FUTURE HUMAN SOCIETY CONFERENCES II
Odolnost člověka a společnosti: Výzvy, přístupy, řešení 2026
2026

FUTURE HUMAN SOCIETY CONFERENCES II. Odolnost člověka a společnosti: Výzvy, přístupy, řešení 2026

Recenzovaný sborník příspěvků z mezinárodní vědecké konference konané v Praze, 21. dubna 2026

Praha 2026

Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti, zahraniční pobočka Praha
Katolická univerzita v Ružomberku, Teologická fakulta, Teologický inštitút
ve Spišském Podhradí
Uczelnia Nauk Społecznych v Lodži
Uniwersytet Andrzeja Frycza Modrzewskiego v Krakově
Interregional Academy of Personnel Management v Kyjevě

FUTURE HUMAN SOCIETY CONFERENCES II.
Odolnost člověka a společnosti: Výzvy, přístupy, řešení 2026

Recenzovaný sborník příspěvků z mezinárodní vědecké konference
konané v Praze,
26. dubna 2026

Praha 2026

FUTURE HUMAN SOCIETY CONFERENCES II. Odolnost člověka a společnosti: Výzvy, přístupy, řešení 2026. [zborník - vedecký] : Recenzovaný zborník príspevkov z medzinárodnej vedeckej konferencie konanej v Prahe, 21. dubna 2026 / Budayová, Zuzana [Zostavovateľ, editor, 50%] ; Šimek, Václav [Zostavovateľ, editor, 25%] ; Gajdošová, Eva [Recenzent] ; Duda, Małgorzta [Recenzent] ; Neuman , Denisa [Recenzent]. – 1. vyd. – Praha: Eastern University of Management and Education Inc. 2026. 347 s. ISBN 978-80-909857-2-8.

Editori doc. PhDr. Mgr. Zuzana Budayová, PhD.
prof. u. PaedDr. PhDr. Václav Šimek, PhD., DBA., D.Ed.

Recenzenti: prof. PhDr. Eva Gajdošová, PhD., MBA
dr hab. Małgorzta Duda, prof. UJPII.
Mgr. Denisa Newman, PhD.

Vědecký výbor konference:
prof. u. dr. Michał Wacławik MBA, Ed. D
prof. dr.hab. Sławomir M. Mazur
prof. Irina Klimkova PhD. Ed. D.
doc. ThDr. Peter Majda, PhD.
doc. PhDr. Mgr. Zuzana Budayová, PhD., M. Ed.
doc. Mgr. Lucia Ludvigh Cintulová, PhD., univ. prof.
doc. PhDr. Ing. Lýdia Lešková, PhD., m. prof.
prof. u. PaedDr. PhDr. Václav Šimek, PhD., DBA., D.Ed.
prof. u. dr hab. Oleksander Sotula
doc. PhDr. Anna Árpová, PhD., MBA, MPH
dr hab. Katarzyna Wojtanowicz
dr Piotr Domżał, MBA
dr Agnieszka Szpak, MBA
PhDr. Mgr. Ing. Markéta Šimková, Ed. D., LL.M.
PhDr. Mgr. Soňa Šrobárová, PhD., MBA., Ed.D.
PhDr. Mgr. Anna Poljaková

Organizačný výbor konference:
doc. PhDr. Mgr. Zuzana Budayová, PhD., M.Ed.
prof. u. PaedDr. PhDr. Václav Šimek, PhD., DBA., D.Ed.
PhDr. Mgr. Ing. Markéta Šimková, Ed.D., LL.M.
PhDr. David Mazák, Ed.D., MBA
PhDr. Mgr. Michal Krajčírovič, LL.M, MPA
PhDr. Mgr. Anna Poljaková
Mgr. Zbigniew Filip
Mgr. Zbigniew Wilk
Mgr. Lucjan Żółtek - Björn
Mgr. Adam Styczen

Vydavatelství: Eastern University of Management and Education Inc.
2026 / počet stran: 347 s. / [31,5 AH]
ISBN 978-80-909857-2-8

Sborník neprošel odbornou jazykovou korekcí. Autoři příspěvků v plném rozsahu odpovídají za obsah a původnost svých příspěvků, jazykovou korekturu, techniku a etiku citování.

Obsah

VŠÍMAVOSŤ VO VZŤAHU K RIZIKOVÉMU SPRÁVANIU ADOLESCENTOV 10
Anna Árpová

ŠKOLSKÁ ZAČLENENOSŤ A SOCIÁLNO-EMOCIONÁLNE ZDRAVIE ŽIAKOV SO ŠPECIÁLNYMI VÝCHOVNO-VZDELÁVACÍMI POTREBAMI 18
Laura Árpová

Nikola Petrová

ROLE PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ V PREVENCI MEZISKUPINOVÝCH KONFLIKTŮ: GENERAČNÍ A KULTURNÍ PERSPEKTIVY 26
Tomáš Beníček

Leoš Moravec

NEUROPSYCHOLOGICKÉ A PSYCHOSOCIÁLNÍ ASPEKTY VYUŽITÍ MUZIKOTERAPIE U SENIORŮ S ALZHEIMEROVOU CHOROBOU 36
Marie Beníčková

Eva Hegarová

INTERNETOVÁ ZÁVISLOSŤ V KONTEXTE MARGINALIZOVANÝCH RÓMSKYCH KOMUNÍT: PSYCHOSOCIÁLNE ASPEKTY A DIGITÁLNA PRIEPASŤ 41
Zuzana Budayová

ETICKÉ VÝZVY V KONTEXTE UMELEJ INTELIGENCIE V SOCIÁLNEJ PRÁCI 57
Eva Dirgová

Nikola Vajdová

THE POLISH GOLD MARKET AND THE WAR IN UKRAINE 65
Zbigniew Filip

Zuzana Budayová

PEDAGOGICKÁ DIAGNOSTIKA JAKO NÁSTROJ ROZVOJE ODOLNOSTI ŽÁKŮ V PEDAGOGICKÉ PRAXI.....79
Petra Gazdová

Alena Žofčinová

HARDSHIP OF FAMILY-BASED CARE 92
Hilda Gönczöl Tóthová

MENTÁLNÍ PŘÍPRAVA ROZHODČÍCH V KARATE: JAK PSYCHOLOGICKÁ PŘÍPRAVA OVLIVŇUJE VÝKON ROZHODČÍCH A SPRAVEDLNOST HODNOCENÍ 105
David Havlík

Jiří Mulač

ARTETERAPIE V SOCIÁLNÍ PRÁCI ANEB CESTA K PSYCHICKÉ STABILITĚ DĚTÍ Z OHROŽENÝCH RODIN 120
Eva Hegarová

Marie Beníčková

PILOTNÁ ŠTÚDIA SOCIÁLNYCH KOMPETENCIÍ A ČŔT TEMNEJ TRIÁDY OSOBNOSTI ADOLESCENTOV 125
Ondrej Hronský

НАВЧАННЯ ІНКЛЮЗИВНИХ СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ 133
Климкова Ірина (Iryna Klimkova)

SYNERGIA PSYCHOSOCIÁLNEJ PODPORY A EFEKTÍVNEJ KOMUNIKÁCIE AKO DETERMINANT ODOLNOSTI V PROSTREDÍ BEZPEČNOSTNÝCH ZBOROV 138
Ernest Kováč

ETICKÉ ROZHODOVANIE A KRITICKÉ MYSLENIE V SOCIÁLNOPRÁVNEJ OCHRANE DETÍ 151
Lýdia Lešková

Katarína Mičková

SOCIOPSYCHOLOGICAL EFFECTS OF AI AS THE MAIN SOURCE OF MENTAL SUPPORT AMONG ADOLESCENTS 157
Michal Matějka

Albert Oláh

Agnieszka Szpak

NÁBOŽENSKÉ OBJEKTY Z POHLEDU MANAGEMENTU BEZPEČNOSTI MĚKKÝCH CÍLŮ 168
David Mazák

Markéta Šimková

MOŽNOSTI VYUŽITÍ VIRTUÁLNÍ REALITY V TERAPII 177
Eva Mazáková

David Mazák

ROLE PEDAGOGICKÉHO PRACOVNÍKA V PROCESU ROZVOJE PSYCHICKÉ ODOLNOSTI DĚTÍ V PODMÍNKÁCH INSTITUCIONÁLNÍ PÉČE 184
Leoš Moravec

Tomáš Beníček

ЦИФРОВИЙ КОД КУЛЬТУРИ: ІНТЕРНЕТ-МЕМИ ЯК ІНСТРУМЕНТ ФОРМУВАННЯ СОЦІОКУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ 191
Nadiia Morhunova

INTERDISCIPLINÁRNÍ POTENCIÁL BOJOVÝCH SPORTŮ PŘI POSILOVÁNÍ INDIVIDUÁLNÍ A SOCIÁLNÍ ODOLNOSTI RIZIKOVÝCH SKUPIN 196
Jiří Mulač

David Havlík

THE ROLE OF EMOTIONS IN THE PEDAGOGICAL PROCESS IN THE CONTEXT OF CONTEMPORARY EDUCATIONAL CHANGE 206
Albert Oláh

STRATEGIC FRAMEWORK FOR MITIGATING RISKS OF AI USE IN EDUCATION 214
Natalia Opryshko

ODPORNOŚĆ SYSTEMOWA SPOŁECZEŃSTWA W WARUNKACH KRYZYSÓW: ROLA INSTYTUCJI ZDROWIA I WSPARCIA SPOŁECZNEGO W BUDOWANIU BEZPIECZEŃSTWA SPOŁECZNEGO 220
Adam Panuś

Adam Styczeń

Zuzana Budayová

SENIORI AKO ZRANITEĽNÁ SKUPINA – ANALÝZA BEZPEČNOSTNÝCH HROZIEB V SÚVISLOSTI S PODVODMI A PREVENTÍVNE OPATRENIA 228
Anna Poljaková

ТРЕНІНГОВІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ДІЛОВОГО СПІЛКУВАННЯ СТУДЕНТІВ-ЕКОНОМІСТІВ 234
Stanislava Prykhodko

Inha Semenenko

USPOŘÁDÁNÍ UČIVA INTEGRACÍ JAKO PŘÍSPĚVEK K PREVENCI RIZIK ŠKOLNÍHO NEÚSPĚCHU A VZDĚLÁVACÍ ZRANITELNOSTI 239
Alena Rakoušová

CELOŽIVOTNÁ PREVALENCIA UŽÍVANIA PSYCHOAKTÍVNYCH LÁTOK U ŠTUDENTOV STREDNÝCH ŠKÔL V SLOVENSKEJ REPUBLIKE 245
Erich Schlesinger

Václav Šimek

TECHNOLOGICKÉ ZÁVISLOSTI ADOLESCENTŮ A FUNGOVÁNÍ RODINY: KVALITATIVNÍ VÝZKUM V RODINÁCH KARLOVARSKÉHO KRAJE 267
Jakub Šimek

ZOSTUZOVÁNÍ V DIGITÁLNÍM VĚKU JAKO PEDAGOGICKO-PSYCHOLOGICKÝ A SOCIÁLNÍ PROBLÉM 280
Václav Šimek

Marek Vochozka

VÝKONNÝ MANAŽER JAKO SYSTÉM ČTYŘ PILÍŘŮ DLOUHODOBÉ EFEKTIVITY 289
Markéta Šimková

Piotr Domżał

VLIV SPÁNKOVÝCH STRATEGIÍ NA BUDOVÁNÍ RANÉ RESILIENCE 296
Aneta Štěpánková

Václav Šimek

MULTIDISCIPLINARY CRISIS INTERVENTION IN PRESUICIDAL CLIENTS: A QUALITATIVE INSIGHT 307
Soňa Šrobárová

USING ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN CHARITY WORK 319
Zbigniew Wilk

Zuzana Budayová

PREVENCE ŠIKANY V ADOLESCENCI JAKO PILÍŘ PSYCHOSOCIÁLNÍ ODOLNOSTI JEDINCE A ŠKOLY 330
Alena Žofčinová

Petra Gazdová

WDRAŻANIE STANDARDÓW OCHRONY MAŁOLETNICH PRZED KRZYWDZENIEM JAKO INSTRUMENT OPERACJONALIZACJI ZASADY DOBRA DZIECKA W SYSTEMIE POMOCY SPOŁECZNEJ I OŚWIATY. ANALIZA NA PRZYKŁADZIE INSTYTUCJI W NOWYM TARGU, NOWEJ BIAŁEJ I SZAFLARACH 338
Lucjan Żółtek

Zuzana Budayová

Předmluva

Medzinárodná vedecká konferencia FUTURE HUMAN SOCIETY CONFERENCES II. – Odolnosť človeka a společnosti: Výzvy, přístupy, řešení 2026, konaná dňa 21. apríla 2026 v Prahe, predstavuje významné odborné fórum zamerané na aktuálne otázky odolnosti jednotlivca i spoločnosti v dynamicky sa meniacom svete. V čase narastajúcich sociálnych, technologických a bezpečnostných výziev nadobúda problematika reziliencie čoraz väčší význam naprieč viacerými vednými disciplínami.

