistický režim vytvářel prostředí, které se dalo „přežít“ nebo chceme – li překlenout jen podlehnutím nátlaku anebo čelit morálním dilematům (Klicperová, Feierabend, Hofstetter, 1997). Není divu, že mnozí lidé volili tuto cestu nejmenšího odporu, která se za podlehnutí nátlaku nazvat určitě dá. Nejčastější reakcí byla obyčejně neutralita a slušnost, snaha vyhnout se některým tématům a nemít otevřená nepřátelství (Kabát, 2011).

V případě tohoto trojího rozdělení shledávám potenciál k dalším výzkumným aktivitám zaměřených přímo na toto téma.

V tomto rozdělení se dá pozorovat i tendence, která koresponduje s pojmem naučená bezmocnost (*learned helplessness*), který popsal psycholog Seligman (2006). Tento pojem popisují i autoři: Abramson, Seligman, Teasdale (1978), kteří popisují negativní kognitivní nastavení, kvůli kterému mají lidé pocit, že svou snahou nemohou nic změnit.

Témata emocí a morálního či nemorálního chování se vyskytovala převážně v negativním smyslu. Tedy většina vzpomínek měla negativní náboj, ať již zmiňované emoce, nebo nemorální zážitky z dob komunistického režimu. Z emocí nejsilněji vyvstávaly emoce pociťované bezprávi, nespravedlnosti a strachu. Z rozhovorů se dalo vypožorovat, že i tyto emoce si lidé nesou celým životem a velmi často se jim opakovaně vrací, nebo jsou na ně citlivější. I zde bych shledala užitečný další výzkum zabývající se jen a pouze emocemi. U morálky sice lidé zmiňovali i hezčí vzpomínky v již tak těžké době, nicméně pokud se zamyslíme nad jejich vzpomínkami více do hloubky, často vzpomínali na něco, co by se ve fungujícím nekomunistickém režimu považovalo za zcela běžné či alespoň ne tak ojedinělé. Často se v rozhovorech potvrzovala tvorba dvojí morálky – tedy toho, že se lidé naučili, co mohou říkat doma a co na veřejnosti. Zde je vidět souvislost s prací Martiny Klicperové, která popisuje dvojí morálku vlivem dvojího

standardu pravdivosti mezi oficiální ideologií a realitou, který komunistický režim vytvářel (Klicperová, Feierabend, Hofstetter, 1997).

Jako nejčastější prožitky a emoce byly v rozhovorech zaznamenány pocit nespravedlnosti, bezprávi a strachu. Například téma strachu velmi dobře potvrzuje práce Kabáta (2011), který popisuje strach jako součást manipulace a jako hlavní znak pro udržení jakékoli diktatury. Strach je napříč rozhovory spojen s více tématy, například s perzekucemi ze stran režimu a je jasně vidět, že byl v životech lidí naprosto všude přítomný a pro komunistický režim hrál významnou roli.

Stejně tak práce J. Kabáta (2011) koresponduje s tématy víry a církve a pronásledování jejich členů, perzekucí, vlivu na vzdělání, emigrace a členství ve straně nebo například útrap běžného života, což úzce souvisí s již zmiňovaným strachem. K perzekucím Kabát (2011) dodává, že je třeba si uvědomit, že mnozí lidé neměli na výběr, zda se stanou nepřáteli režimu či nikoli. Také za součást hrozby a perzekuce považuje nemožnost cestovat. Uzavření obyvatel na území, které se dalo dobře kontrolovat (Kabát, 2011). Co se týče spolupráce v rámci komunistické strany a využívání výhod, tuto myšlenku z rozhovorů potvrzuje Pruša (2011). Jako největší podstatu pronásledování církví vidíme v tom, že tito lidé se bránili všudypřítomné lži, kterou režim potřebovat udržet, jelikož je nezbytnou součástí jakéhokoli komunistického režimu (Kabát, 2011). Heywood (2004) odráží z analýzy část příspěvků, které mluví o tom, že komunismus ovlivňoval velkou část života a do všeho zasahoval.

Téma, které slučovalo vzpomínky na historické události, v rámci historických milníků odráželo spíše myšlenky a zážitky, které jsem zmiňovala dříve. Jen na závěr stojí za připomenutí, že nejčastěji zmiňovaným historickým milníkem byl rok 1968.

ZÁVĚR

Práce mě velmi obohatila z pohledu výzkumné části. Tematickou analýzu rozhovorů jsem sice již využila v bakalářské práci, kde jsem rozhovory přímo prováděla a následně i analyzovala, ale v mém nynějším výzkumu jsem si vyzkoušela, jaké to je, pracovat s větším počtem rozhovorů, u jejichž pořizování ani přepisu jsem nebyla přítomna. Zároveň jsem analyzovala jen určité téma v rozhovorech, a to bylo již dopředu určené. I to pro mě byla cenná zkušenost, kdy jsem se již od začátku soustředila na komunismus zmiňovaný v rozhovorech a vše kolem něj. Zároveň jsem více pronikala do problematiky post – komunistického syndromu, psychologie komunismu a dalších témat, která s problematikou souvisela. Během vypracovávání teoretické části jsem se mohla hlouběji ponořit do problematiky psychologie komunismu a pojmů, které jsem zatím vedla v patrnosti jen okrajově. Propojení problematiky stáří a komunismu mi dalo nahlédnout zcela jinou dimenzi prožívání seniorského věku a v kombinaci s výzkumnou částí a analýzou mnoha rozhovorů utvořilo kompaktní celek. Jsem tedy velice ráda, že jsem si vybrala takovou teoretickou část, která mohla podtrhnout problematiku té výzkumné a poskytnout teoretické základy pro porovnání výsledků výzkumu.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*. (87), 49-74.
2. Alan, J. (1989). *Etapy života očima sociologie*. Praha: panorama.
3. Armstrong, C. (2017) Combining reminiscence therapy with oral history to intervene in the lives of isolated older people. *Counselling Psychology Review*. 32(1), 26-32
4. Aron, R. (1993) *Demokracie a totalitarismus*. Brno: Atlantis
5. Balík, S., Kubát, M. (2004). *Teorie a praxe totalitních a autoritativních režimů*. Dokořán, Praha.
6. Baltes, P. B., Baltes, M. M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*, 13(1), 1-34.
7. Braun, V., Clarke, V. (2006). *Using thematic analysis in psychology*. *Qualitative Research in Psychology*.
8. Cappeliez, P., O'Rourke, N., Chaudhur, H. (2005). Functions of reminiscence and mental health in later life, *Aging & Mental Health*, (9)4, 295-301, doi: 10.1080/13607860500131427
9. Cook, J. B. (1984). Reminiscing: How It Can Help Confused Nursing Home Residents. *Social Casework: The journal of Contemporary Social Work*.
10. Čermák, I. (2004). Autobiografická paměť a životní příběh. Sborník prací Filozofické fakulty brněnské univerzity. P, Řada psychologická, *Annales psychologici*. (52)8, 29-41.
11. Čornaničová, R. (1998). *Edukácia seniorov*. Bratislava: UK.
12. Diener, et al. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302.
13. Dubovská, E., Chrz, V., Tavel, P. (2016). Poetika starnutia: naratívna gerontológia a jej aplikácie v psychoterapii starších ľudí. *Psychoterapie*, 10(1), 25–35.
14. Fromm, E. (2015). *Umění milovat*. Přeložil Vinař, J. Praha: Portál.
15. Gregor, O. (1999). *Stárnout, to je kumšt*. Praha: Dům medicíny.
16. Hartl, P., Hartlová, H. (2010). *Velký psychologický slovník*. Ilustroval Nepraš, K. Praha: Portál.
17. Hartl, P. (1993). *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál.

18. Haškovcová, H. (2010). *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team.
19. Hendl, J. (2005). *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál.
20. Hegyi, L., et al. (2012). *Sociálna gerontológia*. Bratislava: Herba.
21. Heywood, A. (2008). *Politické ideologie*. Přeložil Masopust, Z. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk.
22. Heywood, A. (2004) *Politologie*. Praha: Eurolex Bohemia s. r. o.
23. Hunt, M. (2000). *Dějiny psychologie*. Praha: Portál.
24. Janečková, H., Vacková, M. (2010) *Reminiscence: využití vzpomínek při práci se seniory*. Praha: Portál.
25. Kabát, J. (2011). *Psychologie komunismu*. Praha: Práh.
26. Kern, H. et al. (1999) *Přehled psychologie*. Praha: Portál.
27. Klicperová, M., Feierabend, I. K., Hofstetter, C. R. (1997). In the Search for a Post-Communist Syndrome: A Theoretical Framework and Empirical Assessment. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 7(1), 39–52.
28. Kratochvíl, S. (2000). *Manželská terapie*. Praha: Portál.
29. Křivohlavý, J. (2011). *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie: možnosti, které čekají*. Praha: Grada.
30. Křivohlavý, J. (2004). *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál.
31. Křivohlavý, J. (2006) *Psychologie smysluplnosti existence*. Praha: Grada.
32. Kubešová, H. (2005). *Jak stárneme*. Brno: MU.
33. Lamanna, M. A. & Riedmann, A. (2003). *Marriages and families: Making choices in a diverse society*. Belmont: Thomson Learning.
34. Langmeier, J., Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.
35. Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111.
36. Mastekaasa, A. (1994). Marital Status, Distress, and Well-Being: An International Comparison. *Journal of Comparative Family Studies*, 25(2), 183–205.
37. McAdams, D. P. (2008). Personal narratives and the life story: Theory and research. In *Handbook of personality: Theory and research*. 241-261. New York: Guilford Press.
38. Melendez, J. c. at al. (2017) Effectiveness of follow-up reminiscence therapy on autobiographical memory in pathological ageing. *International Journal of Psychology*. 52(4), 283-290. doi: 10.1002/ijop.12217

39. Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada. Psyché.
40. Mühlpachr, P. (2009). *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita.
41. Nakonečný, M. (2000). *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia.
42. Peterson, C., Maier, S. F., Seligman, M., E., P. (1995). *Learned helplessness: a theory for the age of personal control*. New York: Oxford University Press.
43. Peel, N. M., McClure, R. J., Hendrikz, J. K. (2007). Psychosocial factors associated with fall-related hip fractures. *Age and Ageing*, 36(2), 145-151.
44. Petrov, M. (2017). *Retro ČS 3: (povolená) dovolená*. Jota.
45. Plaňava, I. (1998). *Spolu každý sám: V manželství a rodině*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny.
46. Poláčková Šolcová, I. Dubovská, E., Chrz, V., Šolcová, I. (2019) Integrita a beznaděj stáří. *Československá psychologie* (manuskript poskytnut autorem), v tisku.
47. Rowe, J. W., Kahn, R. L. (1997). Successful Aging. *Gerontologist*, 37(4), 433-440.
48. Pruša, J. (2011). *Abeceda reálného socialismu*. Praha, Avia Consultants.
49. Řičan, P. (2004). *Cesta životem*, Portál, Praha.
50. Sak, P., Kolesárová, K. (2012) *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada. Sociologie (Grada).
51. Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: how to change your mind and your life*. New York: Vintage Books.
52. Schweitzer, P., Bruce, E. (2008). *Remembering Yesterday, Caring Today. Reminiscence in Dementia Care. A Guide to Good Practice*. London: Jessica Kingley Publishers.
53. Silverman, D. (2005). *Ako robiť kvalitatívny výskum: praktická príručka*. Bratislava: Ikar.
54. Slezáčková, A. (2012). *Průvodce pozitivní psychologií*. Praha: Grada Publishing.
55. Smékal, V. (2005). *O lidské povaze: krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti*. Brno: Cesta.
56. Smékal, V. (2005). *Psychologie životní cesty – duševní hygiena*. Brno: MU.
57. Snyder, C. R., Lopez, S. J. (2007). *Positive psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths*. Thousand Oaks: SAGE Publications.
58. Strawbridge, W. J., Wallhagen, M. I., Cohen, R. D. (2002). Successful aging and well-being: Self-rated compared with Rowe and Kahn. *Gerontologist*, 42(6), 727-733.

59. Stuart-Hamilton, I. (1999). *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál.
60. Sztompka, P. (1993). Civilizational Incompetence: The Trap of Post-Communist Societies. *Zeitschrift für Soziologie*, 22(2), 85-95.
61. Šebo, J. (2010). *O socialismu s láskou*. Bratislava: Ikar, a. s.
62. Šimíčková – Čížková, J. et al. (2003). *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
63. Špatenková, N., Bolomská, B. (2011). *Reminiscenční terapie*. Praha: Galén.
64. Šťastná, R. (2018). *Retro republika*. AOS Publishing.
65. Torges, C. M., Stewart, A. J., Duncan, C. E. (2008). Achieving ego integrity: Personality development in late midlife. *Journal of Research in Personality* (42), 1004–1019.
66. Vágnerová, M. (2007). *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum.
67. Watt, L.M., Wong, P.T.P.A. (1991). A Taxonomy of Reminiscence and Therapeutic Implications. *Journal of Gerontological Social Work*, 16:1-2, 37-57. doi: 10.1300/J083v16n01_04
68. Willig, C. (2001). *Introducing qualitative research in psychology: adventures in theory and method*. Philadelphia, PA: Open University Press.
69. Willi, J. (2006). *Psychologie lásky: Osobní rozvoj cestou partnerského vztahu*. Praha: Portál.

PŘÍLOHY

PŘÍLOHA Č.1

LIFE STORY INTERVIEW

Úvod

Tento rozhovor bude pojednávat o Vašem životním příběhu. Budu po Vás chtít, abyste dal/a dohromady cosi, jako Vaši vlastní autobiografii – příběh Vašeho života, jak mu Vy osobně rozumíte. Budu se ptát na Vaši minulost, současnost a očekávání do budoucnosti. Samozřejmě půjde jen o vybrané úseky z Vašeho života: nemám možnost vyslechnout si Váš životní příběh celý. Místo toho po Vás budu chtít, abyste se zaměřili na několik klíčových momentů Vašeho života: několik klíčových událostí, osob nebo myšlenek, které jsou/byly podle Vás pro Váš život zásadní – budou mě zajímat informace, které něco důležitého o Vaší osobě a o Vašem životě vypovídají, které vypovídají něco o tom, jak jste se stal/a tím, kým jste dnes.