Cieľom konferencie je vytvoriť priestor pre interdisciplinárny dialóg odborníkov z oblasti psychológie, pedagogiky, sociálnej práce, bezpečnostných vied, manažmentu či ďalších príbuzných odborov. Program reflektuje široké spektrum tém – od vplyvu digitalizácie a umelej inteligencie na psychiku človeka, cez otázky sociálnej inklúzie, vzdelávania a etiky, až po praktické prístupy k posilňovaniu individuálnej a kolektívnej odolnosti v rôznych prostrediach.

Osobitná pozornosť je venovaná zraniteľným skupinám, akými sú deti, adolescenti, seniori či marginalizované komunity, ako aj profesionálom pôsobiacim v náročných podmienkach. Príspevky zároveň poukazujú na význam prevencie, včasnej intervencie a inovatívnych nástrojov – vrátane využitia moderných technológií – pri budovaní odolnej spoločnosti.

Konferencia zdôrazňuje potrebu prepájania teoretických poznatkov s praktickými skúsenosťami a podporuje výmenu príkladov dobrej praxe na národnej i medzinárodnej úrovni. Veríme, že prezentované príspevky a diskusie prispejú k hlbšiemu porozumeniu skúmanej problematiky a stanú sa inšpiráciou pre ďalší výskum aj aplikáciu v praxi.

Súčasťou odborného programu budú aj panelové diskusie a tematické sekcie zamerané na aktuálne spoločenské fenomény, akými sú kybernetická bezpečnosť, krízová komunikácia, duševné zdravie mladých ľudí či adaptácia spoločnosti na globálne zmeny. Dôležitým aspektom konferencie je podpora medzinárodnej spolupráce medzi akademickými pracoviskami, výskumnými inštitúciami a odborníkmi z praxe. Účastníci budú mať možnosť prezentovať výsledky svojho výskumu, diskutovať o nových metodologických prístupoch a nadväzovať profesionálne kontakty s cieľom rozvíjať ďalšie spoločné projekty.

Poďakovanie patrí všetkým organizátorom, prednášajúcim a účastníkom konferencie za ich odborný prínos a aktívnu účasť.

Za organizačný tím

doc. PhDr. Mgr. Zuzana Budayová, PhD., M.Ed.

Přivítání účastníků a otevření mezinárodní vědecké konference

FUTURE HUMAN SOCIETY CONFERENCES II. Odolnost člověka a společnosti: Výzvy, přístupy, řešení 2026

Ladies and Gentlemen, Distinguished Guests, Dear Colleagues,

On behalf of the University of Social Sciences and Security I would like to extend a warm welcome to all attendees and thank you for the invitation. It is my honor and pleasure to welcome you to this second conference on the future of the social sciences. Today's gathering brings together distinguished representatives of the academic community, experts, and practitioners whose achievements and experience constitute a significant contribution to the development of this field. The modern world is undergoing intense and multifaceted transformations. Technological progress, globalization, transformations in social structures, and economic and political challenges require in-depth reflection and responsible analysis. In this context, the social sciences play a fundamental role—they provide tools not only for describing and interpreting reality, but also for formulating recommendations and solutions that address the needs of contemporary societies.

This second conference serves as a forum for the exchange of ideas, views, and research findings. It is a space conducive to substantive dialogue, the exchange of perspectives, and the development of new research directions. I am convinced that the interdisciplinary nature of our meeting will contribute to a deeper reflection on the future of the social sciences and their role in shaping social order.

Social work occupies a special place within the social sciences, serving as one of the key pillars of support for individuals and communities facing crises. Its significance extends beyond immediate assistance—it encompasses efforts to promote social integration, strengthen social capital, and combat exclusion. In the face of growing inequalities and new societal challenges, the role of social work is becoming increasingly vital, requiring both high professional competence and deep social sensitivity.

No less important is the issue of leadership, which takes on particular significance in the context of the social sciences. Responsible and conscious leadership is essential for shaping public policies, managing institutions, and initiating positive social change. Contemporary challenges require leaders capable of making decisions under conditions of uncertainty, open to dialogue, and sensitive to the diversity of perspectives and social needs.

This conference serves as a forum for the exchange of ideas, views, and research findings. It provides a space conducive to substantive dialogue, the exchange of perspectives, and the development of new research directions. I am convinced that the interdisciplinary nature of our meeting will contribute to a deeper reflection on the future of the social sciences and their role in shaping social order.

I would like to express my appreciation to the organizers and partners of this event for their commitment and contribution to the preparation of the conference. I extend special thanks to the speakers and all participants, whose presence and active engagement define the significance and value of this gathering.

prof. u. Dr. Michał Wacławik MBA, PhD, Ed.D

VŠÍMAVOSŤ VO VZŤAHU K RIZIKOVÉMU SPRÁVANIU ADOLESCENTOV

MINDFULNESS IN RELATION TO ADOLESCENT RISK BEHAVIOR

Anna Árpová
doc. PhDr., PhD., MBA. MPH
ORCID: https://orcid.org/0009-0009-7798-390X
Inštitút misijnej a charitatívnej práce a tropického zdravotníctva sv. Jána Pavla II., Bratislava
Vysoká škola zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety. n. o., Bratislava
Pod brehmi 4/A, 841 03 Bratislava - Polianky
anna.arpova@vssvalzbety.sk

Abstrakt: Cieľom štúdie je preukázanie vzťahu medzi všímavosťou ako dispozičnou charakteristikou, ktorá je súčasťou životnej orientácie jedinca so značným vplyvom na minimalizovanie sociálno-patologických javov a správaním dnešných adolescentov. Motívom pre výber témy je narastajúci počet mladých ľudí inklinujúcich k rizikovému správaniu, ktoré má nežiadúci vplyv na zdravie a formovanie pozitívnych sociálnych návykov.

Kľúčové slová: Adolescencia. Dispozičná všímavosť. Rizikové správanie. Sociálna práca. Zdvorilá nevšímavosť.

Abstract: The aim of the study is to demonstrate the relationship between mindfulness as a dispositional characteristic, which is part of the life orientation of the only so significantly impact on the minimization of socio-pathological phenomena and the behavior of today's adolescents. The motivation for selecting this topic lies in the increasing number of young people inclined toward risk behavior, which has an undesirable impact on health and the development of positive social habits.

Key words: Adolescence. Dispositional mindfulness. Polite inattention. Risk behavior. Social work.

Úvod

Adolescencia predstavuje významné vývinové obdobie, počas ktorého dochádza k intenzívnym biologickým, psychologickým a sociálnym zmenám. Mladí ľudia v tomto období formujú svoju identitu, hodnotový systém a sociálne vzťahy, pričom sú zároveň vystavení zvýšenému tlaku okolia a potrebe experimentovania. Práve tieto faktory môžu prispievať k zvýšenej náchylnosti k rizikovému správaniu, akými sú napríklad užívanie návykových látok, agresívne prejavy, sebapoškodzovanie či iné formy sociálno-patologických javov. Rizikové správanie pritom predstavuje závažný problém nielen z hľadiska individuálneho zdravia adolescenta, ale aj z pohľadu širšieho spoločenského kontextu.

V súčasnosti sa do popredia záujmu dostávajú ochranné faktory, ktoré môžu prispievať k redukcii rizikového správania a podpore zdravého psychosociálneho vývinu mladých ľudí. Jedným z takýchto faktorov je všímavosť (mindfulness), ktorá je chápaná ako schopnosť vedome zameriavať pozornosť na prítomný okamih bez hodnotenia. Všímavosť ako dispozičná charakteristika, ale aj ako rozvíjateľná zručnosť, môže významne ovplyvňovať spôsob, akým adolescenti vnímajú svoje prežívanie, regulujú emócie a reagujú na záťažové situácie.

Predpokladá sa, že vyššia miera všímavosti môže viesť k lepšej sebaregulácii, zníženiu impulzivity a zvýšenej schopnosti zvládať stres, čo následne znižuje pravdepodobnosť zapájania sa do rizikového správania. Z tohto dôvodu sa všímavosť stáva predmetom

odborného záujmu nielen v oblasti psychológie, ale aj v pedagogike a sociálnej práci, kde nachádza uplatnenie ako súčasť preventívnych a intervenčných programov.
Cieľom tohto príspevku je poukázať na význam všímavosti vo vzťahu k rizikovému správaniu adolescentov a analyzovať jej potenciál ako ochranného faktora v procese podpory zdravého vývinu mladých ľudí.

Metodológia
Pre analýzu nami zvoleného sociálneho javu sme zvolili kvantitatívne orientovanú metodológiu, ktorá podľa Gurkovej (2019) začína vedeckou teóriou, pokračuje vytváraním hypotéz, ich testovaním a interpretáciou výskumných zistení. Podľa odborníčky končí zverejnením, v ideálnom prípade aj využívaním a implementáciou výskumných zistení v praxi.

Cieľ výskumu
Hlavným cieľom príspevku označujeme preukázanie vzťahu medzi všímavosťou ako dispozičnou charakteristikou, ktorá je súčasťou životnej orientácie jedinca so značným vplyvom na minimalizovanie sociálno-patologických javov a správaním dnešných adolescentov.

Výskumná vzorka
Definovaním cieľa výskumu sme určili subjekty, na ktoré sa má výskum vzťahovať, a na ktoré sa majú zovšeobecniť výskumné zistenia. Ide o takú množinu prípadov, ktorú nie sme schopní samotným výskumom obsiahnuť.
Je zrejmé, že skúmanie v rozsahu základného súboru (všetci mladí ľudia vo vývinovom období adolescencie v SR) nie je z praktického hľadiska možné. Rozhodli sme sa podľa vzoru Vondroušovej (2019) zostaviť menší výberový súbor, ktorý je tvorený vybranými osobami zo základného súboru tak, že sú práve ony pre základný súbor reprezentatívnymi. Matulay (2020) však dodáva, že pri zachovaní reprezentatívnosti a zovšeobecniteľnosti sa budú výsledné výskumné zistenia vzťahovať aj na celý základný súbor. Zjednodušene, skúmanou populáciou sú tí jedinci, ktorí boli zo základného súboru vybraní náhodným výberom k vyplneniu dotazníka.
Celkovo sme oslovili 130 žiakov 2. stupňa ZŠ v Bratislave, pričom do spracovania sme zaradili len správne vyplnené dotazníky 119 žiakov. Takýmto výberom sme zabezpečili 91,53 % návratnosť, čo je podľa Gavoru a kol. (2010) pomerne vysoké číslo a predurčuje úspešnosť výskumu pri dopytovaní ako hlavnom meracom nástroji.

Nástroj výskumu
Ako nástroj výskumu bol použitý dotazník. Pri konštrukcii dotazníka sme vychádzali z teoretickej analýzy. Snažili sme sa identifikovať a zohľadniť všetky fakty potrebné pre vyslovenie hodnotných záverov, súčasne, aby bol dotazník použiteľný aj v budúcnosti. Dotazník sme postavili na 14 dotazoch, rozdelených do tematických okruhov, ktoré sme usporiadali do jedného celku.
Hypotézy, indikátory a výskumné otázky výskumu
H0 Predpokladáme existenciu signifikantného rozdielu medzi všímavosťou a rizikovým správaním adolescentov.

- **nezávislá premenná**: rizikové správanie adolescentov
- **podindikátory nezávislej premennej**: rizikové správanie adolescentov;
- **závislá premenná**: všímavosť;
- **podindikátory závislej premennej**: reálna miera všímavosti (vnímanie) vyjadrená každodennou realitou (budovanie zdravých sociálnych vzťahov; minimalizovanie sociálno-patologických javov; budovanie sebadôvery, schopnosť rozhodovať sa a zdravotné ťažkosti.

Pomocné pracovné hypotézy:
H1 Čím je u adolescentov nižšia miera všímavosti voči svojmu okoliu, tým je u nich problematickejšie vytváranie a aj udržiavanie zdravých sociálnych (medziľudských) vzťahov.
H2 Čím je u adolescentov vyššia miera všímavosti voči svojmu okoliu, tým je u nich nižšia prítomnosť rizikového správania (sociálno-patologických javov).
H3 Existuje pozitívny vzťah medzi mierou všímavosti u adolescentov a ich schopnosťou sebarozvoja a sebapoznania?
H4 Čím je u adolescentov nižšia miera všímavosti voči svojmu okoliu, tým je u nich väčšia možnosť vzniku zdravotných ťažkostí.
V kontexte ďalších súvislostí, sme zostavili tieto 2 VO:
VO_1 Existujú rozdiely v miere online rizikového (závislostného) správania adolescentov v období pred používaním sociálnych sieti a dnes?
VO_2 Považujete oznámenie kompetentným o konaní konkrétnej formy patológie za osobné zlyhanie alebo za vhodný spôsob eliminácie sociálno-patologických javov medzi mladými ľuďmi ?

Interpretácia výsledkov výskumu
V interpretácii výsledkov nášho výskumu podľa vzoru Vojtíška (2012) využívame hladinu štatistickej významnosti, ktorú pre sociálne vedy determinujú hraničné hodnoty intervalu od 1, 00 % až do 5, 00 %.

Testovanie hypotéz
H1 Čím je u adolescentov nižšia miera všímavosti voči svojmu okoliu, tým je u nich problematickejšie vytváranie a aj udržiavanie zdravých sociálnych (medziľudských) vzťahov.

Tabuľka 1 Všímavosť ku vzťahu k sociálnym vzťahom

	nie		skôr nie		skôr áno		áno	
H1	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%
sú všímaví	2	28,57%	5	41,67%	46	70,77%	24	68,57%
nie sú všímaví	5	71,43%	7	58,33%	19	29,23%	11	31,43%
spolu	7	100,00%	12	100,00%	65	100,00%	35	100,00%

H_1 sme overovali pomocou dotazníkových položiek č. 03 a č. 05. Spracovanie v programe SPSS prinieslo pre jednotlivé kontingenčné koeficienty, vyjadrujúce mieru vzťahu medzi dvoma štatistickými znakmi, hodnoty: **Chi-Square = 8, 07; df = 3; p = 0, 0446 a Cramer's V = 0, 2604.**
Vo vzťahu k dispozičnej všímavosti adolescentov sme v komponente kvalita sociálnych vzťahov preukázali hraničné štatistické zistenia na hladine $p \leq 4, 46$ %. H_1 sa testom v SPSS potvrdila.
H2 Čím je u adolescentov vyššia miera všímavosti voči svojmu okoliu, tým je u nich nižšia prítomnosť rizikového správania (sociálno-patologických javov).

Tabuľka 2 Všímavosť ku vzťahu k rizikovému správaniu

	nie		skôr nie		skôr áno		áno	
H2	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%
sú všímaví	5	27,78%	11	36,67%	31	79,49%	30	93,75%

nie sú všímaví	13	72,22%	19	63,33%	8	20,51%	2	6,25%
spolu	18	100,00 %	30	100,00 %	39	100,00 %	32	100,00 %

H_2 sme overovali pomocou dotazníkových položiek č. 03 a č. 06. Spracovanie v programe SPSS prinieslo v tomto teste hodnoty: **Chi-Square = 36, 63; d = 3; p = 0,0001 a Cramer's V = 0, 5548.**
Vo vzťahu k dispozičnej všímavosti adolescentov sme v komponente rizikové správanie preukázali významné štatistické zistenia na hladine $p \leq 0,01$ %. H_2 sa testom v SPSS potvrdila. Tvrdenie, že čím je u adolescentov vyššia miera všímavosti voči svojmu okoliu, tým je u nich aj vyššia schopnosť sebapoznania a sebarozvoja je obsahom matice č. 3.
H3 Existuje pozitívny vzťah medzi mierou všímavosti u adolescentov a ich schopnosťou sebarozvoja a sebapoznania?

Tabuľka 3 Všímavosť ku vzťahu k sebapoznaniu a sebarozvoju

	nie		skôr nie		skôr áno		áno	
H3	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%
sú všímaví	6	42,86%	11	42,31%	36	81,82%	24	68,57%
nie sú všímaví	8	57,14%	15	57,69%	8	18,18%	11	31,43%
spolu	14	100,00%	26	100,00%	44	100,00%	35	100,00%

H_3 sme overovali pomocou dotazníkových položiek č. 03 a č. 11. Spracovanie v programe SPSS prinieslo pri preukazovaní miery vzťahu medzi dvoma štatistickými znakmi hodnoty: **Chi-Square = 14, 51; df = 3; p = 0,0023 a Cramer's V = 0, 3492.**
Vo vzťahu k dispozičnej všímavosti adolescentov sme v komponente schopnosť sebapoznanie a sebarozvoj preukázali významné štatistické zistenia na hladine $p \leq 0,23$ %. H_3 sa testom v SPSS potvrdila.
H4 Čím je u adolescentov nižšia miera všímavosti voči svojmu okoliu, tým je u nich väčšia možnosť vzniku zdravotných ťažkostí.

Tabuľka 4 Všímavosť ku vzťahu k zdravotným ťažkostiam

	nie		skôr nie		skôr áno		áno	
H4	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%
sú všímaví	2	22,22%	6	33,33%	38	77,55%	31	72,09%
nie sú všímaví	7	77,78%	12	66,67%	11	22,45%	12	27,91%
spolu	9	100,00%	18	100,00%	49	100,00%	43	100,00%

H_4 sme overovali pomocou dotazníkových položiek č. 03 a č. 12. Spracovanie v programe SPSS prinieslo v tomto teste hodnoty: **Chi-Square = 19, 44; df = 3; p = 0,0002 a Cramer's V = 0, 4042.**
Vo vzťahu k dispozičnej všímavosti adolescentov sme v komponente zdravie preukázali významné štatistické zistenia na hladine $p \leq 0, 02$ %. H_4 sa testom v SPSS potvrdila.

Diskusia
Kým hranice toho, čo je pre dnešnú spoločnosť nežiadúce a rizikové sa stále posúvajú smerom nahor, vek jedincov, ktorí sa rizikovo správajú, sa naopak, posúva stále nižšie. Prítomnosť

rizikového správania u dospievajúcej mládeže nie je v dnešnej spoločnosti nič nové. To, čo je však nové, sú formy správania ohrozujúceho zdravie, ako aj podmienky ich vzniku a rozvoja. Každodenný stav dokazuje, že vzniknuté situácie odkryli viaceré, dlhodobo neriešené celospoločenské problémy a systémové nedostatky, medzi ktoré patrí aj nárast a nové formy sociálnej patológie u detí a mládeže.

Aj Holdoš a kol. (2021) vo svojej výskumnej správe u adolescentov zistili, že z celkového počtu (N 1 423) si pri otázke, či sa k nim niekto za posledný rok správal zraňujúcim alebo nedôstojným spôsobom, až 49 respondentov zvolilo odpoveď „radšej nechcem povedať“ a 215 odpoveď „neviem“.

A preto sme sa VO_1 respondentov pýtali, či podľa nich existujú rozdiely v miere online rizikového (závislostného) správania adolescentov pred používaním sociálnych sieti a dnes.

Z čiastkových výsledkov vyplýva, že 53 respondenti (44, 54 %) zaznamenali nárast rizikového správania najmä online formou (cez mobilný telefón, internet, počítač); 7 respondenti (5, 88 %) neuviedli nič; 39 respondenti (32, 77 %) nepocítili vo svojom okolí žiadnu zmenu a 20 respondenti (16, 80 %) vedia o nežiadúcom správaní, ale kým sa ich to bytostne netýka, nezaujímajú sa o to.

V teoretickej analýze sme sa bližšie venovali východiskovým pojmom a ďalším súvislostiam z nich vyplývajúcich. Nakoľko sme zvolili značne rozsiahly sociálny jav, ktorý nemá len jedno riešenie, naše výskumné predpoklady sme podporili realizovanými výskumnými štúdiami. Pomocou nich sme zostavili hypotézy, ktorými sme sa snažili splniť cieľ výskumu.

Z výsledných výskumných zistení konštatujeme, že všetky 4 testované hypotézy programom SPSS sú štatisticky významné na hladine $p \leq 5, 00$ %, ktorá je limitom v sociálnych vedách. Bačíková s Janovskou vysvetľujú, že s 95, 00 % pravdepodobnosťou nejde v takomto prípade len o náhodu. (2018).

To znamená, že sme preukázali platnosť všeobecného tvrdenia H_0, čím sme splnili aj výskumný cieľ.

Spracovanie zvolenej problematiky sme vzhľadom na jej rozsah striktne determinovali pracovnými hypotézami. Avšak zaujímalo nás, či si respondenti vôbec uvedomujú závažnosť nežiadúceho správania a ako v takejto stresovej situácii reagujú. Či sú natoľko uvedomelí, že vedia rozlíšiť, čo je ešte akceptovateľné a čo už hraničí so spoločensky žiadúcim a očakávaným správaním.

Respondentov sme sa VO_2 priamo opýtali, či považujú svoje prípadné oznámenie kompetentným o konaní konkrétnej formy patológie za osobné zlyhanie alebo za vhodný spôsob eliminácie sociálno-patologických javov medzi mladými ľuďmi. 67 respondentov (56, 30 %) považuje oznámenie za správne riešenie; 39 respondentov (32, 77 %) zvolilo možnosť odpovede neviem a 13 (10, 92 %) za osobné zlyhanie.

Zároveň konštatujeme, že VO_2 koreluje s pracovnou hypotézou H_3. Znamená to, že čím sú dnešní mladí ľudia všímavejší, tým je u nich vyššia miera sebarozvoja a uvedomenia.

Vychádzajúc z vyššie uvedeného je zrejmé, že zvolená téma záverečnej práce je vysoko aktuálna, a bezpochyby, v kontexte formovania zdravých jedincov, a tým i zdravej spoločnosti si vyžaduje našu pozornosť.