Jednu věc bych chtěl/a ještě jednou zřetelně objasnit: v tomto rozhovoru se nejedná o to najít něco, co s Vámi osobně nebo ve Vašem životě není v pořádku. Ani se nejedná o nějaký druh terapeutického sezení. V žádném případě nehodlám hodnotit nakolik je/byl Váš život dobrý a dokonalý. Chtěl/a bych slyšet Váš příběh, Vaši minulost, tak jak si ji pamatujete a budoucnost tak, jak si ji představujete.

Cílem tohoto výzkumu je sesbírat životní příběhy, abychom lépe porozuměli tomu, jak lidé žili a žijí na tomto místě a jak lidé žili a žijí jinde, a jak chápou a vysvětlují to, kým jsou a jakou osobností se stali.

Samozřejmě Vaše účast je zcela dobrovolná a vše, co řeknete, bude vnímáno jako důvěrné a s daty bude zacházeno anonymně.

Jsem přesvědčen/a, že Vás následující rozhovor bude bavit. Většina lidí si ho docela užívá. Chcete se k tomu na něco zeptat: máte nějaké otázky?

Tak začneme s několika epizodami z Vašeho života.

I. Klíčové události životního příběhu

Jak už jsem řekl/a, rád/a bych Vás poprosil/a o to, abyste mi vyprávěl/a určité klíčové epizody (situace) z Vašeho života. Já se Vás teď budu ptát na osm různých epizod, a nejdříve Vám vždy stručně popíšu, co myslím každou jednotlivou epizodou. Pak Vás poprosím, abyste se na chvíli zamyslel/a nad odpovídajícími epizodami z Vašeho života a jednu mi vyprávěl/a tak podrobně, jak jen to bude možné.

Začněme tedy s první klíčovou situací Vašeho života.

1. Vrchol

Vyprávějte mi, prosím, o *vrcholném zážitku* ve Vašem životě: *vrcholný zážitek* by měl být (jeden z nejvyšších nebo) ten nejvyšší okamžik ve Vašem životním příběhu. Měl by to být moment nebo epizoda, při které jste pocíťoval/a výjimečně pozitivní pocity, např. radost, nadšení, obrovské štěstí, hluboký vnitřní mír nebo nějaké jiné silně pozitivní emoce. V současnosti by měla tato situace ve Vašich vzpomínkách vynikat jako jeden z nejlepších, nejkrásnějších nebo nejvznešenějších okamžiků Vašeho životního příběhu. Prosím, vyprávějte mi co nejpodrobněji o Vašem *vrcholném zážitku*, nebo o něčem, co by se tomu mohlo podobat, a co jste prožil/a v minulosti. Vyprávějte mi přesně co se stalo a kde se to stalo. Vyprávějte mi o osobách, kterých se to týkalo, co jste děl/a, co jste si myslel/a, a jak jste se cítil/a, a co udělalo tento určitý moment tak krásným, jaký význam/jaký vliv měla tato zkušenost pro/na Vás a co tato událost vypovídá o tom, kým jste byl/a, a kým jste nyní.

2. Nejnižší moment

Teď mi, prosím, vyprávějte o *nejnižším momentu* Vašeho života. Tento *nejnižší moment* je opakem *vrcholného zážitku*, o kterém jste mi právě vyprávěl/a. Je nejnižším bodem Vašeho životního příběhu. Pokuste se tedy ve Vašem životě ohlédnout zpět a vzpomenout si na nějaký moment/nějakou událost, ve které jste pocíťoval/a silně negativní emoce, jako třeba zoufalství, zklamání, děs, hlubokou vinu nebo jiný, velmi negativní pocit. Berte na vědomí, že tato zkušenost by měla skutečně zachytit ten nejhorší nebo nejhlubší pád ve Vašem životním příběhu. I když je tato životní vzpomínka pro Vás jistě nepříjemná, velmi bych ocenil/a, kdybyste se pokusil/a být co nejuprávnější a nejpřesnější, jak jen to bude možné. Vyprávějte mi, co se stalo a kde se to stalo, řekněte mi o osobách, kterých se to týkalo, co jste děl/a, co jste si myslel/a, a jak jste se cítil/a, a co udělalo tento určitý moment tak děsným, jaký význam/jaký vliv měla tato zkušenost pro/na Vás? A co tato událost vypovídá o tom, kým jste byl/a, a kým jste nyní?

3. Bod obratu

Když se člověk ohlédne zpět ve svém životě, často se stává, že rozpozná určité události nebo situace, které lze označit jako důležité životní změny. Takzvané *body obratu* se mohou vyskytnout v různých sférách života. Mě by ale obzvlášť zajímal ten *bod obratu*, který změnil způsob, jakým nahlížíte sám/sama na sebe, jako na člověka. Prosím, zamyslete se a pokuste si vzpomenout na jednu konkrétní situaci nebo událost, která by mohla být, z dnešního pohledu, takovým osobním *bodem obratu*. Pokud máte dojem, že Váš život takový bod nemá anebo že se Vám nedaří uchopit tu klíčovou událost, že klíčový obrat nikde

zřetelně nevyčnívá, pokuste se mi alespoň popsat nějakou jinou situaci, která však Váš život nějak velmi výrazně změnila.

4. První vzpomínka

Každý životní příběh, stejně tak jako jakýkoliv jiný příběh, má někde svůj začátek. Tímto začátkem Vašeho životního příběhu by mohla být Vaše úplně první vzpomínka. Zavzpomínejte na svůj život a zkuste se dostat co nejdále to půjde. Vyberte ze své vzdálené paměti to, co považujete za svoji nejranější dětskou vzpomínku, na základě, které budete schopen/a říct co se stalo, kdo u toho byl, na co jste myslel/a, a jak jste se cítil/a. Vaše vzpomínka nemusí být z dnešního pohledu zrovna zvláště významná. To, co je významné je, že je to Vaše vůbec první vzpomínka, první scéna z Vašeho životního příběhu. Zkuste také co nejpřesněji odhadnout, kolik Vám v době té události mohlo být let.

5. Důležitá vzpomínka z dětství

Ted' bych Vás rád/a poprosil/a, abyste se posunul/a kupředu od své nejranější vzpomínky a zamyslel/a se nad jinými událostmi z Vašeho dětství. Vyprávějte mi, prosím, o nějaké události z Vašeho dětství (do věku 13 let), která ve Vašich vzpomínkách obzvláště vyčnívá. Tato událost může být pozitivní nebo negativní, důležitá nebo zdánlivě obyčejná. Důležité je, aby se tato vzpomínka z Vaší minulosti obzvláště silně vynořovala – je to ta, kterou si velmi dobře vybavíte, a která má ve Vaší minulosti určitou výlučnost nebo je jinak vzácná či zvláštní.

6. Důležitá vzpomínka z dospívání

Posuňme se v čase ještě trochu dopředu, do období, kdy jste byl/a týnejšr. Myslete tentokrát na Vaše dospívání nebo jak se odborně říká adolescenci tedy věk od 13 do 19 let. Vyberte, prosím, jednu vzpomínku z Vašeho dospívání, kterou máte jasně před očima a o které byste řekl/a, že patří k Vaším nejdůležitějším nebo jinak výjimečným osobním zkušenostem. Je opět vedlejší, jestli se jedná o pozitivní nebo negativní událost. Hlavní věcí je, že se Vám tato vzpomínka jasně vynořuje mezi ostatními vzpomínkami na Vaše mládí.

7. Důležitá vzpomínka z dospělosti

Přesuňme se nyní k Vaším vzpomínkám z období dospělosti (21 let a starší). Popište mi, prosím, nějakou scénu nebo situaci, která se ve Vašich vzpomínkách jeví jako obzvláště důležitá nebo živá. Mělo by se jednat o takovou událost nebo scénu z období Vaší dospělosti, která Vám zvláště utkvěla v paměti nebo byla pro Vás důležitá, ať už byla pozitivní nebo negativní. Znovu je tu důležité, abyste tuto událost měl/a jasně před očima, když vzpomínáte na svůj život v období dospělosti.

8. Významná vzpomínka navíc

Popište mi teď, prosím, ještě jednu událost z Vašeho života, která se z Vaší paměti vynořuje jako zvláště významná nebo důležitá. Je jedno, z kterého životního období tato událost bude.

Vyprávění každé vzpomínky nebo klíčové scény by mělo obsahovat následující informace:

- Věk vyprávěcího (kolik Vám bylo tenkrát let?)
- Co se přesně stalo (kdo co udělal, co se stalo, co potom)?
- Koho se to týkalo (kdo co dělal nebo byl jen přítomen)?
- Myšlenky vyprávěcího (co jste si při tom myslel/a?)
- Emoce vyprávěcího (Co jste přítom cítil/a? Pozitivní vs. negativní, pokud možno co nejpodrobněji.)
- Proč vyprávěcí popisuje právě tuto událost (má tato událost pro Vás osobně nebo Váš život nějaký zvláštní význam)?
- Jaký má tato událost vztah k současnosti vyprávěcího (Má tato událost nějaké následky ve Vašem životě v současnosti, na život, jaký vedete, na to, kým jste? Vnímáte nějaké podobnosti nebo rozpory této události v porovnání s jinými vzpomínkami, které jste vyprávěl/a)?

Pokud vyprávěcí jednu nebo více z těchto informací neuvede, prosím, doptejte se na ni/ně.

II. Možnosti dalšího vývoje životního příběhu

Doposud vše, co jste mi vyprávěl/a, se týkalo Vaší minulosti. Ale nyní bych Vás rád/a poprosil/a, abyste myslel/a na budoucnost. Samozřejmě nemůžete vědět s jistotou, co Vám budoucnost přinese, ale určitě máte představu o tom, co chcete, aby se v budoucnosti dělo a co si naopak vůbec nepřejete. Proto bych chtěl/a, abyste mi vylíčil/a dvě rozdílná pokračování Vašeho příběhu života.

1. Pozitivní budoucnost

Nejprve mi, prosím, popište pozitivní budoucnost. Popište mi prostě to, co chcete, aby se stalo v budoucnosti ve Vašem životním příběhu, včetně cílů a snů, které byste rád/a v budoucnosti realizoval/anebo dosáhl/a. Zkuste přitom ale prosím zůstat nohama na zemi. Jinými slovy chci po Vás, abyste mi odvyprávěl/a obrázek toho, co byste reálně chtěl/a, aby se stalo během několika následujících let, jaké události byste rád/a ve své budoucnosti viděl/a.

2. Negativní budoucnost

Nyní mi, prosím, popište negativní budoucnost. To znamená, zkuste popsat budoucnost tak, jak byste si ji Vy osobně vůbec nepřál/a, to, čeho se například obáváte, že by se mohlo stát a přitom doufáte, že se to nestane. Znovu, pokuste se zůstat realistou. Jinými slovy opět po Vás chci odvyprávět obrázek negativní budoucnosti pro Váš příběh života, který by se teoreticky mohl stát, ale vy doufáte, že se nestane.

III. Vlivy na životní příběh: pozitivní a negativní

V životním příběhu každého člověka sehrálo mnoho lidí nějakou roli. Doposud jste ve Vašem vyprávění zmínil/a několik takových lidí. Někteří lidé hrají jen malou roli a jiní hrají významné role a mají na náš život důležitý vliv. Já bych se teď rád/a dozvěděl/a více o lidech, kteří měli na Váš život ten největší vliv – tím myslím jak v negativním, tak i v pozitivním slova smyslu.

1. Pozitivní

Když zavzpomínáte na svůj život, zkuste najít osobu nebo skupinu osob, či organizaci nebo instituci, která měla na Váš životní příběh ten nejsilnější *pozitivní* vliv? Popište, prosím, tuto osobu, osoby, skupiny nebo organizace a uveďte způsob nebo druh vlivu jaký ona/ono/oni na Váš život měl/a/i/y.

2. Negativní

Když se zamyslíte ještě jednou nad Vaším životem, zkuste najít osobu nebo skupinu osob, či organizaci nebo instituci, která měla na Váš životní příběh ten nejsilnější *negativní* vliv? Popište, prosím, tuto osobu, osoby, skupiny nebo organizace a uveďte způsob nebo druh vlivu jaký ona/ono/oni na Váš život měl/a/i/y.

IV. Životní téma

Zavzpomínejte, prosím, ještě jednou na Váš celý životní příběh, na všechny scénky a zážitky, o kterých jste mi vyprávěl/a, na Vaši vzdálenou minulost i očekávanou či předpokládanou budoucnost. Existuje nějaké ústřední téma, centrální myšlenka nebo nějaké poselství, které Vás celý život provází? Zkuste rozpoznat a pojmenovat ústřední téma Vašeho životního příběhu.

Po zodpovězení otázky:

Pokuste se mi to, prosím, ještě blíže popsat a vysvětlit.

V. Kulturní očekávání

Doposud jste mi vyprávěl/a o Vašem osobním životě a o vybraných okamžicích a událostech z Vašeho životního příběhu. Každý životní příběh se však odehrává v nějaké kultuře či sociálním prostředí. A v každé společnosti existují určitá očekávání toho, jak by

se člověk měl chovat. Od dětí se například očekává, že budou poslouchat své rodiče, od dospívajících zas, že se budou vzdělávat a že budou pomáhat svým rodičům atd. Jaká sociální očekávání se týkají chování lidí Vašeho věku: jak by se lidé Vašeho věku měli chovat nebo čeho by ve svém životě měli dosáhnout?

Po zodpovězení otázky:

Existují nějaká zvláštní očekávání toho, jak by se lidé Vašeho věku měli chovat k mladším lidem?