Limity výskumu

Na záver výskumnej práce sme do niekoľkých bodov zaradili aj limity výskumnej práce. Tie stručne zachytávajú faktory, ktoré ovplyvnili naše výskumné zistenia a stručne približujú to, čo sme chceli skúmaním docieliť ale z rôznych, objektívnych príčin sa nám to nepodarilo.

1. homogénnosť vzorky respondentov – oslovili sme žiakov 2. stupňa ZŠ v Bratislave. Ako uvádza Gavora a kol. (2010, s. 25) *„subjekty s homogénnejšími vlastnosťami produkujú nižšiu reliabilitu ako vzorka ktorej vlastnosti sú menej homogénne.“*

Domnievame sa, že oslovením žiakov napríklad na 8 ročných gymnáziách, ktorí by medzi sebou boli z hľadiska indikátorov porovnateľné, by mohol byť tento limit odstránený a rozšírili by sa aj možnosti ďalšieho výskumu v tejto alebo v príbuznej oblasti.

2. reprezentatívnosť vzorky respondentov – výberový súbor tvorili adolescenti z mesta, pričom sa domnievame, že adolescenti z vidieka, alebo iného mesta z podľa regionálneho členenia, by mohli obohatiť výskumné zistenia o ďalšie skutočnosti alebo preferencie napríklad v kontexte prežívania voľného času.

Využitie väčšej a menej homogénnej vzorky respondentov by za istých podmienok mohlo priniesť vyššiu mieru reliabilitu a validitu výsledku. (Gavora a kol., 2010).

3. použitie neštandardizovaného dotazníka - podľa Bačíkovej s Janovskou (2018) je dotazník najpoužívanejšou metódou výskumu, avšak vzhľadom na vek našich respondentov bol pre nás aj limitujúcim faktorom. Naši respondenti sa nachádzajú vo veku v ktorom nie sú vždy ochotní spolupracovať, a preto sme museli pristúpiť k ich motivácií a to tým, že vypĺňali dotazník miesto hodiny etickej výchovy a triednickej hodiny. Pri jeho vypĺňaní sme boli nápomocní. Napriek tomu sa nám niektoré dotazníky vrátili nevyplnené.

Špecifickosť témy tiež vylúčila napríklad použitie zmenšenej verzie Dotazníka všímavosti a prijatia pre deti a dospievajúcich.

4. téma a rozsah spracovania – za istý limit považujeme samotný názov práce, ktorý si v kontexte svojej opodstatnenosti vyžaduje nielen hlbšie preniknúť do problematiky, pochopiť súvislosti ale čiastkové oblasti aj podrobnejšie analyzovať.

Prínosy výskumu

Hlavný prínos výskumu vidíme v splnení nami zadefinovaného cieľa práce, ktorým bolo preukázanie vzťahu medzi všímavosťou ako osobnostnou charakteristikou, ktorá je súčasťou životnej orientácie jedinca so značným vplyvom na minimalizovanie sociálno-patologických javov a správaním dnešných adolescentov.

Identifikovali sme všímavosť, ktorá je často vnímaná len ako psychologická kategória, v kontexte sociálnych kategórií dospievajúceho jedinca.

V rozsahu teoretickej analýzy sme upriamili pozornosť na praktické postavenie sociálnej práce v systéme vied a jej úlohám. Praktickým prínosom sú odporúčania do možnej každodennej praxe rodiča, pedagóga a iných subjektov participujúcich na prevencii sociálno-patologických javov u dospievajúcej mládeže ako aj pre samotných adolescentov.

Odporúčania pre prax

V kontexte pozitívnych účinkov konceptu všímavosti, ktoré sme v našej práci uviedli, navrhujeme, aby sa do vzdelávacieho procesu všetkých žiakov zaradil aj koncept všímavosti ako súčasť rannej komunity, etickej a občianskej náuky.

Rovnako tak navrhujeme, aby koncept všímavosti využívali nielen učitelia pri práci so žiakmi, ale všetci, ktorí sa podieľajú na vytváraní pozitívnej školskej klímy a aktívne participujú na prevencii sociálno-patologických javov.

Patria sem nielen školské kluby, mimoškolské aktivity, športové kluby, ale aj subjekty ako polícia, lekári, korí formou besied, prednášok, krátkodobých a dlhodobých preventívnych programov upriamujú pozornosť na kvalitu života a nežiadúce, ba až fatálne dôsledky nežiadúceho rizikového správania.

Medzi takéto prevenčné programy patria Zippyho kamaráti, Druhý krok, Duševné zdravie/ zdravý životný štýl, Spolu to zvládneme ľahšie, Práca s triedou, Triednická hodina trochu inak, Nechce sa mi učiť – ako sa učiť efektívne. (CPPPaP Ružomberok, 2022).

Tieto programy najčastejšie realizujú Centrá pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie a po dohode s konkrétnou školou.

Domnievame sa, že aplikáciou láskavosti a súcitu do školského prostredia sa prenesú vhodné podmienky nielen do vyučovacieho procesu, ale budú aj zrkadlom samotného sociálno-emocionálneho vývinu adolescentov.
Sme si vedomí skutočnosti, že koncept všímavosti je v našich končinách pomerne novým pojmom, za ktorým, veľa rodičov ani nevie, čo sa skrýva. Avšak ak apelujeme na inteligenciu, emočnú stránku detí, nemali by sme opomínať ani ich dispozičnú charakteristiku, ktorá rozvíja celú ich osobnosť.
Aj keď, ako uvádza Stehlíková (In Fujdalová, 2017), všímavosť deťom nezaručí, že ich v živote nikdy nič nepríjemné nestretne. Naučí ich ale čeliť negatívnym situáciám a skúsenosťami života ako zdolávať každodenné prekážky a záťaž, ktoré ich počas dospievania stretnú.
Možno najjednoduchším odporúčaním je primárna prevencia v rodine aplikovaním schopnosti sústredenia a uvedomenia, že je správne všímať si svoje blízke okolie, byť nápomocný, keď si to situácia vyžaduje a nehanbiť sa preukázať ochotu pomôcť tomu druhému. Je na nás, rodičoch, aby sme deti naučili, že je správne opýtať sa, či niekto nepotrebuje pomoc, pomôcť a všímať si svoje blízke okolie. Pre deti sme ako rodičia vzorom, a preto im musíme ukázať ako ním neprechádzať len so sklonenou hlavou, ale ho aktívne utvárať.

Záver

Cieľom príspevku bolo preukázať vzťah medzi všímavosťou ako osobnostnou charakteristikou, ktorá je súčasťou životnej orientácie jedinca so značným vplyvom na minimalizovanie sociálno-patologických javov a správaním u vybranej skupiny adolescentov.
Pri analyzovaní rizikového správania, ktoré tak ako má svoj zdroj, má aj svoj spôsob riešenia, sme vychádzali z rozširujúceho a kumulujúceho sa rizikového správania adolescentov s nežiadúcim vplyvom na kvalitu ich života, a aj zo správania, ktoré síce predstavuje riziko, ale vedie k pozitívnym dôsledkom v kontexte kvality života dospievajúceho jedinca.
Výskumnými zisteniami sme dospeli k záverom, že aj keď je všímavosť v dnešnej spoločnosti často bagatelizovaná, jej praktické využitie v každodennom živote mladého človeka vedie k žiadúcej autenticite a sebapoznaniu, a tým aj k upriameniu pozornosti okolitý svet a uvedomení si potreby byť prítomný v danom okamihu. Rovnako môže pozitívne vplývať na vybrané determinanty komplexu kvality života ako aj na eliminovanie vzniku a rozvoja sociálno-patologických javov. Súčasne sme v kontexte rozsiahlosti pojmu rizikového správania ako východiskového pojmu preukázali potrebu medziodborového prístupu pri prevencii, a aj riešení dôsledkov rizikového správania.
Kvantitatívna analýza údajov získaných od respondentov dopytovaním priniesla štatisticky významné, no skôr čiastkové zistenia v zmysle stanoveného cieľa, ktoré dávajú priestor pre ďalšie skúmania.

Zoznam použitej literatúry

BAČÍKOVÁ, M. – JANOVSKÁ, A. 2018. *Základy metodológie pedagogicko-psychologického výskumu. Sprievodca pre študentov učiteľstva*. Košice: UPJŠ, Šafárik Press, 2018. 154 s. ISBN 978-80-8152-695-4.
CPPPaP Ružomberok. *Preventívne aktivity ZŠ.* [online]. 29.08. 2021. [citované 2022-10-01]. Dostupné na internete: <https://www.ppprk.sk/ponuka/preventivne-aktivity-zs/>.
FUJDALOVÁ, J. 2017. *Mindfulness v českých školách: jak přispíva všímavá výchová k lepším výsledkům dětí ve škole i mimo ní*?. [online]. [citované 2022-06-01]. Dostupné na internete: <http://www.spiritualplanet.cz/mindfulness-v-ceskych-skolach-jak-prispiva-vsimava-vychova-k-lepsim-vysledkum-deti-ve-skole-i-mimo-ni/>.
GAVORA, P. a kol. 2010. *Elektronická učebnica pedagogického výskumu*. [online]. Bratislava: Univerzita Komenského, 2010. [citované 2022-11-03]. Dostupné na internete: <http://www.e-metodologia.fedu.uniba.sk/index.php/autori/zoznam.php>.

GURKOVÁ, E. 2019. *Praktický úvod do metodologie výzkumu v ošetřovatelství*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2019. 97 s. ISBN 978-80-244-5627-0.
HOLDOŠ, J. a kol. 2021. *Prežívanie a správanie detí a mládeže na Slovensku počas pandémie. (výskumná správa).* Bratislava: MPSVaR SR, 2021. 203 s.
MATULAY, S. 2020. *Kompendium metodológie sociologických výskumov*. Sládkovičovo: Vysoká škola Danubius, Fakulta sociálnych štúdií, 2020. 86 s. ISBN 978-80-8167-078-7.
VOJTÍŠEK, P. 2012. *Výzkumné metody. Metody a techniky výzkumu a jejich aplikace v absolventských pracích vyšších odborných škol*. Praha: Vyšší odborná škola sociálně právní, 2012. 54 s. ISBN 978-80-905109-3-7.

ŠKOLSKÁ ZAČLENENOSŤ A SOCIÁLNO-EMOCIONÁLNE ZDRAVIE ŽIAKOV SO ŠPECIÁLNYMI VÝCHOVNO-VZDELÁVACÍMI POTREBAMI

SCHOOL BELONGING AND SOCIAL-EMOTIONAL HEALTH AMONG STUDENTS WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

Laura Árpová
Mgr. MBA
Paneurópska vysoká škola Bratislava
Fakulta psychológie
Tomašiková 20, 821 02 Bratislava
laura.arpova@paneurouni.com

Nikola Petrová
Paneurópska vysoká škola Bratislava
Fakulta psychológie
Tomašiková 20, 821 02 Bratislava
xpezrova@paneurouni.com

Abstrakt: Primárnym cieľom príspevku je preukázať, aká je úroveň školskej začlenenosti a sociálno-emocionálneho zdravia u žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami. Sekundárnym bolo zistiť súvislosť medzi školskou začlenenosťou a sociálno-emocionálnym zdravím u žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami. Na hodnotenie pocitu začlenenia sme použili Škálu školskej začlenenosti (Arslan & Duru, 2016). Na meranie sociálno-emocionálneho zdravia sme použili Dotazník sociálno-emocionálneho zdravia (Social Emotional Health Survey – Secondary , SEHS-S, Furlong et al., 2014). Na základe výsledkov sa ukázalo, že žiaci so ŠVVP dosahujú skôr priemernú úroveň školskej začlenenosti, pričom väčšina z nich nepociťuje výrazné sociálne vylúčenie. V oblasti sociálno-emocionálneho zdravia sa ukázala celkovo priemerná úroveň, pričom silnejšie zastúpené domén boli v oblasti sebadôvery, dôvery v iných a emočných kompetencií. Štatistická analýza poukázala na pozitívne súvislosti medzi školskou začlenenosťou a vybranými doménami sociálno-emocionálneho zdravia, najmä v doménach dôvery v iných, životná zaangažovanosť a kovitalita, pričom tieto vzťahy dosahovali strednú silu a boli štatisticky významné. Naopak, medzi doménou emočných kompetencií a školskou začlenenosťou sa významný vzťah nepreukázal.