Jakou roli mají staří lidé v dnešní společnosti? Když myslíte na Vaše rodiče a prarodiče ve Vašem věku, měli stejnou společenskou roli, jakou máte dnes Vy? Nebo se tato role změnila (jako se například za posledních 40 let změnila role žen ve společnosti)?

PŘÍLOHA Č.2

UKÁZKA KÓDOVÁNÍ ROZHOVORU – Rozhovor č. 2

LSI: 1. VRCHOL

H: Respondent číslo dvě. Life Story Interview. Začněme tedy s první klíčovou situací Vašeho života. Jmenuje se Vrchol. Vyprávějte mi, prosím, o *vrcholném zážitku* ve Vašem životě: *vrcholný zážitek* by měl být (jeden z nejvyšších nebo) ten nejvyšší okamžik ve Vašem životním příběhu. Měl by to být moment nebo epizoda, při které jste pocítovala výjimečně pozitivní pocity, např. radost, nadšení, obrovské štěstí, hluboký vnitřní mír nebo nějaké jiné silně pozitivní emoce. V současnosti by měla tato situace ve Vašich vzpomínkách vynikat jako jeden z nejlepších, nejkrásnějších nebo nejvznešenějších okamžiků Vašeho životního příběhu. Prosím, vyprávějte mi co nejpodrobněji o Vašem *vrcholném zážitku*, nebo o něčem, co by se tomu mohlo podobat, a co jste prožila v minulosti. Vyprávějte mi přesně, co se stalo, kde se to stalo. Vyprávějte mi o osobách, kterých se to týkalo, co jste dělala, co jste si myslela a jak jste se cítila a co udělalo tento určitý moment tak krásným, jaký význam měla tato zkušenost na Vás a co tato událost vypovídá o tom, kým jste byla a kým jste nyní.

R: No tak jednoznačně „listopadový události“, že jo. Absolutně jednoznačně. **(Rok 1989 – revoluce – kód 10)**

H: Hm.

R: Protože já jsem byla prvorepublikový dítě, ta moje rodina byla poměrně, jsme měli schopného otce, oni komouši se ho, protože jako schopný člověk se samozřejmě komoušům nelíbil, že jo, takže oni pokud, teda takže oni, nebyl-li můj otec tak schopnej, jak je, tak nás úplně zničili, jo. **(Nevhodný původ, nevhodný kádrový posudek – kód 11)**

H: mm.

R: Ale otec byl skutečně byl velkej, skutečně odborník, no tak se dycky uchytil a odešli sme tam z toho místa, kde bylo teda to bylo jedno z mých největších dětských traumat, co s námi teda udělali tam v tom malým městě, v kterým jsme žili, že jo. Jenže my jsme se z toho dostali, protože jsme šli do Prahy, a no tak žili jsme takovej, ten, jak jsem Vám říkala, že jako třídní nepřítel, takže jako vysoký školy nic. **(vliv na vzdělání v komunistickém režimu – kód 12)** Celkem ale jsem zase měla tu přítelkyni, která mě pomohla, žila jsem poměrně velmi spokojenej život, že jo, já si nestěžuju, prosím Vás, jo jako neměli mě rádi komouši, neměli nás, ale vždycky jsme to nějak ustáli, a celej život **(Funkce komunistického režimu v životě jedince – kód 38)**, celej život jsem prostě věděla, že že mam spoustu věcí zavřenejch a že nemůžu bejt taková jaká chci, že jo, že já jsem dokonce dostala výpověď z práce, že jo,

kvůli kvůli svému třídnímu původu. *(vliv na zaměstnání v komunistickém režimu – kód 13)* Takže ten život byl velmi ušněrovanej, vím, že se úplně změnil, že jo, tím s tím „únorem“, to byla druhá zlomová událost, takže můj život vzal úplně jinej nežli předpokládanej to. Takže potom, když se nakonec dopracoval ten „listopad“, tak se mi najednou otevřel úplněovej svět, já jsem, já jsem úplně, já jsem, proto já říkám, že nejhezčí moje období života je stáří. *(Rok 1989 – revoluce – kód 10)*

H: Hmm.

R: Protože já jsem si nikdy nemyslela, že se to může stát.

H: Hmm.

R: Já jsem byla přesvědčená, prostě to, to už nikdy nezažiju. *(Prožívání pesimismu – kód 14)*

H: Hmm.

R: Dycky jsem, dycky jsem záviděla našim, že měli v těch v těch, já nevím, mamka se narodila 1200, že jo 1900 jí bylo v tom osmatřicátým jí bylo kolik, že jo, 38 let a od třiceti osmi let žili v nesvobodě, že jo.

H: Hmm.

R: V totalitě a otec byl silná osobnost, takže on to vždycky ho to bezpečně dycky přivedlo do průšvihů, jo, protože to byl silnej člověk, ale zase teda byl silnej člověk, takže já, najednou se mně otevřel celej svět... *(Nevhodný původ, nevhodný kádrový posudek – kód 11)*

H: Hmm.

R: Já jsem mohla cestovat, takže víte, co to bylo pro mě? Hned jako po tom listopadovým převratu, to bylo asi dva měsíce, že jo; teď my jsme dostali , my jsme dostali pas, s kterým jsme mohli vycestovat, to byl, já vůbec , to nikdo neví, co to bylo ; Vy to nemůžete prostě vědět, protože to , já jsem teda měla štěstí, manžel dost cestoval *(cestování za komunistického režimu – kód 19)* před před teda jako ještě, ještě, taky moc necestoval, poněvadž taky byl svým případem , měl teda jako flek velkej, ale nicméně se dostal ven a on spolupracoval s Kostnickou univerzitou... *(cestování po revoluci v roce 1989 – kód 15), (volnost a svoboda po revoluci v roce 1989 – kód 16)*

H: Hmm.

R: A měl s nima nějaký společný články, že jo, a oni ho potom, a to už bylo po revoluci, potom ho ještě tam pozvali, protože nějakou dělali konečnou edici nějakého toho on byl biochemik, on dělal takový všelijaký; a on mě tam vzal s sebou, jo, no já jsem přejela hranice s legitimací, a to ta Kostnice ještě měla podívejte se, já na to, na to skutečně nezapomenu, a

to byla Kostnice ještě jako částečně se Švýcarskem, jo. Tam jsou prostě, tam probíhají švýcarské hranice s Německem. A představte si, že já jsem mohla přejít tu hranici z toho Německa do toho Švýcarska na vlastní pas a já jsem tam chodila a vždycky jsem mu ukazovala ten, no ne, to byl pro mě, to ne to byl, to bylo něco, najednou se to otevřelo a to vy nemůžete znát vůbec, já si, no tak jako, jestli byla jsem, že jo, ještě v tom osmašedesátém, kdy to bylo takový uvolněný, tak my jsme dost s manželem byli leckdes, jo, já se pamatuju, poprvé na Západě jsem byla v Itálii, a já, když jsem pak šla po tom Říme, já jsem si říkala, Bože, to je taková, to je takový pocit volnosti, to vůbec jste ne jo, tady to bylo všechno takový, tady jste všude cítila tu tíhu; a teď najednou jsem přišla někam, kde ty lidi byli úplně ta, to celý uvolnění kolem Vás, to bylo naprosto mně neznámý, že jo. **(cestování za komunistického režimu – kód 19)**

H: Ano.

R: No, teď manžel měl poměrně, protože vydělával ve Spojených Státech, my jsme se tam sešli v tom Říme, no to bylo pro mě, no to bylo, to se nikomu nestalo, to bylo úplně jedinečnej zážitek, protože já jsem přiletěla do Říma a na na tom; my jsme se sešli na letišti v Římě, no to, to byl prostě, to byl snad pro mě, to byl filmovej zážitek; takže pro mě to bylo ohromný a najednou se a potom víckrát jsem se teda dostala takhle do ciziny, ale pokaždé takovej ten pocit tý svobody, kterej jsem tam měla, tak okamžitě, jak jsme přijeli za ty hranice, tak to spadla klec a to to byl fyzickej pocit, to to se nedá prostě jinak, jo; a potom na jednu v tom, po tom „Listopadu“ to najednou bylo i tady, jo. **(cestování po revoluci v roce 1989 – kód 15), (volnost a svoboda po revoluci v roce 1989 – kód 16)**

H: Hmm.

R: Najednou byli lidi úplně takový jiní, oni byli celí jas... jako rozjásaný, že jo a takový no prostě to se nedá popsat; no tak to rozhodně byl zlomovej okamžik.

H: Hmm, a když teda tady takhle o tom vyprávíte, má to dnes na Vaši osobnost nějaký vliv?

R: Ještě pořád. Já jsem za to pořád vděčná. **(vlivy do současnosti – kód 5)** Já vždycky říkám, víte, co já říkám, já když, a to mě štve, a to mě štve, a to mě štve, protože to měl v neděli měl narozeniny Masaryk, že jo.

H: Hmm.

R: A já vždycky, když teď chodím, protože si pamatuju, tak tam chodím s kytkou; to jsem snad jedinej občan, kterej mu tam dá kytku.

H: Hmm.

R: To jsou, to jsou, tam jsou jediné oficiální kytky, já nevím, jak to, že lidi se nedokážou k tomudletomu přihlásit, jo

H: Hmm.

R: To mi přijde naprosto špatný, protože to je to, z čeho my všichni vycházíme, já nevím, mně to přijde skutečně jako nevděčnost, myslím si, že dnešní společnost je nevděčná za to, co jsme získali. *(vlivy do současnosti – kód 5)*

H: Hmm.

R: Tak, teď už budu mlčet.

H: Ne, povídejte. Dobře. Já se tady dívám jenom, dobře.

LSI: 2. NEJNIŽŠÍ MOMENT

H: Tak se přesuneme bohužel k opaku, a to je nejnižší moment. Teď mi, prosím, vyprávějte o nejnižším momentu Vašeho života. Tento nejnižší moment je opakem vrcholného zážitku, o kterém jste mi právě vyprávěla. Je nejnižším bodem Vašeho životního příběhu. Pokuste se tedy ve Vašem životě ohlédnout zpět a vzpomenout si na nějaký moment nebo nějakou událost, ve které jste pocítovala silně negativní emoce, jako třeba zoufalství, zklamání, děs, hlubokou vinu nebo jiný, velmi negativní pocit. Berte na vědomí, že tato zkušenost by měla skutečně zachytit ten nejhorší nebo nejhlubší pád ve Vašem životním příběhu. I když je tato životní vzpomínka pro Vás jistě nepříjemná, velmi bych ocenila, kdybyste se pokusila být co nejpřímnější a nejpřesnější, jak jen to bude možné. Vyprávějte mi, co se stalo a kde se to stalo, řekněte mi o osobách, kterých se to týkalo, co jste dělala, co jste si myslela a jak jste se cítila a co udělalo tento určitý moment tak děsným, jaký význam, jaký vliv měla tato zkušenost pro Vás? A co tato událost vypovídá o tom, kým jste byla a kým jste nyní?

R: Ty jsou dvě a já nevím, která je horší.

H: Tak zkuste, kterou pocítujete, intuitivně, co je ...

R: Ty byly ty byly obě stejně strašný, Vám můžu říct. Byly dvě opravdu strašný. Ale jestli je to něco, co ovlivnilo můj život, ale tak voboje dva voba dva, ty jsou strašný.

H: Zkuste začít s něčím a třeba

R: No tak jeden z nich je „osmašedesátý“ *(obsazení sověty 1968 – kód 2)*, pochopitelně, v té době to byl zase, že jo, ty šedesátý léta byl krásný, protože já jsem se vdávala a my jsme byli. Já jsem se vdávala v devětapadesátým, že jo, teď jsme měli zlatou svatbu, že jo. A to vlastně byl takovej začátek, tak jsem se vdala, a najed. a to taky současně byl začátek takový tý obrody, že jo.

H: Hmm.

R: Voni najednou začaly vycházet články, že jo, to byly ty ty literární noviny, to byl ale to všechno byl objev, jo, protože tam najednou začali psát chytrý lidi, jo, jak ona se jmenuje ta ale na psychologii H. Š. a to s ní psal, myslím, to je, ta Vzpouora deprivantů, to tenkrát byli, to byl tenkrát seriál v Literárních v Lidovkách to byl. Jak ona se jmenuje, taková známá, taková ta stará bába, ona je stejně stará se mnou. Ona je na

H: Třeba si vzpomenete.

R: ... ona je na psychologii.

H: Pořád ještě.

R: No samozřejmě, to je, ona tam profesorka. Ona tam přednáší, já už jsem to, taková brejlatá. Ona pořád mluví, taková ona je, socioložka je to.

H: Hmm.

R: To byste měla vědět. To je Šiklová.

H: Hmm.

R: To byl, to byl objev, jo. Vzpouora deprivantů, já si na to dodneška pamatuju. (Co tam zase řve? Ne, to je Vaše. Aha. - *respondentka jde vypnout svůj telefon*) To byla série článků o ta Vzpouora deprivantů, a ono to ohromně sedělo, protože celá totiž ta ten nástup komunismu jako takovej, tomu pomohlo, že tak zabral, že vlastně on se, on se opíral o ty nejhorší lidský vlastnosti. Což je teda pravda, jo. Protože to je takový to: „Co si sám nevydělám, to si ukradnu. Kdo mi umožní něco ukrást, tak to je můj člověk.“, jo, „Seš chytřejší, já vím, že seš chytřejší, já bych nikdy nedosáh vysokoškolskýho vzdělání, tudíž všichni vysokoškolský lidi jsou můj třídní nepřítel.“ Protože já znám, opravdu znám příběh, že jedna moje, že tam se o někom mluvilo, my jsme měli pochopitelně naše domovnice to byla udavačka, že jo. A tam se nějak probírali, tam, protože my jsme to tam znali ty lidi, že jo, a to se ona říkala: „No jak, oni ji nemůžou vzít do školy. Přeci přeci její otec je doktor. On je to doktor, ona nemůže přeci studovat.“ (*vliv na vzdělání v komunistickém režimu – kód 12*) No to je, to je autentický, prosím. To je skutečně autentický, jo. Takže všechna ta zloba, ty lidi, všechno, co bylo pro ně neznámý, nedosažitelný, mě, mě když vyhazovali z práce, tak mně řekli, že se chovám jako dáma. (*vliv na zaměstnání v komunistickém režimu – kód 13*) Taky autentický. To je skutečně autentickéj výraz, že takový chování jako dáma, já jsem za to nemohla, podotýkám, protože mě tak vychovali, ale, ne ale opravdu to, ty , ty, ty to bylo, to bylo hrozný to si nedovedete představit, protože oni vyhazovali z práce, to byl, to byl takovej tribunál. (*vliv na zaměstnání v komunistickém režimu – kód 13*)

H: Hmm.

R: ... a teď Vám řekli, co je všechno špatně, jo, mam naprosto nemožného otce, přitom to byl člověk, kterej no, jo, s takovým otcem já tam nemůžu pracovat, že jo a to chování, to se prostě vůbec tedy neslučuje (*Nevhodný původ, nevhodný kádrový posudek – kód 11*), protože já se chovám, nene, dneska je to teda já, já jsem tam zůstala pak, podotýkám, já jsem měla štěstí na slušný lidi, jo a to, já bych prostě těm těm prostě těm obrovskejím úkolům, který prostě před tím ústavem stojí, no tak tomu já bych nemohla dostat nikdy. Takže jsem se musela jít, jako bych se měla jít polepšit do továrny, jo. To bylo to byly prosím Vás prověrky v devětapadesátým, a to to byly oni měli kategorie, jo. A – ty tam nechali, B – tedy mohli jít na úřednickou práci nebo teda jako na nějakou technickou práci a ty ostatní museli jít k lopatě, jo? Takže já jsem byla teda v tý prostřední, prosím, jo? (*vliv na zaměstnání v komunistickém režimu – kód 13*)

H: Hmm.

R: A no ono je to ponižující, jo, když ale to byly, a oni říkali, no a prostě ten otec (*Nevhodný původ, nevhodný kádrový posudek – kód 11*), jo, von přitom, to já, kdybych Vám vyprávěla, protože to je jako opravdu to je no to je životní příběh velmi silného, extrémně inteligentního, schopného člověka, on bylo oprav... opravdu extrémně byl inteligentní a schopnej. A on říkal, on říkal: „No prostě, přece vždyť ty přece.“, jo tohleto. A já jsem tenkrát, já jsem si tenkrát, já jsem měla vztek, že mu nesahají ani po kotníky, jo, protože to už jsem se naštvála, jo.

H: Hmm.

R: A jenže, to jsem měla velkou kliku tenkrát, protože to už jako, že jo oni to se, tam se, tam se měnily koryta...

H: Hmm.

R: ... a a takže toho, ředitele našeho taky vyhodili, že jo, tam byl, teda, tam, tam, tam teda byli no to je vše... to je jedno. To mělo prostě. No a ten odcházel taky a vlastně celý tento nástup byla obzvlášť zlý, některý, to, to záleželo na tý, na tý, na těch lidech, který tam dělali, že jo, a já jsem teda měla vždycky v životě kliku, já jsem ale opravdu, já jsem já jsem věřící člověk čili já říkám, mně já jsem měla takovou kliku dycky v životě, takže to byl naprostej průšvih, jo?

H: Hmm.

R: Teď já jsem si ještě jako doplňovala vzdělání, takže já jsem chodila ještě jako při zaměstnání do školy, neměla jsem to dodělaný, takže samo o sobě opravdu blbý a, ale, protože tam se, tam byly funkce se hejbaly to nejdůležitější bylo samozřejmě to to ředitelský místo, takže všichni, co měli na to chuť, tak dělali pod sebe opravdu, udávali každého, jako

mohli, jo. (*Pohled na morálku za komunistického režimu – kód 25*) To nebyl. to bylo, my jsme v našem ústavě měli, tam bylo asi, já nevím, sto lidí, a z toho osmadvacet vyhodili, jo. No to byl prostě, tak oni se všichni ukázali jako velký straníci a tak, no tak ten ředitel, jenže předtím asi měsíc nebo dva měsíce před tím k nám přišel nějaký Slabina, kterej byl, protože my jsme dělali na vojenských úkolech, jo, tam to byl, že, a tak tam přišel teda jako takovej (ono se říkalo) lampasák, že jo, tak on byl teda jako major, protože on dělal vojenskej výzkum, pak už jako byl v civilu, jako takovej, že se ho všichni šíleně báli (*Prožívání strachu - kód 18*), a tak já se, kdo s ním půjde sedět, já jsem říkala, že je mi to jedno: „No tak mi ho tam posad’.“ Jo, já jsem prostě takovej to. A on bylo docela docela jako takovej, no my jsme vedle sebe seděli, no tak my jsme si povídali, on měl dceru, já jsem měla tak dceru a a on nakonec byl. A posléze se teda ukázal jako nesmírně slušnej člověk, jo. Ale no potom teda všichni se divili, protože teda to ředitelský místo dostal on, jo.

H: Hmm.

R: A ty všichni ostatní, a on ještě měl tolik, on byl natolik chytřej, protože si to tam nechtěl nechat v tom ústavu, tak všechny ty bestie, jo, co tam byly, kopnul směrem nahoru na ministerstvo. Takže tam udělal takovej, my tam potom jsem pod ním opravdu v klidu žili další to, protože on tam potom nabral další lidi, který byli vyhozený z Akademie, a skutečně teda ten, ten to tam všechno, potom držel, jo, a mně mně prostě to potom si mě tam nechal, jo, protože my jsme se skamarádili, že jo. My jsme potom byli velmi jako v blízkým vztahu, takže já jsem, já říkám, já jsem měla vždycky ono se tomu říká dost sprostě, jo kliku. No.

H: A můžete teda zkusit popsat přímo ten nejtěžší okamžik? Ten úplně nejnižší? Co jste při tom cítila?

R: No jsem si přišla úplně na konci, no já jsem pro mě nebylo žádný řešení, já jsem nemohla dostudovat tu školu, že jo, to místo, to oni ten, jako kolega, kterýho vyhodili, tak potom dojížděl do Vraného, protože to to by mně nikdo to místo nedal, že jo, s tím s tímhletem posudkem. (*vliv na vzdělání v komunistickém režimu – kód 12*)

H: Hmm.

R: No tak to byla naprosto neřešitelná situace, že jo.

H: A má to třeba nějaký vliv i dodnes na Vaši osobnost?

R: A povím Vám něco zajímavýho. Opravdu zajímavýho. Tam byl taková ten ten předseda tý týdletý komise, která mě vyhazovala teda, pak šel na ministerstvo, tam dělal, tam dělal kariéru, a pak když přišel „osmašedesátý“, tak zase vyrazili toho Brabce, on se jmenoval Brabec. A přišel k nám do ústavu... tak ho dali zpátky do ústavu. A tenkrát Vám za mnou přišli ze závodního výboru, protože to to všechno byli moji kamarádi, já jsem měla

vždycky dost kamarádů, že jo. A přišli za mnou, já jsem taková to byla, já jsem se s ní, že jo, to byla moje přítelkyně, ona přišla a tam byla, ona dělala tam jako a ona: „Podívej se, řekni mi, když ty ho nebudeš chtít, tak my ho nevěmeme, jo?“ To, protože to byla oficiální otázka, jestli já chci a já jsem řekla: „Klidně ho vemte.“, jo? Já nevím, proč jsem to udělala, ale jo, ale opravdu je fakt, že jsem ho měla ve svých rukou, to je teda pravda, jo? Já jsem mohla říct: „Vykopněte ho.“, jo? Já jsem říkala: „No vemte ho.“ Jo tak, no. Ten chlap, když mě měl potkat, tak ten by byl chodil kanálama, já jsem, když mě viděl, protože my jsme pak pracovali na jednom pracovišti, a to já mam pocit, to na něj, to pro něj snad byl větší trest než cokoli jinýho, jo. Proto ..., ne fakt, to prostě von, to jsem úplně cejtla ten, tu křeč, jo, ten kdyby mohl přejít na druhé chodník tak by to ne bylo to vlastně legrace. No, bylo to zlý no, tak samozřejmě, když cítíte, že otce vyhodili samozřejmě taky, brácha ten byl, ten měl kliku, že vystudoval ještě před tím, nežli byly ty nejhorší jako ty, voni ho vzali na školu vlastně ještě před únorem a vlastně doštudoval někdy o to, takže ten byl uklizenej někde v Ústí, protože taky mu dali umístěnku do Ústí, poněvadž nesměl bejt v Praze, že jo, ale von si vybojoval aspiranturu, takže takže on byl uklizenej tam, jo, takže tomu se nic nestalo, že jo, ale otce taky vyhodili, no tak, to je to je v podstatě jsme byli v podstatě celá rodina ...

(komunismus jako bezpráví – kód 3)

H: Hmm.

R: A bylo to v podstatě beznadějný.

H: Beznadějný. A když se na to podíváte – opravdu co dnes, jaká jste, jak se cítíte, jak žijete, jestli tehdejší situace ovlivnila nějak to, jak teď žijete? Jaká jste osobnost.

R: No tak, přežila jsem to, a když něco přežijete, tak je to vždycky, ale nepřežila jsem to tak úplně vlastní silou, ale, vždycky mně někdo pomoh, takže. Já Vám nevím, no, jako mam pocit, že byli slušní lidi, a když mi někdo říká, že musel dělat sviňárny, tak nemusel. A když nechtěl jít do partaje, tak nemusel, jo. Akorát to znamenalo, že se měl hůř. ***(Další vlivy – kód 17)***

H: Hmm. Dobře. Tak já Vám děkuju a přesuneme se k bodu číslo tři a jmenuje se to Bod obratu.

LSI: 3. BOD OBRATU

H: Když se člověk ohlédne zpět ve svém životě, často se stává, že rozpozná určité události nebo situace, které lze označit jako důležité životní změny. Takzvané body obratu se mohou vyskytnout v různých sférách života. Mě by ale obzvlášť zajímal ten bod obratu, který změnil způsob, jakým nahlížíte sama na sebe, jako na člověka. Prosím, zamyslete se a

pokuste si vzpomenout na jednu konkrétní situaci nebo událost, která by mohla být, z dnešního pohledu, takovým osobním bodem obratu. Pokud máte dojem, že Váš život takový bod nemá anebo že se Vám nedaří uchopit tu klíčovou událost, že klíčový obrat nikde zřetelně nevyčnívá, pokuste se mi alespoň popsat nějakou jinou situaci, která však Váš život nějak velmi výrazně změnila.

R: Tak Vám zase řeknu, že ten že ten listopad (*Rok 1989 – revoluce – kód 10*), že jo, protože já jsem, že jo, tak já jsem mohla najednou, já jsem, no tak to je sice svým způsobem trochu žertovný, ale pravda je, že já jsem se vrhla do politiky a potom, když založili Unii Svobody, tak jsem opravdu tam intenzivně pracovala, mě skutečně politika bavila, dokud to bylo slušný vlastně. Ale co na tomletom bylo nejlepší, bylo, že my jsme potom tam založili takovou Unie Svobody měla spoustu platforem, že jo. A my jsme tam založili platformu seniorů a takže jsem se dostala dohromady s takovou opravdu skupinou lidí, který mně nesmírně vyhovovali, a měli jsme možnost teda skutečně dělat politiku a to ani ne tak jako na státní úrovni, ale na Evropský unii, protože my jsme se přihlásili do Evropský seniorský unie, což bylo byla součástí Evropskýho parlamentu a voni nás tam velice jako, bylo to žertovný, poněvadž my jsme se vynořili tady jako, z toho oni byli paf, že tady vůbec někdo ještě může souvisle mluvit, takže oni nás vzali velmi jako ochotně, vlastně nás přijímali, udělali to tady v Praze, že jo. Potom jsme opravdu jezdili, já jsem opravdu jezdila do Bruselu, jo?

H: Hmm.

R: Já jsem, já jsem byla v Evropským...no je to teda, je to teda komický, my jsme schůzovali s nima v Evropským parlamentu, jo takže já znám parlament zevnitř; a my jsme tam dělali s nima, to byla ta, vono to pracovalo u tý Lidovecká – to byla nějaká lidovecká sekce Evropského parlamentu. Jak oni tam mají tady jsou jako poslanecký kluby, tak byl, že jo, tak byla ta lidovecká a on to byl nejsilnější klub v tom Evropským parlamentu.

H: Aha.

R: A to byli taky, oni měli taky tu seniorskou, protože to je jako na křesťanským, na KDU – ne KDU – ty co oni byli ty německý, měli to Němci pod palcem. A tak my jsme tam opravdu s nima jezdili a dělali jsme takový jako docela dobrý seniorský programy, víte já jsem dělám si z toho v podstatě legraci, poněvadž my jsme si cucali z palce nějaký jako seniorský programy, co je důležité a takový ty rady starších, a to je furt jako, jsme dělali takový ty jako echt etapy stáří, no všechno to znáte, já jsem dokonce jsem dokonce psala takovej ten letáček předvolební pro Unii Svobody jako seniorskou politiku, ale pak se to vlastně zvrtilo velice ta Unie. Zbytek některý to, prosím vás, ještě dělají, ta paní

Lobkowiczová nebo paní Vlachová, to byla to byla matka toho Vlacha, kterej dělal, tenkrát dělal předsedu poslanecký sněmovny. A to byli opravdu jako, tam byli jako ohromně takoví inteligentní lidi. Já tu paní Lobkowiczovou jsem měla strašně ráda starou a , tak ty ještě snad tam s tou paní Vlachovou ještě, jenomže mně už to potom přišlo úplně zbytečný, abych někam jezdila, já nevím, a oni se vždycky scházeli třeba v Madridu nebo v Kolíně jsme byli.

H: Hmm.

R: Já jako, a v Bonnu jsem byla. To byly takový ty sjezdy těch těch seniorů, a to bylo teda hrozně hezký.