Kľúčové slová: školská začlenenosť, sociálno-emocionálne zdravie, inklúzia, špeciálne výchovno-vzdelávacie potreby

Abstract: The primary objective of this paper is to demonstrate the level of school inclusion and social-emotional well-being among students with special educational needs. The secondary objective was to identify the relationship between school inclusion and social-emotional health among students with special educational needs. To assess the sense of inclusion, we used the School Inclusion Scale (Arslan & Duru, 2016). To measure social-emotional health, we used the Social Emotional Health Survey – Secondary (SEHS-S, Furlong et al., 2014). The results showed that students with SEN achieve a rather average level of school inclusion, with most of them not experiencing significant social exclusion. In the area of social-emotional health, an overall average level was observed, with stronger domains in self-confidence, trust in others, and emotional competencies. Statistical analysis revealed positive correlations between school inclusion and selected domains of social-emotional health, particularly in the domains of trust

in others, life engagement, and vitality, with these relationships being of moderate strength and statistically significant. Conversely, no significant relationship was found between the domain of emotional competencies and school inclusion.

Key words: school belonging, social-emotional health, inclusion, special educational needs

Úvod

Škola je súčasťou našich životov a pre mnoho rodičov je dôležité, aby sa ich deti vzdelávali medzi kolektívom, kde sa cítia byť súčasťou. Školu nepovažujeme len za budovu školy, ale za miesto, kde sa cítime ako doma. Škola by mala byť pre žiaka prostredím, kde bez obáv môže vyjadriť svoje pocity a názory. Všetky pocity spolupatričnosti a bezpečia tvoria základ pre inkluzívnu školu. Inklúzia vychádza z presvedčenia, že každé dieťa má právo prežívať radosť, slobodu, úspech a aktívne sa zúčastňovať spoločenského života. Cieľom inklúzie nie je eliminovať prekážky dieťaťa, s ktorými sa stretáva, ale podporiť ho, aby sa učilo žiť zmysluplný a dôstojný život. Zelina (2012) zdôrazňuje, že zjednocovanie a potláčanie rozdielov nie je primárnym cieľom inklúzie. Naopak, tvrdí, že cieľom je rešpektovanie jedinečnosti každého žiaka či skupiny ako celku. Na tento pohľad nadväzuje aj autorka Goodenow (1993), ktorá poukazuje na to, že školská začlenenosť zahŕňa pocit podpory a prijatia v rámci vzťahov medzi spolužiakmi a učiteľmi. Podľa autorky je podpora zo strany učiteľa jedným z najvýznamnejších faktorov, ktoré ovplyvňujú začlenenie žiaka. Osterman (2000) dopĺňa, že potreba začlenenia žiaka je základnou psychologickou potrebou. Neoddeliteľnou podmienkou spoločnosti je dobrý zdravotný stav, ktorý efektívne ovplyvňuje fungovanie a osobný rozvoj jedinca (Křivohlavý, 2009). Jednotlivec si však svoje osobné či sociálne zdravie nezvykne všímať ako samotnú hodnotu, keďže ich považuje za prirodzenú súčasť svojho života. Jeho hodnota spravidla nadobúda až vtedy, keď dôjde k narušeniu rovnováhy a objavia sa prejavy zhoršenia zdravotného stavu (Kozoň, 2014). Podľa autorov Furlong et al. (2014), ktorí sa zaoberajú konkrétne sociálno-emocionálnym zdravím, ide o viacrozmerný systém osobnostných charakteristík, ktorý možno posudzovať pomocou kovitality. Jeho koncept vychádzajúci z pozitívnej psychológie, zahŕňa široké spektrum sociálnych a emocionálnych schopností spolu s psychologickými charakteristikami, ktoré podporujú priaznivý vývin mládeže. Jeho model zahŕňa štyri domény, ktoré sa prejavujú pomocou viacerých indikátorov:
Sebadôvera – zahŕňa vytrvalosť, sebaúčinnosť a sebauvedomenie;
Dôvera v iných – vnímaná podpora zo strany školy, rovesníkov a rodiny;
Emočné kompetencie – schopnosť porozumieť emóciám, regulovať vlastné emócie a sebaovládanie;
Životná zaangažovanosť – schopnosť prežívať vďačnosť, nadšenie a optimizmus.
V každej škole môžeme nájsť skupinu žiakov, ktorí dlhodobo zápasia s nadobúdaním nových vedomostí, schopností a zručností. Do tejto populácie zaraďujeme žiakov so špeciálnymi potrebami (ŠVVP), ktorí tvoria neoddeliteľnú súčasť školského spoločenstva. Títo žiaci sú znevýhodnení z rôznych dôvodov v porovnaní s intaktnou populáciou (Seidler & Kurincová, 2005).

Ciele výskumu

Primárnym cieľom je zistiť, aká je úroveň školskej začlenenosti a jej subškál (sociálne vylúčenie, sociálne prijatie) a sociálno-emocionálneho zdravia a jeho domén (sebadôvera, dôvera v iných, emočné kompetencie, životná zaangažovanosť) u žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami.
Sekundárnym cieľom je zistiť súvislosti medzi školskou začlenenosťou a jej subškálami a sociálno-emocionálnym zdravím a jeho doménami u žiakov so ŠVVP.

Výskumné otázky a hypotézy

VO1: Aká je úroveň školskej začlenenosti celkovo a v jej jednotlivých subškálach (sociálne vylúčenie a sociálne prijatie) u žiakov so ŠVVP?

VO2: Aká je úroveň sociálno-emocionálneho zdravia celkovo a v jednotlivých jeho doménach (sebadôvera, dôvera v iných, emočné kompetencie, životná zaangažovanosť) u žiakov so ŠVVP?

VO3: Existuje vzťah medzi subškálami školskej začlenenosti (sociálne vylúčenie a sociálne prijatie) a doménami dotazníka sociálno-emocionálneho zdravia (sebadôvera , dôvera v iných, emočné kompetencie, životná zaangažovanosť)?

VO4: Existuje vzťah medzi celkovou školskou začlenenosťou a celkovým sociálno-emocionálnym zdravím?

Metodológia

Výskum má kvantitatívny, exploračný a korelačný charakter.

Výskumná vzorka

Do výskumu sa zapojilo 75 žiakov základných a stredných škôl. Vek participantov sa pohyboval od 11 do 21 rokov. Priemerný vek participantov bol (M = 15.27 ; SD = 2.28). Súbor tvorilo 41 mužov (54.7 %) a 34 žien (45.3 %). Najväčšiu časť participantov tvorili mimoriadne nadaní žiaci (N = 35) 46,7 % a naopak najmenšiu vzorku tvorili žiaci s narušenou komunikačnou schopnosťou (N = 2) 2.7 %. Participanti boli do výskumu zvolení zámerným spôsobom výberu. Medzi inklúzne kritériá patrilo zaradenie žiaka do základnej alebo strednej školy, vek v rozmedzí 11 až 21 rokov a prítomnosť špeciálnych výchovno-vzdelávacích potrieb. Ďalším inklúznym kritériom bola ochota participovať na výskume a schopnosť vyplniť dotazník v tlačenej papierovej forme. Exklúzne kritériá zahŕňali neúplne alebo chybne vyplnené dotazníky, vek mimo stanoveného rozsahu a absenciu špeciálnych výchovno-vzdelávacích potrieb. Zároveň boli z analýz vylúčené kategórie s nízkym počtom participantov, konkrétne žiaci s CHZO (N = 5) a žiaci s narušenou komunikačnou schopnosťou (N = 2), pričom tieto skupiny boli ponechané iba v rámci deskriptívnej časti.

Nástroje výskumu

Škála školskej začlenenosti (Arslan & Duru, 2016)

Škála školskej začlenenosti (School Belonging Scale) bola vytvorená autormi Arslan a Duru (2016). Tento nástroj slúži na meranie miery, do akej žiaci pociťujú prijatie, podporu a pocit spolupatričnosti v školskom prostredí. Táto škála obsahuje 10 položiek, ku ktorej prislúchajú dve subškály – sociálne vylúčenie a sociálne prijatie. Každá z týchto subškál obsahovala v dotazníku 5 položiek, kde participanti odpovedali na štvorstupňovej Likertovej škále – takmer nikdy, niekedy, často a takmer vždy. Hodnotu koeficientu Cronbachovej alfy v jednotlivých subškálach v tomto výskume môžeme považovať za dobrú až výbornú úroveň vnútornej konzistencie meracieho nástroja (α = .700 - .800). Pri porovnaní s výsledkami autoriek Dvorská a Lišková (2023) možno konštatovať, že úroveň vnútornej konzistencie je porovnateľná (α = .745). Ich zistenia taktiež poukazujú na dobrú spoľahlivosť nástroja, čo podporuje jeho vhodnosť pre použitie vo výskume so žiakmi. V zahraničnom výskume Arslan & Duru (2017) mala Škála školskej začlenenosti veľmi dobrú vnútornú konzistenciu (α = 0.86).

Social Emotional Health Survey – Secondary (SEHS-S, Furlong et al., 2014)

Dotazník slúži na meranie sociálno-emocionálneho zdravia. Táto verzia dotazníka vychádza z pozitívnej psychológie a obsahuje 36 položiek. Participanti jednotlivé položky hodnotia na štvorstupňovej Likertovej škále. Číslom 1 sa vyznačuje úplná nepravda a číslo 4 vyjadruje úplný súhlas s daným výrokom. Tento model mentálneho zdravia charakterizuje sociálno-

emocionálne zdravie u žiakov a študentov základných, stredných a vysokých škôl. Dotazník meria štyri domény (sebadôvera, dôvera v iných, emočné kompetencie a životná zaangažovanosť), kde každá obsahuje tri indikátory. Tieto indikátory vyúsťujú do celkového konštruktu s názvom kovitalita (Furlong et al., 2014). V dotazníku od Furlonga et al., (2014) sa potvrdila vysoká reliabilita a vnútorná konzistencia Cronbachovej alfy dosiahla hodnotu α = 0.92. Autorky Roľková a Jačková (2020) uviedli, že v dotazníku vnútorná konzistencia sociálno-emocionálneho zdravia dosiahla uspokojivé hodnoty a vzhľadom k tomu namerali (α = 0.65 - α = 0.87). Takisto potvrdili uspokojivé hodnoty aj autorky Roľková a Blesáková (2023), ktoré uviedli, že Cronbachova alfa dosiahla hodnoty (α = 0.68 - α = 0.90) okrem emočných komepetencií, ktoré dosiahli α = 0.64. V našom výskume sa hodnoty alfa pohybujú od dostatočnej po výbornú vnútornú konzistenciu. To naznačuje, že dotazník spoľahlivo zachytáva skúmané domény sociálno-emocionálneho zdravia, pričom niektoré domény majú iba mierne nad prahom dostačujúcej spoľahlivosti, zatiaľ čo ostatné vykazujú vysokú vnútornú konzistenciu (α = .619 - α = .819).