H: To jo.

R: To bylo hrozně hezký, ale jako bylo to i docela, my jsme tam opravdu byli přínosem, protože já, protože oni nás tam jako docela brali, brali nás jako no to no. Ale potom se vlastně ta Unie Svobody vlastně vysloveně, já nechci říct, co, jo, taky mě napadají hrubá slova, no potom se tam dostal k moci ten Němec a začlo to bejt, no začlo to, začal to, začala to bejt ta nadvláda těch, to, vlastně tom jako maj teď všechny teď už tady nevládnou strany, ale vládnou prostě ty ale ty jejich já už taky neto no prostě ty partajní vrchnůška, ty sekretariáty, no, protože nikdo jim není jako no. No, tak jsem z toho odešla.

H: A když byste teda nazvala nějak, nějak formulovala přímo ten bod obratu?

R: No to byl ten, že jsem mohla, že jsem začala žít v tý. Já jsem se já jsem se seberealizovala, to byla pro mě, to byla opravdu první úplná seberealizace, protože mně to myslelo a já jsem to dělala a uznávali mě. Jo? To byl ten bod, já jsem poprvé v životě vlastně mohla se seberealizovat. *(vlivy do současnosti – kód 5) (volnost a svoboda po revoluci v roce 1989 -kód 16)*

H: A dokázala byste popsat přímo pocity, jaké jste při tom prožívala?

H: Co jste při tom cítila?

R: Co jsem při tom cítila? No, sice je to směšný, ale já jsem – ta paní Vlachová, protože my jsme byly, že jo, přítelkyně – a já jsem vlastně vždycky: „Bože, já jsem teda tak blbá přišerně, ještě bych tak jako...“ A ona říkala: „To by si se divila, co bys dokázala, kdybys mohla rozepnout křídla.“ Tak já jsem měla pocit, že jsem aspoň částečně mohla rozepnout najednou ty ty křídla. *(volnost a svoboda po revoluci v roce 1989 -kód 16)*

H: Ano. Dobře. Tak se přesuneme ke čtvrtému bodu, a to je První vzpomínka.

LSI: 4. PRVNÍ VZPOMÍNKA

H: Každý životní příběh, stejně tak jako jakýkoliv jiný příběh, má někde svůj začátek. Tímto začátkem Vašeho životního příběhu by mohla být Vaše úplně první vzpomínka.

Zavzpomínejte na svůj život a zkuste se dostat co nejdále to půjde. Vyberte ze své vzdálené paměti to, co považujete za svoji nejranější dětskou vzpomínku, na základě které budete schopna říct co se stalo, kdo u toho byl, na co jste myslela a jak jste se cítila. Vaše vzpomínka nemusí být z dnešního pohledu zrovna zvlášť významná. To, co je významné je, že je to Vaše vůbec první vzpomínka, první scéna z Vašeho životního příběhu. Zkuste také co nejpřesněji odhadnout, kolik Vám v této době mohlo být let.

R: Jo, mám dvě, ale já nevím, jestli jedna je možná už vymyšlená. Mám dvě a nevím, které je jako dřívější. Jedna je, my jsme měli teda samozřejmě – to byla taková stará služka, ale hrozně hodná, jo. To bylo tahleta rodinná služka.

H: Služka.

R: Služka, no. Ona ona se jmenovala Mařka. A maminka, tam byly takový rodinný pro mě, a my jsme měli v kuchyni tenkrát to bylo modře vymalovaný a nahoře to měl takovej tmavomodrej linku. Taková modrá linka nahoře a, víte, ta kuchyň byla bledě modrá a tmavě modrá puntíkováná, jo. A tam takhle nahoře byla linka a tam byly takový siluety, to se tenkrát dělalo, takový ty kochletky nesou tu bábovku.

H: Aha.

R: Takhle s tou sukni a takhle ten čepec. A já se pamatuju, že takhleto on je směnáře, on byl a ona mě prostě připravovala kaši a já už jsem měla hlad a ona mě chovala, jo. V tý kuchyni a to se pamatuju, jeden takovej příběh, to byl takovej domácíkej a já jsem viděla dospělýho člověka, já jsem viděla tam ty kuchařky. A určitě mě vařila jídlo, bylo to spojený s tím jídlem teda jistě. Potom druhá vzpomínka, víte, já fakt nevím, která byla dřívější. Byla, že já jsem byla nějak v kočárku, a to se pamatuju úplně na ty peřinky, co jsem tam měla takhle kolem sebe, a my jsme opravdu, byl takovej černej, že jo, ten ono už je to dlouho. A měla jsem takový jako organtýnový polštářky a byla tam takhle ta bouda a já tam, jako když tu boudu jako vidím, jo, protože to bylo jako takhle, a tam byly takový nějaký kraječky nebo co. A pak tam vidím takovej nějaký člověk – paní, jak: „Ní-ní-ní.“ A to Vám nevím, která byla, která byla dřívější.

H: A vzpomenete si ještě, jak jste se při tom cítila? Dokážete popsat pocity v této době?

R: No ne moc příjemného oni to byly takový nelíbilo se mi to.

H: Nelíbilo. Dobře. A kolik Vám tak mohlo být let?

R: No, to jsem byla, v kočáře jsem ležela, to mně muselo bejt do roka určitě. Ale...

H: A u té první vzpomínky?

R: To možná bylo pozdějc teda, no.

H: A přibližně?

R: No taky jsem ještě nechodila.

H: Ne. Dobře.

R: Protože mě nosili, no.

H: Dobře. Tak teď se přesuneme k Důležité vzpomínce z dětství.

LSI: 5. DŮLEŽITÁ VZPOMÍNKA Z DĚTSTVÍ

H: Teď bych Vás ráda poprosila, abyste se posunula kupředu od své nejranější vzpomínky a zamyslela se nad jinými událostmi z Vašeho dětství. Vyprávějte mi, prosím, o nějaké události z Vašeho dětství (do věku 13 let), která ve Vašich vzpomínkách obzvláště vyčnívá. Tato událost může být pozitivní nebo negativní, důležitá nebo zdánlivě obyčejná. Důležité je, aby se tato vzpomínka z Vaší minulosti obzvláště silně vynořila – je to ta, kterou si velmi dobře vybavíte, a která má ve Vaší minulosti určitou výlučnost nebo je jinak vzácná či zvláštní.

R: No tak je hrozná.

H: Hmm.

R: Je hrozná, my jsme bydleli v tom městě Březnici. To je to malý město a my jsme bydleli u fabriky, protože tatínek (asi několik slov nesrozumitelných). On to neměl, on tomu řediteloval.

H: Ano.

R: To byla celá společnost a on byla teda. A my jsme bydleli u tý u tý teda u tý fabriky a bylo to jako trošku na samotě už jako, za městem. A před námi byly takhle jako pole a tam vedla ta poměrně uzlová trať, jo? To byla jako důležitá trať, jo?

H: Aha.

R: To bylo ve válce a mně muselo bejt asi osm – devět let. Skoro osmiletý, mohlo mně bejt asi tak osm let a tam ono už to, že jo já jsem se narodila no tak to bylo čtyřiaosmdesátý už se to chýlilo teda dost už už se blížila fronta, jo. Američani, no, nás obsadili američtí a, takže oni tam byli jezdila tu jeden vojenskej transport za druhým, kolem nás. A tam to vždycky, protože ty hloubkaři ty odstřelovali ty odstřelovali takový ty lokomotivy a oni ale byli ale oni byli vůbec vlastně slušný. Oni teda po lidech v Čechách po lidech nestříleli. Oni vždycky jenom rozstříleli lokomotivu, protože o to jim šlo a odletěli.

H: Hmm.

R: Jo, vždycky a oni nalítávali přes náš barák vždycky takhle, jo. Ale o to ne, my jsme to vždycky jako brali my jsme je brali jako já vím, že tam byl i černochoch. Oni byli tak jako to si pamatuju, takže my jsme se v podstatě těch letadel nebáli, jo. A taky nad náma litaly

takový ty svazy. Já nevím to prostě oni, když letěli na Německo, jo, protože já nevím, kde oni se... tenkrát oni si asi tahali, myslím, že to potom už ke konci. A to byli opravdu víte, já pamatuju, když letěli na Drážďany. To to byli taková Vám oni, oni měli formace jo. A prostě vždycky tam já nevím, to bylo vždycky jako do trojúhelníku a těch bylo ale to byla, to byl proud, jo. Tak lítali, vždycky my jsme je slyšeli, my jsme se nebáli. My jsme byli zvyklí chodit. Oni nechávali za sebou takový ty čáry, jo.

H: Ano.

R: A taky potom ještě házeli staniolový takový proužky, to se nám líbilo, že jo. Protože to to. A lítali taky letěli zpátky, jo. A teď se stalo, my jsme byli na zahradě, že jo, a my jsme byli takhle – takhle byl náš dům a tadyhle byly už jako pole a tady byla taková jako já nevím, deputátní tam byla šlechta ještě, že jo. Deputátní vesnice, to bylo celý zastíněný takhle kaštanama. A my jsme – ten náš barák byl vidět, jo, ze shora. A on zřejmě, protože jak oni, když měli postřelený jako, aby doletěli, tak prostě museli odhodit pumy, že jo. Ale protože oni na nás, oni nás viděli, že jo. Ale tak on jeden tam tak oni letěli, že jo, samozřejmě a jeden teda odbočil, jo, a snížilo se a letěl teda jako směrem, ale to nebylo daleko od nás, že jo. A brácha, kterej je jezdil nebo on študoval v Příbrami a my na gymnáziu, jezdil vlakem, tam musel jezdit vlakem, že jo. A on znal, že jo, to to už jako slyšel a ono ta puma, když spadá, tak ona takhle jako hvízdá a on brácha říkal, my jsme tam byli a brácha jako zařval: „Tohleto je puma, do sklepa.“, jo. A teď nás tam bylo hodně, že jo, a já jsem byla nejmenší, tak oni mě odhodili pochopitelně ven a já jsem se jediná nedostala do toho sklepa, takže já tam zažila ten vejbuch vlastně, no to bylo, to bylo blízko teda. Hodně blízko, teda jo. Ale ono jenom tam prasklo jako ta tlaková, já jsem zažila tu tlakovou vlnu. Tak oni, já nevím, buď na mě zapomněli nebo co, protože jak se všichni hrnuli, no a já jsem byla nejmenší, že jo, tak jsem tam zůstala venku, no tak to byl hroznej zážitek.

H: A dokážete si vzpomenout, na co jste, jestli vůbec jste na něco myslela v tom okamžiku?

R: Já vlastně nevím, no.

H: Nebo spíše, jestli máte z tohoto emoce.

R: No já mám z toho takovej děs, protože to bylo opravdu děs, a to byl strašnej náraz, prostě to je opravdu. To byl takovej mě to smetlo, že jo. Takovej ten, ten opravdu ten úrazovej šok. No já nevím, jestli, myslím, že to byl šok teda. Já jsem se pak šíleně bála, jsem nesměla slyšet letadlo.

H: Hmm. A kolik Vám tak asi mohlo být?

R: Já myslím, že mi tam devět, osm – devět, protože mně bylo deset, když skončila válka. Tohle muselo bejt tak jako rok, ten rok možná předtím. Tak jako už, bylo to ke konci války.

H: A myslíte, že to třeba má nějaký vliv na Vás do dneška? Co se týče Vaší osobnosti?

R: Já Vám nevím. Jako vím, že jsem jako malá, já jsem nesměla slyšet jako letadlo, jo, to jsem okamžitě měla, že jsem se třásla a jsem se bála, ale jestli pro moji osobnost, to nevím. Já jsem bázlivá, to je fakt, ale to to byly to je něco jinýho asi.

H: Ano. Tak já Vám děkuju a teď se přesuneme k Důležité vzpomínce z dospívání.

LSI: 6. DŮLEŽITÁ VZPOMÍNKA Z DOSPÍVÁNÍ

H: Posuňme se v čase ještě trochu dopředu, do období, kdy jste byla týnejžr. Myslete tentokrát na Vaše dospívání nebo jak se odborně říká adolescenci tedy věk od 13 do 19 let. Vyberte, prosím, jednu vzpomínku z Vašeho dospívání, kterou máte jasně před očima a o které byste řekla, že patří k Vaším nejdůležitějším nebo jinak výjimečným osobním zkušenostem. Je opět vedlejší, jestli se jedná o pozitivní nebo negativní událost. Hlavní věcí je, že se Vám tato vzpomínka jasně vynořuje mezi ostatními vzpomínkami na Vaše mládí.

R: Do 13 let.

H: Od 13 do 19.‘

R: jo, od 13 do 19.

H: Napadá Vás něco z tohoto období? Něco zásadního?

R: No, to bylo pro mě jedno z nejtěžšího období v životě, jo. To bylo celkově taková černá můra moje.

H: A nějaká vzpomínka, která se i dneska vynořuje z těch ostatních?

R: No tak příjemná, příjemná třeba taneční. Já jsem strašně ráda tančila, to je fakt. Já jsem byla jako opravdu ráda tančit. No tak na to, kdy vzpomínám, tak to je příjemný. Jsem měla ráda, protože jsem měla takovýho partnera, který uměl tančit, jo. Já opravdu, já jsem strašně ráda tančila. A dobře. Tak to byla, to si pamatuju, ale jinak to bylo velmi nepříjemný období. A víte, výrazná – ono to bylo celý blbý skoro. Takže já Vám řeknu. No to je spíš – já jsem se snažila prostě uplatnit. Byla, to bylo vůbec zlý tohle. Ale tam jako jsem měla úspěch, jsem samozřejmě měla, ale neměla, že jo.

H: Tady jde o něco, co...

R: Já vím, ale já fakt, víte, já fakt nemam nemam vůbec jako, víte, to bylo jako, to bylo blbý období, jo. Ono se mi to tak jako splývá.

H: Hmm. Nevadí, jestli teda

R: Já fakt nevím.

H: Nevadí.