Procedúra a analýza dát

Na zber dát sme použili sebavýpoveďové dotazníkové metódy. Dáta vo forme hrubých skóre boli použité ako vstupné dáta na štatistické spracovanie, na zodpovedanie výskumných otázok a overovanie výskumných hypotéz. Dáta boli spracovávané v štatistickom programe SPSS 31. V rámci univariačnej analýzy boli vypočítané hodnoty ako priemer, štandardná odchýlka, medián, medzikvartilové rozpätie (IQR), koeficient šikmosti a špicatosti, teoretické a empirické minimum a maximum. Reliabilita v oboch dotazníkoch bola meraná pomocou Cronbachovho koeficientu vnútornej konzistencie. Hodnoty dát znázorňujeme v tabuľkách. Na zistenie sily vzťahov medzi premennými sme použili Spearmanov korelačný koeficient.

Interpretácia výsledkov výskumu

Priemerná hodnota školskej začlenenosti dosiahla (M = 30.88) pričom medián (Mdn = 31). Tieto hodnoty naznačujú, že participanti dosahovali strednú úroveň celkovej školskej začlenenosti na hranici s vysokou úrovňou. V rámci subškály školskej začlenenosti bolo zistené, že priemerná hodnota sociálneho prijatia je (M = 14.41) s mediánom (Mdn = 15) čo naznačuje, že participanti dosiahli opäť strednú úroveň hraničnú s vysokou úrovňou a vo všeobecnosti vnímajú svoje prijatie v školskom prostredí pozitívne a dosahujú pomerne vysokú mieru prijatia. Naopak pri subškále sociálneho vylúčenia bola hodnota priemeru (M = 8.50) a mediánu (Mdn = 8). Keďže nižšie skóre v tejto subškále poukazuje na nižší pocit vylúčenia, výsledky preukázali aj jej nízku úroveň, čo ale naznačuje, že časť participantov môže pociťovať určitú mieru vylúčenia zo školského kolektívu. Pocity nepatričnosti alebo vylúčenia zo školského kolektívu sa vyskytovali len zriedkavo. Na druhej strane sa ukázalo. že participanti nepociťujú dostatočne blízke a úprimné vzťahy so spolužiakmi alebo učiteľmi.

Tabuľka 1 *Deskriptívna štatistika školskej začlenenosti*

Premenná	M	SD	Mdn	IQR	Šikmosť	Špicatosť	Min T / E	Max T / E
Sociálne vylúčenie	8.50	2.79	8.00	3.00	1.326	2.342	5/5	20/19
Sociálne prijatie	14.41	3.15	15.00	5.00	-0.270	-0.649	5/8	20/20
Školská začlenenosť	30.88	5.47	31.00	6.00	-0.718	0.284	10/14	40/40

T = Teoretické; E = Empirické

Výsledky ďalej ukázali, že celková úroveň sociálno-emocionálneho zdravia u participantov dosahovala strednú hodnotu. Vyššia úroveň bola dosiahnutá pri doméne dôvery v iných a emočných kompetenciách. O niečo nižšia, stredná úroveň sa objavila v doméne sebadôvera a životná zaangažovanosti.

Tabuľka 2 *Deskriptívna štatistika sociálno-emocionálneho zdravia*

Premenná	M	SD	Mdn	IQR	Šikmosť	Špicatosť	Min T / E	Max T / E
Sebadôvera	25.56	3.82	26.00	4.00	-0.374	-0.154	9/17	36/33
Dôvera v iných	28.13	4.89	30.00	7.00	-0.782	0.352	9/13	36/36
Emočné kompetencie	26.99	4.21	27.00	6.00	-0.220	-0.293	9/16	36/35
Životná zazaangažovanosť	25.04	5.69	25.00	8.00	-0.065	-0.381	9/12	36/36
Kovitalita	105.72	13.22	106.00	17.00	-0.389	0.189	36/72	144/134

T = Teoretické; E = Empirické

Výsledky preukázali, že medzi väčšinou domén sociálno-emocionálneho zdravia a subškálami školskej začlenenosti sa nachádzajú vzťahy. Najvýraznejšie súvislosti sa objavili pri doménach dôvery v iných a životnej zaangažovanosti, ktoré vykazovali stredne silný a štatisticky signifikantný vzťah s celkovou školskou začlenenosťou a jej subškálami. Pri kovitalite sa preukázali stredne silné a štatisticky signifikantné vzťahy so všetkými subškálami školskej začlenenosti, pričom išlo o negatívny vzťah so sociálnym vylúčením a pozitívne vzťahy so sociálnym prijatím a celkovou školskou začlenenosťou. Naopak pri doméne sebadôvery a subškálami školskej začlenenosti sa vyskytol slabý vzťah, kde štatistickú nesignifikantnosť dosiahol len pri subškále sociálneho vylúčenia. Pri emočných kompetenciách a subškálami školskej začlenenosti sme identifikovali štatisticky nevýznamný a zanedbateľný vzťah.

Tabuľka 3 *Súvislosti medzi sociálno-emocionálnym zdravím a školskou začlenenosťou*

Premenná	Sociálne vylúčenie	Sociálne prijatie	Školská začlenenosť
Sebadôvera	-.214	.299	.289
Dôvera v iných	-.367	.440	.451
Emočné kompetencie	-.021	.074	.077
Životná zaangažovanosť	-.376	.353	.400
Kovitalita	-.386	.453	.474

*p<.050; **p<.010

Diskusia

Výsledky výskumu možno interpretovať v kontexte teoretických východísk, ktoré zdôraznujú význam podporného školského prostredia a pozitívnych vzťahov. Ako uvádza autorka Goodenow (1993), pocit prijatia zo strany učiteľov a spolužiakov je kľúčovým faktorom školskej začlenenosti. Ak škola vytvára inkluzívne prostredie, žiaci sa častejšie cítia byť jeho súčasť, čo sa mohlo odraziť aj v našich výsledkoch. Výskumy poukazujú na to, že opora učiteľov má v školskom prostredí výraznejší význam než opora rovesníkov (Allen et al., 2018). Ako uvádzajú aj autorky Roľková a Jačková (2020) sociálna opora je kľúčový faktor sociálno-

emocionálneho zdravia a môže pôsobiť aj ako ochranný faktor pri zvládaní záťažových situácií. Pri rovnakom výskume Roľkovej a Jačkovej (2020) sa poukazuje na to, že žiaci, ktorí vnímajú triednu atmosféru ako podporujúcu, dosahujú vyššie skóre v ukazovateľoch sociálno-emocionálneho zdravia, najmä v oblastiach emócií, celkovej pohody a sociálnych vzťahov. Zahraničné výskumy poukazujú aj na súvislosti medzi školskou začlenenosťou a negatívnou emocionalitou, pričom vyššia miera začlenenosti je spojená s nižším výskytom depresívnych a úzkostných symptómov (Bond et al., 2007). Naše zistenia naznačujú, že sociálne vzťahy a prežívanie prijatia v školskom prostredí sú úzko prepojené so sociálno-emocionálnym zdravím žiakov. Čím pozitívnejšie žiaci vnímajú svoje začlenenie, tým pozitívnejšie sú aj ich sociálno-emocionálne charakteristiky. Školská začlenenosť je v literatúre spájaná s viacerými aspektmi duševného zdravia, pričom jej nižšia úroveň súvisí s vyšším prežívaním osamelosti (Arslan et al., 2020). Zároveň sa poukazuje na jej ochrannú funkciu pri internalizujúcich problémoch správania, ako sú úzkosť či depresivita (Parr et al., 2020; Pate et al., 2017). Na základe výsledkov možno konštatovať, že školská začlenenosť predstavuje veľmi významný faktor súvisiaci so sociálno-emocionálnym zdravím. Lepšie začlenenie je spojené s priaznivejším sociálno-emocionálnym zdravím.

Limity výskumu

Jedným z hlavných obmedzení bol samotný proces zberu dát. Získavanie participantov bolo náročné najmä z dôvodu oslovenia škôl, pričom viaceré školy účasť vo výskume odmietli. Ich dôvodom bola najmä administratívna a časová náročnosť, ktorá bola spojená s vyhľadávaním žiakov so ŠVVP, keďže výskum bol zameraný práve na túto skupinu a nie na bežnú populáciu žiakov.

Ďalším ovplyvňujúcim faktorom bol spôsob administrácie dotazníkov. Zber dát prebiehal počas vyučovania, či prestávky alebo triednických hodín, čo nemuselo byť pre všetkých participantov rovnako vhodné. Aj napriek dobrovoľnej účasti, niektorí žiaci túto činnosť mohli vnímať ako narušený bežný režim vyučovania alebo ako povinnú aktivitu, ktorá mohla narušiť ich mieru sústredenia a spôsob, akým pristupovali k vyplňovaniu dotazníkov.

Za ďalší limit považujeme neúplné vyplnenie niektorých dotazníkov. V dôsledku toho bolo potrebné časť získaných dát vyradiť z analýzy. K tejto skutočnosti mohlo prispieť aj to, že niektorí žiaci nemuseli úplne porozumieť formulácii jednotlivých položiek alebo si neboli nimi istý. Alebo v prípade nejasností sa žiaci neodvážili požiadať o dodatočné vysvetlenie, čo viedlo k vynechaniu odpovedí.

Za limit považujeme aj využitie sebaposudzovacích dotazníkových metód, pri ktorých sú odpovede participantov založené na ich aktuálnom prežívaní a subjektívnom vnímaní. Odpovede žiakov mohli byť ovplyvnené momentálnou náladou alebo individuálnym spôsobom interpretácie jednotlivých položiek.

Implikácie výskumu

Výsledky predkladaného výskumu prispievajú k rozšíreniu teoretických poznatkov o vzťahu medzi školskou začlenenosťou a sociálno-emocionálnym zdravím u žiakov so ŠVVP. Naše výsledky poukazujú na to, že tieto dve oblasti spolu súvisia a nemožno ich vnímať oddelene, ale ako vzájomne prepojené aspekty fungovania žiaka v školskom prostredí. Z praktického hľadiska zistenia poukazujú na význam podpory školskej začlenenosti ako dôležitého faktora sociálno-emocionálneho zdravia. Odporúča sa vytvárať inkluzívne a podporné prostredia, v ktorom sa žiaci so ŠVVP cítia prijatí a majú možnosť sa aktívne zapájať do školského života. Kľúčovými faktormi sú najmä kvalita vzťahov v triede, prístup učiteľa a podpora zo strany školského prostredia. Na základe získaných dát je možné konštatovať, že vzdelávanie žiakov by malo zohľadňovať nielen akademické potreby, ale aj emocionálne a sociálne aspekty.

Výsledky tak potvrdzujú význam systematickej podpory zo strany školy, ktorá môže prispievať k zlepšeniu adaptácie a celkovej pohody žiakov v prostredí školy.

Záver

Problematika školskej začlenenosti a sociálno-emocionálneho zdravia u žiakov so ŠVVP si vyžaduje ďalšie skúmanie. Vhodné by bolo realizovať výskumy vo väčších a vyváženejších súboroch, ktoré umožnia presnejšie porovnanie medzi skupinami žiakov. Za vhodné považujeme, aby sa budúce výskumy v tejto oblasti zamerali na zahrnutie aj ďalších sociodemografických premenných ako sú napríklad rodinné prostredie, kvalita vzťahov v triede alebo podpora zo strany učiteľov, ktoré môžu ovplyvňovať sledované premenné. Za vhodné považujeme aj využitie kombinácie kvalitatívnych a kvantitatívnych prístupov, ktoré by umožnili hlbšie porozumenie potrebám žiakov. V neposlednom rade by bolo vhodné realizovať intervenčné výskumy zamerané na overenie účinnosti programov, ktoré podporujú školskú začlenenosť a sociálno-emocionálne zdravie. Napríklad štúdia Majerčákovej Albertovej (2024) poukázala na efektivitu programu všímavosti, ktorý viedol k zlepšeniu sociálno-emocionálneho zdravia a zníženiu výskytu úzkostných a depresívnych symptómov u žiakov. Tieto zistenia naznačujú, že systematicky realizované preventívne programy môžu predstavovať účinný nástroj podpory duševného zdravia a začlenenia žiakov v školskom prostredí**.**

Zoznam použitej literatúry

Allen, K. A., Kern, M. L., Vella-Brodrick, D., Hattie, J., & Waters, L. (2018). What schools need to know about fostering school belonging: A meta-analysis. *Educational Psychology Review, 30*(1), 1-34. https://doi.org/10.1007/s10648-016-9389-8

Arslan, G., & Duru, E. (2016). The mediating role of school belonging in the relationship between perceived school climate and student well-being. *Child Indicators Research, 9*(2), 581–595.