R: Ne, ne, víte, co to je takový, když máte, ono to pro mě emotivně moc vůbec blbý období, jo. A jestli tam bylo nějaký okamžik, jako horší nebo lepší, ono to tak splývalo do takovýho šedýho.

H: Hmm, není tam nic, co by vyčnívalo.

R: Ne, já Vám nemůžu říct, že by tam bylo něco, co si pamatuju.

H: Nevadí. Tak se přesuneme k dalšímu, a to je důležitá vzpomínka z dospělosti.

LSI: 7. DŮLEŽITÁ VZPOMÍNKA Z DOSPĚLOSTI

H: Přesuňme se nyní k Vaším vzpomínkám z období dospělosti (21 let a starší). Popište mi, prosím, nějakou scénu nebo situaci, která se ve Vašich vzpomínkách jeví jako obzvláště důležitá nebo živá. Mělo by se jednat o takovou událost nebo scénu z období Vaší dospělosti, která Vám zvláště utkvěla v paměti nebo byla pro Vás důležitá, ať už byla pozitivní nebo negativní. Znovu je tu důležité, abyste tuto událost měla jasně před očima, když vzpomínáte na svůj život v období dospělosti.

R: No tak určitě, když se narodila dcera.

H: Hmm.

R: To je, to Vám je, to byl, to byl taky jeden hřích komunistickéj teda, jo, že voni, voni nějak měli takový ty, voni ty emoční no prostě ty emoce a takový ty, ty to bylo velice, velice zanedbaný a vůbec voni měli takovej ten sterilní přístup k dětem. A vůbec teda k rození a k těmdletěm věcem. **(běžný život za komunismu – kód 26)** A já jsem měla to štěstí, já jsem měla poměrně dost těžký porod, ale tam na tom byla jedna věc krásná, protože voni jak, já jsem měla celkem krátkou pupeční šňůru a voni nemohli jako to, tak mně ji položili jako na, na, na což se má dělat dneska. Dneska tvrděj jako psychologové, že se to má dělat. **(běžný život za komunismu – kód 26)**

H: Ano.

R: To se nedělalo. Ale, když Vám to dítě položej jako na vás, tak to, to je ohromně prostě, to je tak, to je to, to je takový to „cvaknutí“ prostě, jo? To, to ve Vás opravdu „cvakne“ ten. Já se pamatuju, že jsem ji chtěla vobejmout a voni blbci mi to nedovolili, že jo. Protože měli pocit, že to je, že to je jako nehygienický nebo něco, jo. Já vím, že mi říkali: „Ne, ne, nesahejte na ni, nesahejte na ni.“ Jo? Já jsem Vám tam i, to máte takovej ten, jo? A to Vám si, to, to prostě si strašně opravdu pamatuju.

H: A vzpomínáte, jestli jste něco v tomto okamžiku si myslela? Nebo na co jste myslela?

R: Ale ne, tohle je, víte co, tohle je, to je pocit jako takovýho spojení, jo?

H: Hmm.

R: To ve Vás cvakne, ale určitě jste psycholog, takže musíte vědět, že člověk má v životě takový okamžiky, kdy, kdy v něm cvakne, jo? To je jako když, jako když se Vám ty, ty kolečka prostě takhle najednou a jo?

H: Hmm.

R: Nebo je to jako to je jako matrice a ten – ten odlitek. Do sebe něco zapadne. Jako zámeček zapadne. Ne, ale tohle je, to je vopravdu, to je, to je vysloveně cvaknutí.

H: Hmm.

R: Já nevím, jestli no musíte to znát, protože to se stává lidem tohle cvaknutí.

H: No a dokázala byste třeba popsat, jestli i tohleto, jak Vy říkáte cvaknutí, má nějaký vliv na to, jak teď, jak teďkon žijete, jaká jste osobnost? Jestli něco se tam potom stalo, co Vás ovlivnilo?

R: No stane se z Vás ta matka, ne? Samozřejmě ten vztah s tím dítětem jsme měly s dcerou vždycky velmi úzký vztah. A řekla bych, že no prostě ten vztah je velmi silnej, jo?

H: Hmm. Dobře, tak já děkuju.

R: Ano.

H: A máme tady Významnou vzpomínku navíc.

LSI: VÝZNAMNÁ VZPOMÍNKA NAVÍC

H: Popište mi teď, prosím, ještě jednu událost z Vašeho života, která se z Vaší paměti vynořuje jako zvláště významná nebo důležitá. Je jedno, z kterého životního období tato událost bude.

R: No to bylo, když zemřel zeť. To bylo hrozný. Protože my jsme, my jsme ještě vlastně, představte si, to byla rodina, voni tady byli, tady seděli, já jsem a byli tady taky na můj narozeniny. Taky tady byli. A to jsme ho viděli naposled teda. To jsem tady měla, to tady byly dvě děti, že jo, byly malinký. Ten Křišťůfek – tomu bylo ten byl tomu bylo 11 měsíců. A von tady takhle lez tady, jo, a potom tady vždycky zalez pod tu knihovnu, protože to se mu zdálo příjemný, a já si ještě pamatuju na toho Radka, to byl ten první manžel, my jsme ho měli hrozně rádi a vod tý dcery a von dycky takhle. Já to, pořád ho vidím, jak on tady tahá toho Křišťůfka, to bylo nádherný dítě Křišťůfek, když byl malinkej. A tady jsme tak jako, no byli tady, jo, oni byli veselí, já jsem uvařila oběd, no to byla úplně pohoda, já jsem si úplně říkala, to, to prostě ono tam to bylo všechno v pořádku, oni měli hezký byt a my

jsme tenkrát měli peníze, že jsme jim mohli teda dát to jako zaplatit a prostě jsme jim koupili společně s, takže ono to bylo všechno, úplně všechno bylo jako děti byly nádherný, oni byli jako dcera, to byla velká láska s tím Radkem. Nám se líbil, Radek měl úspěch, on byl geolog a měl velkej, měl vlastně měl dostat docenturu, jo. Budoval katedru, no a teď si představte, že, že jsme se domlouvali, že si zavoláme, že půjdeme všichni na Matějskou, my jsme bydleli všichni v Holešovicích, a týden na to, se ozval ve dvě hodiny telefon a dcera volala: „Mami, prosím tě přijď, Radek zemřel.“ No to byl, ne já jsem tam, pak jsme tam s manželem za ním, za ní jeli a já jsem si celou tu cestu říkala: Co já jí řeknu? Já já prostě. Já nevím, co jí řeknu.“ To bylo hrozný.

H: Hmm.

R: A ona držela teď, ona vůbec nefungovala já jsem tam vlastně s nima bydlela, teď ty děti. No.

H: Hmm.

R: Jedenáct jedenáctiměsíční dítě a tříletý.

H: Hmm.

R: Ona byla na mateřský dovolený. Tak to si pamatuju, že bylo hrozný.

H: Ano.

R: To si pamatuju.

H: Dobře. Tak teď se přesuneme od minulosti do budoucnosti a tato část se jmenuje: Možnosti dalšího vývoje životního příběhu.

LSI: 9. POZITIVNÍ BUDOUCNOST

H: Doposud vše, co jste mi vyprávěla, se týkalo Vaší minulosti. Ale nyní bych Vás ráda poprosila, abyste myslela na budoucnost. Samozřejmě nemůžete vědět s jistotou, co Vám budoucnost přinese, ale určitě máte představu o tom, co chcete, aby se v budoucnosti dělo a co si naopak vůbec nepřejete. Proto bych chtěla, abyste mi vylíčila dvě rozdílná pokračování Vašeho příběhu života. Zase já Vám popíšu ještě blíže instrukce, první vyprávění se bude týkat pozitivní budoucnosti, naopak druhé vyprávění se bude týkat negativní budoucnosti. Začneme tedy s tou pozitivní. Nejprve mi, prosím, popište pozitivní budoucnost. Popište mi prostě to, co chcete, aby se stalo v budoucnosti ve Vašem životním příběhu, včetně cílů a snů, které byste ráda v budoucnosti realizovala nebo dosáhla. Zkuste přitom ale prosím zůstat nohama na zemi. Jinými slovy chci po Vás, abyste mi odvyprávěla obrázek toho, co byste reálně chtěla, aby se stalo během několika následujících let, jaké události byste ráda ve své budoucnosti viděla.

R: No tak rozhodně bych teď chtěla, abychom napsali tu hru dobře. No, protože cíl a sehraje, tak jako jo. Chtěla bych, aby to dopadlo, jak si to představuju, no, protože my to máme hlavně, ale ne já, my to máme hromadně. Tak to bych byla ráda, kdyby se nám v nejbližší budoucnosti povedlo, aby to bylo takový. Ono, protože my se to zlíbíme a oni vod nás to očekávání už je takový, že potom to splní zase tu vono je to dost těžký, že jo. Musí to bejt legrace. Protože nás berou teda jako velkou legraci, když s náma si někdo. A tak to bych byla ráda, pak bych byla, co se týče bytu tady toleto. To je taky, za ten já jsem vděčná, ale tam se mně rýsuje možnost, že ještě vydrápnu kus kočárkárny. Protože už jsem vydrápla jeden kus a máme tam šatnu, je to tady malinký, že jo, tady potřebujete a teď chtějí prodávat tadydle ten – tady s náma sousedí kočárkárna, tak já bych ji koupila, posunula bych o kus kuchyni, takže by se tady dalo líp sedět, protože to je tady málo místa, když já si pozvu lidi, tak se sem nevejdeme a udělali bychom tu kuchyň tam delší a tady by se to spojilo, takže to by se mně teda líbilo a ta a do toho bych šla. No, co no tak, ráda bych pokračovala v tom mém životu, se mi líbí a já jsem spokojená se životem. No, podle no, samozřejmě byla bych ráda, kdybysme vydrželi s manželem spolu, eště nejradši bych byla, abych teda vydržela já dýl než von, ponevadž ten by byl úplně nemožnej, když tady bude sám no. A no v pohodě, no tak doufám, že. No vnučka se dostala na architekturu, takže to už ví, co bude dělat, bude študovat, že jo. Takže já věřím, že to, protože voni mají vlastní ten ten, voni oba, máma se znovu vdala, ten její manžel má teda s ní ten ateliér a oni počítaj, že děti budou dělat do rodinný firmy, no tak to vnučka to už tak, já myslim, že ono to tak jako měla to nalajnovaný. Vono budoucnost nevim, co s vnukem, byla bych ráda, kdyby se poved, ale ale von, to je 16 kluk teď, tak vono není, von je takovej jako neví neví. No tak kluci jsou, kluk. Já tam mam jeden velkej strach a což teda, no není to špatný, ale byla bych dost nerada, protože von je poměrně velmi hudebně nadanej a voni, von teda dokonce hraje v tej, v tej v ruským gymnáziu na Rodově a vono to má rozšířenou výuku hudby, ale co vo to, von, von, von vod malička, já nevim proč, von chtěl hrát na saxofon, jo?

H: Hmm.

R: Prostě saxofon. Teď von ale von teda má hudební cit, jo? To já protože já vím, že úplně jako malej, když vnučka začala taky jako hrát na klavír, ale von sám vyťukal, já vím, že vyťukávala melodie, jo. Ale jako sluchem, jo? To ne, to se mně nelíbí, to je dost jako je to nadání vopravdu sporný. A ještě ke všemu, von se mu líbí, von se konečně dočkal toho saxofonu, protože dokud měl malý prstíčky, tak nemoh hrát a von se toho saxofonu dočkal a teď to teda dělá. A von to žere, že jo. a už, už maji nákej band a hraje na plesech a a a mně

se to nelíbí jako budoucnost, že jo. Ale s tím já nenadělám, takže byla bych ráda, kdyby se nějak vystříbřil, aby si to holt nechal nějak jako koníčka. Tak toleto bych teda ještě ráda viděla ty vnuky jako, že jsou v pořádku, když to nebudu vidět, tak to holt nebudu vidět, tak už mě to nebude mrzet. A tak aby aspoň v pořádku dokončili, dokud je vidím, jo? Ale ráda bych si s nima víc rozuměla, což mě mrzí, dokonce s tím počítám, já se jim musím nějak přiblížit, protože to, to je taky strašně smutný, že já když že jo, když byl ten malér s tím zeťem, tak já jsem je musela vychovávat, dcera potom musela pracovat, že jo, tak já jsem vlastně měla ty děti do 10 let jako vlastní děti, já jsem tam bydlela, já jsem vařila, já jsem jim dělala první poslední, já jsem naučila Křišťůfka chodit, že jo, to je, jo? To je prostě, to jsou vlastně moje děti. A potom už mě jako nepotřebovaly, což je přirozený. Já si nemyslím, že je ti špatný, a to se mi vlastně, hrozně se mi vzdálily a jako jsou hodný, třeba vnuk, když ho zavolám na ten počítač, to jako, to určitě mi pomůže, von je hrozně hodnej. Ta vnučka, ta je taková, že člověk neví, já jsem, já jsem, a to už vod malinka, vona byla taková, já, jo, vona měla takovej jako ten pohled a já jsem si říkala: „Holka, ty si myslíš, co to ta bába tady na mě cuc. To bych ráda věděla, co ty si myslíš.“ A vona do dneška má takovej prostě snovej, ale jistě je velmi inteligentní, je to milá holka, ale to já, ale víte co, já fakt neumím s nima dneska mluvit. A, a to je věc, kterou já bych si tak strašně přála a nevím, jak bych se k nim přiblížila, protože je stejně stará jako vy. Řekněte mi, jak by se babička k Vám přiblížila, no? Abyste si s ní povídala, co si myslíte opravdu.

H: Já si myslím, to je zase na delší debatu o tomhle. Hm.

R: Já nevím, jakej vztah máte k babičce, ale jako, ale oni ty děti mě přece musejí znát jako já jsem byla jejich – ne máma – samozřejmě, že ne, ale byla jsem jejich dennodenní pečovatel že jo.

H: Hmm. Tak můžeme když tak – tohle doděláme a pak si můžeme.