Arslan, G., Allen, K.-A., & Ryan, T. (2020). Exploring the impacts of school belonging on youth wellbeing and mental health among Turkish adolescents. *Child Indicators Research*, *13*(5), 1619–1635. https://doi.org/10.1007/s12187-020-09721-z

Bond, L., Butler, H., Thomas, L., Carlin, J., Glover, S., Bowes, G., & Patton, G. (2007). Social and school connectedness in early secondary school as predictors of late teenage substance use, mental health, and academic outcomes. *Journal of Adolescent Health*, *40*(4), 357.e9–357.e18. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2006.10.013

Furlong, M. J., You, S., Renshaw, T. L., Smith, D. C., & O'Malley, M. D. (2014). Preliminary development and validation of the Social and Emotional Health Survey for secondary students. *Social Indicators Research*, https://doi.org/10.1007/s11205-013-0373-0

Goodenow, C. (1993). Classroom belonging among early adolescent students: Relationships to motivation and achievement. *Journal of Early Adolescence*, *13*(1), 21–43. https://doi.org/10.1177/0272431693013001002

Kozoň, A., (2014). Rozprava o sociálnom zdraví, chorobe a sociálnej práci. In A. Kozoň (Ed.), *Sociálne zdravie jedinca a spoločnosti*. (pp. 13–28). SpoSoIntE.

Křivohlavý, J. (2009). *Psychologie zdraví*. Portál.

Majerčáková Albertová, S. (2024). *Kompletné duševné zdravie žiakov základnej školy v kontexte programu všímavosti*. Paneurópska vysoká škola. https://www.paneurouni.com/wp-content/uploads/2026/02/Monografia_Majercakova.pdf

Osterman, K. F. (2000). Students' need for belonging in the school community. *Review of Educational Research*, *70*(3), 323–367. https://doi.org/10.3102/00346543070003323

Parr, E.J., Shochet, I.M., Cockshaw, W.D. *et al.* General Belonging is a Key Predictor of Adolescent Depressive Symptoms and Partially Mediates School Belonging. *School Mental Health* 12, 626–637 (2020). https://doi.org/10.1007/s12310-020-09371-0

Pate, C. M., Maras, M. A., Whitney, S. D., & Bradshaw, C. P. (2017). Exploring psychosocial mechanisms and interactions: Links between adolescent emotional distress, school connectedness, and educational achievement. *School Mental Health*, *9*(1), 28–43. https://doi.org/10.1007/s12310-016-9202-3

Roľková, H., & Jačková, S. (2020). *Sociálno-emocionálne zdravie a sociálna atmosféra na stredných školách* In L. Pavera, K. Krpálková Krelová, & J. Novák (Eds.), *Pohledy na středoškolského učitele odborných prědmětu. pp. 167 -173. Extrasystem.*

Seidler, P., & Kurincová, V. (2005). Východiská školskej integrácie žiakov s poruchami (nielen) učenia. In E. Žovinec (Ed.), *Dieťa so špeciálnymi potrebami v bežnej škole: Zborník príspevkov zo seminára* (s. 4–16). Pedagogická fakulta UKF.

Zelina, M. (2012). Inklúzia – Nová paradigma špeciálnej pedagogiky? *Špeciálny pedagóg, 1*(1), 9-13.
https://www.unipo.sk/public/media/26527/Special%20Education%20Teacher%202012,%20vol.%201,%20n.%201.pdf

ROLE PEDAGOGICKÝCH PRACOVNÍKŮ V PREVENCI MEZISKUPINOVÝCH KONFLIKTŮ: GENERAČNÍ A KULTURNÍ PERSPEKTIVY

THE ROLE OF EDUCATORS IN PREVENTING INTERGROUP CONFLICTS: GENERATIONAL AND CULTURAL PERSPECTIVES

Tomáš Beníček
PaedDr. Mgr.
ORCID: https://orcid.org/0009-0006-5361-4489
Akademie Alternativa s.r.o. Mezinárodní asociace uměleckých terapií (MAUT)
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti v Praze
Hovorčovická 1281/11, 182 00
Česká republika
E-mail: cas.r@seznam.cz

Leoš Moravec
PhDr. PaedDr., MSc., Ed.D.
ORCID: https://orcid.org/0009-0006-5361-4489
Dětský domov Lipová Lipová u Šluknova 417, 407 81 Lipová
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti v Praze
Hovorčovická 1281/11, 182 00
Česká republika
E-mail: dd.reditel@seznam.cz

Abstrakt: Příspěvek se zaměřuje na roli pedagogických pracovníků v prevenci meziskupinových konfliktů, zejména v kontextu generační a kulturní diverzity. Na základě analýzy současných výzkumů a praktických zkušeností z oblasti meziskupinových vztahů identifikuje klíčové faktory, které přispívají k eskalaci konfliktů (generační stereotypy, mediální zkreslení, politická rétorika) a navrhuje pedagogické strategie pro jejich zmírnění. Důraz je kladen na význam komunitních projektů, mediální gramotnosti a dialogických metod jako nástrojů pro budování psychické odolnosti a sociální soudržnosti. Příspěvek zdůrazňuje roli pedagoga jako facilitátora porozumění a mostu mezi různými skupinami.

Klíčová slova: Meziskupinové vztahy, pedagogický pracovník, generační konflikty, mediální gramotnost, komunitní projekty, psychická odolnost, sociální soudržnost

Abstract: This paper focuses on the role of educators in preventing intergroup conflicts, particularly in the context of generational and cultural diversity. Based on an analysis of current research and practical experiences in intergroup relations, it identifies key factors contributing to conflict escalation (generational stereotypes, media bias, political rhetoric) and proposes educational strategies for their mitigation. Emphasis is placed on the importance of community projects, media literacy, and dialogical methods as tools for building psychological resilience and social cohesion. The paper highlights the educator's role as a facilitator of understanding and a bridge between different groups.

Keywords: Intergroup relations, educator, generational conflicts, media literacy, community projects, psychological resilience, social cohesion

Úvod

Meziskupinové konflikty představují jednu z nejpalčivějších výzev současné společnosti, jelikož jejich dopady rezonují napříč všemi úrovněmi sociálního života a zásadním způsobem ohrožují jak sociální soudržnost, tak psychickou odolnost jednotlivců i celých komunit. Uvedené konflikty se neomezují pouze na makrosociální rovinu. Podle Nakonečného (2009) jsou meziskupinové vztahy definovány jako interakce mezi dvěma nebo více sociálními skupinami, které mohou být založeny na etnicitě, náboženství, socioekonomickém statusu nebo jiných charakteristikách. Problémy pronikají i do mikroprostředí rodin, škol a pracovních kolektivů, kde se často projevují jako generační spory, nedorozumění mezi různými sociokulturními skupinami nebo konflikty založené na předsudcích a stereotypním vnímání. V tomto kontextu získávají pedagogičtí pracovníci zcela zásadní roli, neboť právě oni disponují nástroji a kompetencemi potřebnými k prevenci eskalace těchto konfliktů. Prostřednictvím cíleného výchovného působení mohou systematicky podporovat rozvoj porozumění, empatie a konstruktivních komunikačních dovedností, které jsou klíčové pro budování mostů mezi různými skupinami a pro kultivaci prostředí vzájemného respektu.

Cílem tohoto příspěvku je proto komplexně prozkoumat problematiku meziskupinových konfliktů a navrhnout účinné cesty jejich prevence skrze pedagogické intervence. V první fázi se zaměříme na hloubkovou analýzu příčin těchto konfliktů, přičemž klíčovou pozornost budeme věnovat zejména generačním a kulturním rozdílům, které často tvoří skryté, avšak vysoce významné pozadí napětí mezi skupinami. Generační konflikty, projevující se například jako nedorozumění mezi baby boomers a generací Z v otázkách pracovní etiky, technologií či hodnotových preferencí, představují v českém prostředí stále aktuálnější téma, které zasahuje do každodenního fungování rodin i škol. Podobně kulturní rozdíly, ať už mezi většinovou společností a romskou komunitou, nebo mezi domácí populací a migranty, vytvářejí prostředí, v němž se mohou snadno šířit předsudky a diskriminační praktiky.

Druhým klíčovým aspektem naší analýzy bude identifikace role médií a politiky v procesu eskalace těchto konfliktů. Média, jakožto hlavní zdroj informací a formovač veřejného mínění, často přispívají k polarizaci společnosti tím, že zdůrazňují negativní aspekty meziskupinových vztahů a reprodukují stereotypní obrazy různých skupin. Politická rétorika pak může tyto tendence ještě umocňovat, zejména když se uchyluje k populistickým strategiím a využívá meziskupinové napětí jako nástroj pro získání voličské podpory. Naopak však mohou média i politika sehrávat pozitivní roli, pokud se zaměří na osvětu, vzdělávání a prezentaci pozitivních příkladů soužití.

Třetím cílem příspěvku je prezentace konkrétních pedagogických strategií, které se osvědčily v praxi a mohou být využity k prevenci meziskupinových konfliktů. Mezi nejúčinnější přístupy patří komunitní projekty, které vytvářejí prostor pro přímou interakci mezi různými skupinami a podporují vzájemné porozumění skrze společné aktivity. Příkladem mohou být česko-slovenské kulturní festivaly, integrační programy pro romské děti nebo dobrovolnické aktivity zaměřené na pomoc ukrajinským uprchlíkům. Neméně důležité jsou dialogické metody, které umožňují otevřenou a strukturovanou komunikaci mezi konfliktními stranami a pomáhají rozvíjet empatii, aktivní naslouchání a schopnost konstruktivního řešení sporů. Tyto metody se ukazují jako zvláště účinné v prostředí škol, kde mohou pedagogové pracovat s žáky na rozvoji sociálních dovedností a kritického myšlení. V neposlední řadě bude v příspěvku diskutován význam psychické odolnosti a sociální soudržnosti jakožto klíčových cílů výchovného působení.

Teoretická východiska řešené problematiky

Meziskupinové vztahy představují komplexní sociální dynamiku, která se odehrává v prostoru interakcí mezi různými sociálními skupinami, přičemž tyto skupiny mohou být vymezeny na základě celé řady charakteristik, jako je věk, etnický původ, náboženská příslušnost, kulturní

identita nebo socioekonomický status. Tento fenomén se tak dotýká prakticky všech aspektů společenského života – od každodenních setkání mezi jednotlivci až po strukturované vztahy mezi celými komunitami. Konflikty mezi skupinami nevznikají náhodně, ale mají své hluboké příčiny, které často pramení z kombinace psychologických, ekonomických a sociálních faktorů. Jedním z nejvýznamnějších katalyzátorů napětí jsou stereotypy a předsudky, tedy zjednodušené, často zkreslené a emocionálně zabarvené představy o příslušnících jiné skupiny. Tyto mentální zkratky slouží jako jakési "mentální šablony", které lidem umožňují rychle kategorizovat okolní svět, ale zároveň vedou k generalizacím a zkreslenému vnímání reality. Stereotyp je zjednodušený, generalizovaný obraz o skupině (Allport, 1954, cit. dle Nakonečný, 2009). "Romové jsou zloději" nebo "Slováci jsou líní". Stereotypní vnímání formuje očekávání a chování vůči těmto skupinám.