R: No to to nic, já, já. To ne, to nic.

H: Ještě vás něco napadá?

R: Ne, ne, ne.

H. Ták, co se týče teda negativní budoucnosti.

LSI: 10. NEGATIVNÍ BUDOUCNOST

H: Nyní mi, prosím, popište negativní budoucnost. To znamená, zkuste popsat budoucnost tak, jak byste si ji Vy osobně vůbec nepřála, to, čeho se například obáváte, že by se mohlo stát a přitom doufáte, že se to nestane. Znovu, pokuste se zůstat realistou. Jinými

slovy opět po Vás chci odvyprávět obrázek negativní budoucnosti pro Váš příběh života, který by se teoreticky mohl stát, ale vy doufáte, že se nestane.

R: No, tak raní mě mrtvice, budu nemohoucí a budu všem na vobtěž. To je tak celé, to je jednoduchý. To se nemusí rozvádět, to je to, čeho se bojí všichni.

H: Dobře.

R: To není zvláštnost žádná.

H: Dobře. Tak teď se dostáváme ke třetí části a to jsou vlivy na životní příběh, pozitivní a negativní.

LSI: 11. VLIVY NA ŽIVOTNÍ PŘÍBĚH

H: V životním příběhu každého člověka sehrálo mnoho lidí nějakou roli. Doposud jste ve Vašem vyprávění zmínila několik takových lidí. Někteří lidé hrají jen malou roli a jiní hrají významné role a mají na náš život důležitý vliv. Já bych se teď ráda dozvěděla více o lidech, kteří měli na Váš život ten největší vliv – tím myslím jak v negativním, tak i v pozitivním slova smyslu. Opět začneme pozitivním a pak přistoupíme k negativnímu. Když zavzpomínáte na svůj život, zkuste najít osobu nebo skupinu osob, či organizaci nebo instituci, která měla na Váš životní příběh ten nejsilnější pozitivní vliv? Popište, prosím, tuto osobu, osoby, skupiny nebo organizace a uveďte způsob nebo druh vlivu jaký na Váš život měl/a/i/y.

R: Tak určitě ta má přítelkyně, že jo. To už jsem tady povídala, to určitě bylo pozitivní, že i ten prostě vůbec ten ústav tam jako. Já jsem tam byla schovaná jako jak za pecí. No, tak to to určitě. Určitě teda rodiče, protože tatínek byl. Ale to teda ne úplně tak pozitivní, protože to byla silná osobnost, obdivuhodná osobnost, já jsem si ho vážila, zvlášť, když už jsem pak dospěla, tak jsem si ho vážila. To byl vyjímečnej, to ale bez nějakejch těch, to byl opravdu vyjímečnej člověk. Statečnej. A to je asi tak, von, to byl opravdu chlap – takovej, takovej no. A taková ta První republika, jo, taková ta, no. Pracovitej, úspěšnej, cílevědomej, já nevím. Ovšem byl tvrdej, že jo. Tatínek byl velmi tvrdej člověk, nicméně, myslim si, že já jsem byla jeho oblíbený dítě. A on vždycky říkal: „Teda si seš teda moje dcera, no.“ Což a bratr žárlil teda strašně na mě. To je fakt. Ale byl ke mně taky tvrdej, jo, i když jako je fakt, jako myslim, si, že vopravdu, my jsme, my jsme byli my jsme byly takový spřízněný duše, jo? Já jsem byla vlastně jeho, brácha byl úplně jinej, jo? Ale já jsem byla jako, né, nejsem jako zdaleka tak inteligentní, to jako nejsem ta osobnost silná, ale byl byla jsem jako ze stejného těsta jakoby.

H: A dokážete tedy popsat vliv, jaký na Vás měl, na Váš životní příběh celý?

R: No, myslím si negativní v tom, že von, voni mě považovali spíš jako nebo von, von byl patriarchální typ, jo. To je, to je, von měl pocit, že ženy se chráněj, že jo. On měl pocit, že ženy samy o sebe se nemůžou postarat, což teda takže mě vychovávali vlastně, já jsem měla bejt ta ženuška, že jo. Taková jako sice inteligentní a na úrovni, nicméně, že jo, no. Takže to je možná negativní, ale zase pozitivní je, že von byl tak tak cílevědomej, tak pracovitej, tak inteligentní. Mam teda inteligenci po něm určitou, že jo. A vlastně ten jeho celej životní příběh byl tak příkladnej a on byl natolik čestnej a příměj, takže do určitý míry já mam tydlety přístupy po něm, že jo. Takže to myslím, že jako je pozitivní, protože to lidi nakonec oceňovali pak. A to si myslím, že jsou zděděný nebo převzatý vlastnosti.

H: Hmm.

R: Taky se nikdy nevzdával, já se sice hroutim, ale taky se nevzdávám. On se nehroutil. Ale já si to vodbydu a potom se teda jako taky jsem se hned tak nevzdala nebo nevzdávám se. Ale to jsem s naučila víceméně, naučila jsem se, že vždycky ze všeho se lze vyhrabat.

H: Hmm.

R: No potom myslím, že to bylo takový vybavení do života. No tak ta přítelkyně, že jo. Kdo ještě? No to už jsem říkala celej ten ústav, to bylo jistě velmi pozitivní.

H: A dokážete popsat u toho ústavu, jaký vliv to mělo? Pozitivní vliv na Vaši osobnost?

R: No, já Vám řeknu já jsem byla jako dítě, ne já jsem, já jsem vyrostla na samotě, že jo. Já jsem kamarádila se psama. Přitom jako já jsem měla vychovatelku, ale já jsem vlastně byla úplně odříznutá vod vod dětí, že jo. Já jsem byla osamělý dítě, což já nevím naši no prost to to to. Voni mi dali to nejlepší, co mohli, já jim to nevyčítám. Já jsem opravdu žila z toho otce. Takže já jsem se nenaučila vůbec jako moc jednat s lidma. Je fakt, že když jsem měla přítele, tak jsem měla vopravdu jako. Já jsem nikdy neměla takovej ten široký okruh, jo. Já jsem vždycky měla jednu nebo dvě, ale ty jako zase byly kvalitní, že jo, a to. A potom když jsem jako přišla tady do toho ústavu, tak jsem vlastně přišla ještě úplně z jinýho prostředí a ta velmi těžko jsem se vlastně do toho. A to tam to je důležitý, protože v ženských odděleních, ale to. Ale posléze jsem se naučila s nima žít a naučilo mě to jednat s lidma, protože při tom denním styku se to člověk musel naučit. Řekla bych, že to byl první kolektiv, do kterýho já jsem přišla. Tak jako vop ono jako já jsem měla každý jsem měnila každý dva roky školu, protože byl byli já nevím někde blbnul, to bylo samý, že já jsem byla napřed na gymnáziu v jednotný škole, pak jsem no to prostě já jsem vod vod toho 45. jsem měnila asi

tříkrát – čtyřikrát školu. No to byl naprosto prostě, to je dítě, který postupně každý, jakmile si někde zvykne, tak jde pryč.

H: Hmm.

R: Zvyká si znovu, no tak. To já jsem neměla možnost prostě, no tak tam jsem, protože tam jsem byla jako dlouho, že jo, a naučila jsem se vopravdu tam jako komunikovat s lidma. A v podstatě jsem se tam i, jsem se tam, jsem si tam udělala i jako takovej rajonek, na který jsem spolupracovala a spolupracovala a řekla bych, že mě to tam nakonec jako, jsem měla, jsem si myslela, že jako se docela úctyhodně žívím.

H: Hmm.

R: Takže, myslím si, že to bylo pozitivní, no.

H: Dobře. Tak jo. Můžeme se tedy přesunout k tomu negativnímu tedy?

R: Negativní. Ale jako z jakýho hlediska, kdo?

H: Já Vám to zase přečtu, nebo jestli Vás k tomu pozitivnímu ještě něco napadá, nebo?

R: Nenene.

LSI: 12. VLIVY NA ŽIVOTNÍ PŘÍBĚH: NEGATIVNÍ

H: Když se zamyslíte ještě jednou nad Vaším životem, zkuste najít osobu nebo skupinu osob, či organizaci nebo instituci, která měla na Váš životní příběh ten nejsilnější negativní vliv? Popište, prosím, tuto osobu, osoby, skupiny nebo organizace a uveďte způsob nebo druh vlivu jaký na Váš život měl/a/i/y.

R: No komouši, no. Protože nám lámali, já Vám řeknu, co na mě mělo vliv. Po 80. to po 80. po teda 68. roce, že jo, , když přišli ty Rusáci, tak potom začla ta normalizace a voni udělali vobrovský čistky, že jo. (*obsazení sověty 1968 – kód 2*) (*normalizace 1968 - 1989 - kód 28*) Jenomže my jsme měli zase štěstí s tím s tím našim ředitelem, protože von jak byl slušnej, jo, tak celý ten ústav ho jako měl rád, voni ho chtěli jako vodvolat, že jo, protože se vodvolávali ještě jiný voni, my jsme se tenkrát za něj všichni postavili jako jeden muž, že jo. Protože von držel nás, my jsme drželi jeho. (*Pohled na morálku za komunistického režimu – kód 25*)

H: Hmm.

R: Takže von vlastně potom jako by jakto by přeživší todleto měl ohromnej kredit, že jo. Protože von se nezúčastnil tý, že jo, a voni ho chtěli vyhodit, že jo, on tam zůstal, a tak jak jako von v tom měl zase ohromnej možnost, že jo, si to tam dělat, jak chtěl, že jo, no. A voni jak s dělali potom tam, voni dělali tam potom samozřejmě čistky, protože samozřejmě, kdo se angažoval, že jo, v tom 68., (*obsazení sověty 1968 – kód 2*) tak musel odejít a bylo

to velice teda taky. Ale u nás to, myslím, díky tomudletomu řediteli, to u nás dopadlo velmi dobře. Ale co že jo, voni udělali všem, jo, tak se tam musela podepsat, já nevím, jestli jste to někdy slyšela, ale musela jste podepsat prohlášení, že souhlasíte se vstupem vojsk. Já nevím, jestli to. Ale to tak to byl to byl prostě list, oni Vás tam zavolali, tam jste teda podepsala, že souhlasíte se vstupem vojsk. To museli všichni, to šlo jako o zaměstnání. A já jsem já jsem nemohla. Já jsem nemohla. Já jsem vopravdu nemohla. **(vliv na zaměstnání v komunistickém režimu – kód 13)**

H: Hmm.

R: Jo? Teď byli vytipovaný lidi, který si nejprve zvali na pohovor a hučeli do nich, že se to musí podepsat. Já jsem říkala: „Já nemůžu. Nemůžu, jo?“ A tak to na tomletom byly hysterický scény, to nebyla já sama. No lámaly charaktery, ale to je strašný. To vopravdu bylo lámá, to to bylo hromadný lámání páteře. A já jsem vopravdu nevěděla, co mám dělat. **(Pohled na morálku za komunistického režimu – kód 25)** Teď mám, dceru jsem měla, že jo. Protože to, to jsem věděla, že se to nesmí dovolit, že jo. Tak jsem říkala, já můžu udělat jediné jediný: „Já budu úplný blb.“ jo? Normálně, a tak jsem říkala: „Víte, já já, řekněte mi, jak já to můžu posoudit, já já vůbec tý situaci nerozumím, víte. Já jsem, víte, já tady mám, že jo, tu rodinu. A já vlastně ani nevím, jak k tomu došlo. A víte, já mam pocit, že jako politiku mají dělat lidi jenom, který tomu rozuměj. A já prosím Vás, nechtějte to vode mě.“ A teď tam, von tam prostě úplně tuhnul. Já jsem, já jsem se tam kroutila, a tak von říkal: No, víte, paní Syrová, no vona je taková taková.“ Teď řekl něco jako „jednodušší“. Já jsem říkala: „No jo, víte...“ Ne, já Vám můžu říct, jedno, jo. Jako můj osobní život to nijak moc neovlivnilo. **(Funkce komunistického režimu v životě jedince – kód 38)** Tak já jsem potom měla v posudku: „neměla negativní vliv.“ Jo? To jsem si ještě našla ve svém kádrovým materiálu, který mám tady, jo. Tak, tak to bylo takový no ale podepsala jsem nepodepsala jsem, že s tím souhlasím.

H: Hmm. Dobře.

R: Ale, ale dalo to všem kolem práci. Teda.

H: To je něco.

R: No.

R: Tak se přesuneme k Životnímu tématu.

LSI: 13. ŽIVOTNÍ TÉMA

H: Zavzpomínejte, prosím, ještě jednou na Váš celý životní příběh, na všechny scénky a zážitky, o kterých jste mi vyprávěla, na Vaši vzdálenou minulost i očekávanou či

předpokládanou budoucnost. Existuje nějaké ústřední téma, centrální myšlenka nebo nějaké poselství, které Vás celý život provází? Zkuste rozpoznat a pojmenovat ústřední téma Vašeho životního příběhu.

R: Já jsem já jsem plnila povinnosti. Já jsem vždycky chtěla být slušnej člověk a chtěla jsem mít splněný povinnosti. Asi nic jinýho.

H: Hmm. A dokážete to nějak formulovat přímo jako životní téma?

R: Já nevim, já si myslím, že to je životní téma: Plnit jako, plnit životní povinnosti, o kterých já jsem přesvědčená, že Vás život postaví, že Vás někam postaví, no a pak umíte ho plnit, což já jsem neuměla, jo, já jsem neuměla dělat to, co jsem původně chtěla. A tak jsem si řekla, že prostě to bylo ztroskotání určitý, no ne zas tak, a já jsem si řekla, že prostě no dobře; já žiju tak když nemůžu jako vopravdu mít, řídit si ten svůj vlastní život, no tak dělám to nejlepší, co můžu v daný situaci, no. Prostě žiju tak, abych neublížila okolí a neublížila a prostě jsem plnila, posouvala, posouvala ten život dopředu, no to si myslím, že je. A víceméně jaká si vždycky říkám, že já chci být to jaksi přínosem pro své okolí. Pro své přátele a pro. A taky asi jsem. *(Funkce komunistického režimu v životě jedince – kód 38)*

H: Hmm.

R: Jsem chtěla dobře vychovat dceru, protože jsem ji chtěla postavit do života, je úspěšná, spokojená, dokonce jsem ji dostala z toho jejího maléru. Takže vona to přežila, nakonec to přežila velmi úspěšně.

H: Hmm.

R: To bylo hrozný, takže vona má teď, se vdala znovu, má, svojeho bejvalýho spolužáka si vzala, mají společnej ateliér architektonickej.

H: Hmm.

R: Vnučka tam zřejmě převezme firmu, no tak co, no tak. Jistě jsem se na tom, já jsem cílevědomě vychovávala dceru. Jako málo líší, myslím, cílevědomě vychovává dceru, Já jsem se opravdu vědomě snažila se naučit jednat s lidma. Ona je velmi inteligentní, nadaná byla, no. A tak já myslím, to je snad životní cíl, ne?

H: Hmm, já Vám děkuju. A teď se teda přesuneme k úplně poslední části, a to je Kulturní očekávání.

LSI: 14. KULTURNÍ OČEKÁVÁNÍ

H: Doposud jste mi vyprávěla o Vašem osobním životě a o vybraných okamžicích a událostech z Vašeho životního příběhu. Každý životní příběh se však odehrává v nějaké kultuře či sociálním prostředí. A v každé společnosti existují určitá očekávání toho, jak by

se člověk měl chovat. Od dětí se například očekává, že budou poslouchat své rodiče, od dospívajících zas, že se budou vzdělávat a že budou pomáhat svým rodičům atd. Jaká sociální očekávání se týkají chování lidí Vašeho věku: jak by se lidé Vašeho věku měli chovat nebo čeho by ve svém životě měli dosáhnout?

R: Ve věku. Já myslím, že se chovají tak, jako se chovali celý život, že jo. Tak já stejně, já myslím, že celý život Vás učí na to, že už asi moc neměníte svoje postoje, no tak, co já si přeju. Já si přeju, abych mohla přispět k tomu, abych všude, kam přídu, a byla určitej přínos, že jo. Já ráda vnáším do okolí klid, já se nerada hádám, já. No, prosí, já umím vybouchnout, a potom mam vyřídilku, jo. Ale to se mi stane málokdy, ale pak se rozpálím do běla, jo. A to dokážu říct zcela každému, jo. To už potom teda funkce nefunkce, osobnost neosobnost. To teda pak řeknu, co si myslím. Ale jako, to se mi nestává moc častu a krotím se, ale jinak já prostě, já si myslím, že život je tak složitěj, že lidi na sebe mají bejt příjemný a starý lidi naopak by měli, by se neměli hádat a měli by využívat ten klid, kterej mají, a ty možnosti, že jo, protože starej člověk může mít, nemá ty stresy, co mají, že jo, ty. Tak naopak já myslím, že teda jsou dost často hádaví a mrzutý lidi, a neměli by starý lidi, protože voni mají i možnost bejt vyrovnaný a šířit kolem sebe takovou tu vlastě tu tu hloubku životní, že jo. A takovej ten ten vyrovnaněj jako životní názor, že jo. A měli by trochu, ne, hlásat ne, by to člověk měl, měl by to šířit chováním a celým takovou osobností, že jo. To si myslím, že je důležitý. No, pomůžu každému, kdo chce. Poradím každému, kdo chce. Pokud má zájem. Většinou zájem nemá. Ale kdybyste měl jako, tak bych se asi snažila každému nějak pomoci a. Pokud by to bylo v mojich silách, který jsou omezený, samozřejmě. A měl by bejt člověk vděčnej za to, co dostal. Já jsem hluboce vděčná za to, co jsem dostala. Vdycky říkám každému: „Já jsem hluboce vděčná za všechno, za tenhle byt jsem vděčná.“ Ne to je vopravdu jeden z. Když si vezmu, kde jsme bydleli, to byl 105 metrů velkej byt. Jsme z toho byli úplně zoufalí. A my jsme sem včas vycouvali, jo. Tak toť je asi všechno.

H: A jestli teda, teď, když jste mi takhle odpověděla, tak se Vás ještě zeptám. Jestli existují nějaká zvláštní očekávání toho, jak by se lidé Vašeho věku měli chovat k mladším lidem.

R: No, jistěže s porozuměním, ale to je těžký. Jak už jsem Vám řekla, jako já můžu rozumět Vaším pohnutkám. Teda já asi můžu vědět, jaký Vy můžete mít asi pohnutky, ale ty reakce já nevim. Samozřejmě jsem zatížená různějma předsudkama, že jo. Já celkem mam samozřejmě já mam některý negativní negativní, zdají se mi některý věci negativní, ovšem držím pusku, že jo. Ale zdají se mi některý věci prostě nerozumný, který dělají mladý lidi, no ale máme jim to vykládat?

H: Hmm.

R: Třeba já nesnáším nemanželský svazky, že jo. To nesnáším, že jo. Ale mam to někomu říkat?

H: Hmm.

R: Vzala byste to, kdybych Vám říkala

H: To už je zas druhá strana.

R: No, takže a když už vím předem, že by to ten člověk nebral, anebo nenajdu formu, jak bych to vysvětlila, i když jsem o tom hluboce přesvědčená, že to je špatně, protože. Takhle. Já bych řekla – mladý lidi, to dycky, když já někomu radím nebo říkám: „Víš, já vím, že to nerad slyšíš, ale já mam proti Tobě jednu velkou výhodu. To, co jsi Ty zažíváš teď, jsem já už zažila, ale ty nevíš, jak dojdeš k tomu, co zažívám já. A měl by sis to uvědomit, protože já znám ty konce, že jo.“ Voni znají ty začátky. Já znám ty konce, to jednání, ale to je nepřenosný a já si nemyslím, že by byly zkušenosti přenosný. Nejsou.

H: Hmm. Dobře. A teď ještě. Dokážete nějak popsat, jakou roli mají staří lidé v dnešní společnosti? Když myslíte na Vaše rodiče a prarodiče ve Vašem věku, měli stejnou společenskou roli, jakou máte dnes Vy? Nebo se tato role změnila? Například, když se podíváme na posledních 40 let, jak se změnila role žen ve společnosti.

R: No tak to určitě, já mám ovšem hříšnou myšlenku, jestli je to dobře, jo.

H: Hmm.

R: Ale změnila se velmi.

H: Ta role.

R: Myslím si, že tato společnost. Takhle, že si ženy samy, samy podotýkám. Nebo ne samy, byly k tomu dotlačeny. Myslím si, že ženy samy nějak jako si dovolily vzít tu přednost mateřství. Ženy si nechaly vzít tu hodnotu toho mateřství, což teda je ale, prosím společnost to taky jako nepři nepřiznává. Ale je to jedno z největších tragédií týdletý společnosti, že to mateřství samo o sobě není hodnocený tak, jak by bejt mělo. A ta úloha, že je tak strašně důležitá bere se absolutně jako něco obtížného. To vobtížný. To, takže to si myslím, že naše moje matka teda samozřejmě měla možnost nás vychovat a vopravdu měla možnost se nám věnovat. A vona měla možnost si to mateřství prožít, že jo. V tomhle si myslím, že je to že to je jako negativní.

H: Hmm.

R: Pozitivní je to, že já oproti matce jsem finančně nezávislá, jo. Což je veliká věc, jo. Protože jakmile ženy začaly bejt finančně nezávislý, tak to jim absolutně změnilo život, že jo. jenomže to úzce souvisí s tím mateřstvím, že jo. Ale to není vina ani tak, je to tak napůl,

jo. Prostě ženy si to nechaly, se do toho natlačit, že jo. A ta společnost zase si vůbec neuvědomuje, co dělá. To, to, to bych Vám řekla, že je největší rozpor vůbec. Jinak samozřejmě moje maminka byla velmi inteligentní, i když byla ten mateřskej typ a byla i – když se ty její, jako bych řekla, já jsem v daleko lepších hmotných podmínkách, než byla ona, že jo. Ale já jsem vždycky vobdivovala, že vona byla vždycky prostě bohatá paní a a pak zas nebyla velmi jako chudá a to, a že to vůbec jako že to vůbec na ni, vono se to na ni vůbec nepodepsalo a vona vlastně měla svůj život. Vona měla kulturní zázemí, byla sečtělá, vona byla jaksi prostě ne, myslím si, že se jí to tak nijak vnitřně hluboko nedotklo, že jsme žili celkem jako no. Takže já si nemyslím, cíte já si nemyslím, že vono je to takový plus a minus. Nemyslím si, že jsem na tom tak jako, v něčem líp samozřejmě, ale v něčem jsem na to byla hůř, no.

H: A když byste teda měla odpovědět, jestli se ta role změnila nějak?

R: No změnila, jsem Vám to řekla.

H: Změnila.

R: Já jsem prostě samostatná žena, který se umí, která má finančně nezávislá, ale měla jsem, že jo. No tak já jsem taky vychovávala celou, to se tenkrát vychovávaly děti ještě líp než dneska, no. A mám daleko větší možnost seberealizace, což matka neměla. Ale ona zase měla ten klid, a to zázemí tý matky a ženy, že jo. Což taky není k zahzení, podotýkám, jo.

H: Dobře. Hmm. Tak jo.

R: Tak, tím jsme skončili.

H: Já Vám velice děkuji za náš rozhovor.

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE:

Jméno a příjmení autora/ky: Anna Nováková

Studijní program: NMgr. Psychologie

Název práce: Totalitní režim v životech seniorů

Vedoucí práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská

Rok dokončení práce: 2019

Počty znaků hlavního textu práce (včetně literatury, bez příloh)

Přímé citace: 9 350

Ostatní text: 104 089

Celkový počet znaků: 113 439

Názvy souborů umístěných na doprovodném CD

Text práce ve formátu PDF: novakova_totalitni_rezim_v_zivotech_senioru

Text práce ve formátu DOC nebo DOCx:

novakova_totalitni_rezim_v_zivotech_senioru

Další soubory: x

**Posudek vedoucího/ópenenta bakalářské/diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Anna Nováková
Obor studia: Psychologie
Název práce: Totalitní režim v životech seniorů
Vedoucí/ópenent²-práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská

Technické parametry práce:

Přímé citace: 9 350

Ostatní text: 104 089

Celkový počet znaků: 113 439

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, rozčlenění
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			
--	---	--	--	--

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:

Je něco, co vás při analýze rozhovorů překvapilo?

Co považujete za nejvýraznější negativní psychologický jev dané doby?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Teoretická část práce se věnuje problematice stáří, reminiscence a vybraným otázkám psychologie komunismu. Teorie využívá dostatečný objem odborné literatury, i když kapitoly o psychologii stáří by určitě snesly podrobnější zpracování. Praktickou část tvoří tematická analýza 88 life story rozhovorů se seniory, které byly sbírány v rámci projektu GA 17-02634 S. Autorka zvládla analýzu velkého objemu dat zdařile, analýza je provedena pečlivě a metodicky správně, přináší cenná zjištění, která budou podkladem pro další analýzy a pravděpodobně i publikace.

Doporučení k obhajobě: doporučuji/nedoporučuji*

Navrhovaná klasifikace: výborný až velmi dobrý, dle obhajoby

Datum, podpis:

29.08.2019



**Posudek vedoucího/opponenta bakalářské/diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Anna Nováková
Obor studia: Psychologie
Název práce: Totalitní režim v životech seniorů
Vedoucí/oponent* práce: Mgr. et Mgr. Michal Slaninka, Ph.D.

Technické parametry práce:

Přímé citace: 9 350
Ostatní text: 104 089
Celkový počet znaků: 113 439

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Výběr tématu

Závažnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Oborová příslušnost 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			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění 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				
---	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	x			
--	---	--	--	--

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Návaznosť kapitol a subkapitol

	X			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použiteľnosť výsledkov v praxi

	X	X		
--	---	---	--	--

Vhodnosť prezentácie záverů práce (publikácie, referáty, apod.)

	X			
--	---	--	--	--

Otázky a námety k diskusi při obhajobě:

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Bc. Anna Nováková sa v práci venuje totalitnému režimu v životoch seniorov. Oceňujem, že autorka v teoretickej časti uviedla problematiku tzv. postkomunistického syndrómu. Obohacujúcim čítaním pre mňa boli pasáže o reminiscenčnej terapii, zvlášť ma potešilo vyzdvihnutie netechnického prístupu v tejto terapii. Oceňujem, že autorka v rámci prílohy ukázala spôsob kódovania v tematickej analýze, ktorú použila. Taktiež diskusiu považujem za kvalitne vypracovanú. Celkovo pôsobí práca veľmi prehľadne. K práci mám niekoľko pripomienok. Vo výskumnej časti práce by som privítal polozenie výskumnej otázky, detailnejší popis výberu respondentov. V úcte k výsledkom a výpovediam respondentov, a k rešpektovaniu toho, že komunistický režim bol totalitný a boli v ňom páchané zločiny, naladenie autorky a tým aj práce vzhľadom na režim mi príde od počiatku práce (hneď v Úvode) negatívne (napriek tomu, že sa vo výpovediach vyskytujú i pozitívne príklady). Preto by bolo zaujímavé poznať predporozumenie autorky k tejto téme. Výsledky sú pomerne rýchlo interpretované negatívnym pocitom (str. 33). Taktiež nie je zrejmé, či "Následný vliv zatvrzení vůči všem politickým stranám jasně vyplývá" (str. 35) je autorkinou interpretáciou, alebo vyplýva z tvrdení respondentov. Prácu odporúčam k obhajobe s výsledkom výborne – veľmi dobre, podľa výsledku obhajoby.

Doporučení k obhajobě: doporučuji/nedoporučuji*

Navrhovaná klasifikace: 1-2

Datum, podpis: 29.8.2019



* nehodící se, škrtněte