Dalším významným faktorem eskalace konfliktů je konkurence o omezené zdroje, kdy skupiny začnou vnímat jiné skupiny jako hrozbu pro své vlastní zájmy. Tento mechanismus, známý jako teorie realistického konfliktu, se projevuje zejména v situacích, kdy dochází k soutěži o pracovní příležitosti, bydlení, sociální dávky nebo jiné materiální či symbolické zdroje. Například v období ekonomické krize se často zvyšuje napětí mezi domácí populací a migranty, kdy se objevují obavy z "ukradení pracovních míst" nebo zneužívání sociálního systému. Neméně důležitou roli hrají kulturní a hodnotové rozdíly, které se projevují v odlišných normách chování, tradicích, náboženských praktikách a životních stylech. Tyto rozdíly mohou vést k nedorozuměním, pocitům odcizení a v krajních případech i k otevřeným konfliktům, zejména když jsou interpretovány jako ohrožení vlastní kulturní identity. Typickým příkladem může být generační propast mezi staršími a mladšími generacemi v otázkách technologií, pracovní etiky nebo ekologického aktivismu. Studie z ČR zjistila, že 70 % Čechů má negativní stereotypy vůči Romům. Slovenský výzkum (Leontiyeva, 2006) ukázal, že mladí Slováci mají mírnější předsudky vůči migrantům než starší generace.

V neposlední řadě mají na meziskupinové vztahy zásadní vliv média a politika, které mohou jak konflikty zmírňovat, tak i aktivně eskalovat. Média často přispívají k polarizaci společnosti tím, že zdůrazňují negativní aspekty meziskupinových vztahů a reprodukují stereotypní obrazy různých skupin. Například zpravodajství zaměřené na kriminalitu může vytvářet dojem, že určité etnické skupiny jsou nebezpečnější, než jak tomu ve skutečnosti je. Podobně politická rétorika, zejména populistického charakteru, často využívá meziskupinové napětí jako nástroj pro mobilizaci voličů, přičemž zdůrazňuje rozdíly mezi "námi" a "nimi" a prezentuje jiné skupiny jako hrozbu pro národní zájmy. Tento proces může vést k dalšímu prohlubování předsudků a k legitimizaci diskriminačních praktik. Na druhé straně však mohou média i politika sehrávat pozitivní roli, pokud se zaměří na osvětu, vzdělávání a prezentaci pozitivních příkladů soužití mezi různými skupinami.

Generační konflikty

Generační rozdíly představují zvláštní a často opomíjenou formu meziskupinových vztahů, která se promítá do každodenního života v rodinách, školách i pracovním prostředí a může vyvolávat významná napětí. Tyto konflikty pramení z odlišných životních zkušeností, hodnotových systémů a technologických kompetencí, které jednotlivé generace získaly v různých historických a společenských kontextech. Teorie sociální identity (Trbola, 2010) popisuje, jak lidé usilují o pozitivní sebehodnocení skrze srovnání své skupiny s jinými. Každá generace je přitom stereotypně vnímána jinými věkovými skupinami, což často vede k nedorozuměním a zjednodušeným soudům. Například baby boomers (narození mezi lety 1946–1964), kteří vyrůstali v období poválečné obnovy a ekonomického růstu, jsou mladšími generacemi často vnímáni jako konzervativní, neflexibilní a odtržení od moderního digitálního světa. Jejich přístup k práci, autoritám a technologiím může vyvolávat frustraci u mladších kolegů či potomků, kteří preferují rychlejší tempo změn a větší míru svobody.

Generace X (1965–1980), která zažila přechod od socialismu k tržní ekonomice, je naopak často vnímána jako pracovitá a loajální, ale zároveň méně otevřená inovacím a změnám. Tito jedinci, kteří často zastávají vedoucí pozice, mohou být mladšími kolegy kritizováni za rigidní přístup k řízení a nedostatečnou adaptabilitu na nové trendy, jako je například práce na dálku nebo agilní metody. Millennials (1981–1996), kteří vstoupili na trh práce v době digitální revoluce, jsou oceňováni za svou flexibilitu, schopnost multitaskingu a důraz na work-life balance, ale zároveň čelí kritice za netrpělivost a očekávání okamžitých výsledků – často shrnované frází "chtějí vše hned". Jejich přístup k práci a kariéře, který klade důraz na smysluplnost a osobní naplnění, může narážet na tradičnější představy starších generací o pracovní morálce.
Nejmladší generace Z (1997–2012), která vyrůstá v éře klimatických krizí a sociálních hnutí, je pak často vnímána jako příliš radikální, zejména v otázkách sociální spravedlnosti a ekologie. Jejich aktivismus a kritika starších generací, například obvinění typu "Boomers zničili planetu", může vyvolávat pocity odmítnutí a nepochopení ze strany starších členů rodiny či kolegů. Podle výzkumů Sociologického ústavu AV ČR se s generačními konflikty potýká až 30 % českých rodin, přičemž nejčastějšími tématy sporů jsou politika, životní styl a přístup k technologiím. Tyto konflikty mohou mít závažné důsledky, včetně napětí v rodinných vztazích, pocitů izolace a snížení psychické odolnosti jednotlivců. V pracovním prostředí pak mohou vést k nižší produktivitě, vyšší fluktuaci zaměstnanců a celkovému zhoršení pracovní atmosféry. Přitom právě pochopení a respektování generačních rozdílů může být klíčem k budování harmonických vztahů a efektivní spolupráci napříč věkovými skupinami.

Role médií a politiky

Média a politika představují dva klíčové faktory, které zásadním způsobem ovlivňují formování meziskupinových vztahů a mohou jak přispívat k eskalaci konfliktů, tak i napomáhat jejich prevenci. Jejich vliv se projevuje na několika úrovních a má dlouhodobé dopady na veřejné mínění, sociální klima i konkrétní interakce mezi různými skupinami. Jedním z nejproblematičtějších aspektů mediálního a politického působení je negativní zobrazení určitých skupin, které často vede k posilování stereotypů a předsudků. Typickým příkladem je mediální reprezentace romské komunity, kde převažuje spojování Romů s kriminalitou, sociálními problémy nebo závislostí na dávkách. Takové zkreslené zpravodajství nejenže vytváří zjednodušený a často nepravdivý obraz celé skupiny, ale také legitimizuje diskriminační postoje a chování vůči jejím členům. Podobně negativní stereotypy se mohou šířit i v případě migrantů, muslimů nebo jiných menšinových skupin, kdy média často zdůrazňují pouze extrémní případy a ignorují pozitivní příběhy integrace a soužití.
Neméně problematickou roli hraje populistická rétorika politiků, kteří často zneužívají meziskupinové napětí jako nástroj pro získání politických bodů a mobilizaci voličské základny. Tito politici typicky prezentují určité skupiny jako hrozbu pro národní zájmy, bezpečnost nebo ekonomickou stabilitu, aniž by nabízeli konstruktivní řešení existujících problémů. Příkladem může být rétorika zaměřená na "zneužívání sociálního systému" migranty nebo obavy z "islamizace Evropy", která sice rezonuje s určitými obavami veřejnosti, ale zároveň prohlubuje polarizaci společnosti a vytváří atmosféru strachu a nedůvěry. Taková politika často vede k dalšímu prohlubování předsudků, kriminalizaci určitých skupin a v krajních případech i k legitimizaci diskriminačních opatření. Na druhé straně však existují i pozitivní příklady, kdy média a politika přispívají k lepšímu porozumění mezi skupinami a k budování mostů mezi různými komunitami. Jedním z takových příkladů je seriál Most! (Česká televize, 2021), který se zabýval česko-slovenskými vztahy a romskou komunitou. Tento seriál se snažil ukázat romskou kulturu a životní realitu z autentické perspektivy, čímž přispěl k rozptýlení některých stereotypů a k lepšímu porozumění mezi většinovou společností a romskou menšinou. Podobně mohou působit i dokumentární filmy, reportáže nebo vzdělávací programy, které se zaměřují na

prezentaci pozitivních příběhů soužití a na rozvoj mediální gramotnosti. Tyto iniciativy ukazují, že média a politika mají potenciál nejen eskalovat konflikty, ale i aktivně přispívat k jejich řešení a k budování inkluzivnější a soudržnější společnosti.

Pedagogické strategie pro prevenci meziskupinových konfliktů:
Dialog a mediace

Dialogické metody a mediace představují klíčové pedagogické nástroje, které umožňují konstruktivně řešit meziskupinové i mezilidské konflikty a přispívají k budování vzájemného porozumění a sociální soudržnosti. Tyto přístupy, založené na principech otevřené komunikace, respektu a aktivní účasti všech zúčastněných, nabízejí účinnou alternativu k tradičním autoritativním metodám řešení sporů. Pedagogové a facilitátoři mohou hrát zásadní roli v implementaci těchto metod, a to prostřednictvím různých konkrétních aktivit a technik. Jednou z nejefektivnějších forem jsou rodinné debaty, které umožňují členům rodiny společně diskutovat o citlivých tématech v bezpečném a strukturovaném prostředí. Příkladem může být projekt "Rodinné debaty", který učí účastníky formulovat své názory, naslouchat druhým a hledat kompromisy. Takové debaty nejenže pomáhají řešit aktuální konflikty, ale také rozvíjejí dovednosti potřebné pro budoucí konstruktivní komunikaci.

Základem úspěšné mediace je technika aktivního naslouchání, která umožňuje účastníkům vyjádřit své pocity, potřeby a perspektivy bez obav z odsouzení nebo kritiky. Pedagogové mohou tuto dovednost rozvíjet prostřednictvím různých cvičení, jako je například parafrázování (opakování myšlenek druhého vlastními slovy) nebo kladení otevřených otázek, které podporují hlubší reflexi. Aktivní naslouchání pomáhá odbourávat bariéry mezi skupinami, snižuje napětí a vytváří prostor pro vzájemné porozumění. Neméně důležitým prvkem je podpora empatie, která umožňuje jednotlivcům vcítit se do pocitů a zkušeností druhých. Jednou z nejúčinnějších metod pro rozvoj empatie jsou role-playingová cvičení, při nichž studenti na vlastní kůži zažijí perspektivu jiné skupiny. Například studenti mohou sehrát scénku, ve které se ocitnou v roli příslušníka romské komunity, seniora nebo migranta, a tím lépe pochopit výzvy a diskriminaci, se kterými se tyto skupiny potýkají, kdy podobná zkušenost může výrazně přispět k rozptýlení stereotypů a k posílení solidarity mezi různými skupinami.

Šimek ve svých výzkumech zaměřených na sociální psychologii a pedagogiku zdůrazňuje význam hlubokého porozumění mechanismům předsudků a stereotypů při vzniku meziskupinových napětí. Podle Šimka (2022) představují stereotypy a předsudky nejen zkreslené obrazy druhých, ale také funkční nástroje pro rychlé kategorizování sociálního světa, které však mohou vést k eskalaci konfliktů, zejména v prostředí škol a pracovních kolektivů. Jeho práce upozorňuje na nutnost systematické práce s emocemi a kognitivními zkresleními u jednotlivců i skupin, přičemž klíčovou roli přisuzuje pedagogům, kteří mohou prostřednictvím cílených intervencí rozvíjet kritické myšlení a empatii. Šimek dále zdůrazňuje, že úspěšná prevence meziskupinových konfliktů vyžaduje nejen teoretické znalosti, ale také praktické dovednosti v oblasti dialogu a mediace, které umožňují transformovat napětí v příležitosti pro vzájemné učení a posílení sociální soudržnosti. Šimek (2025) analyzuje konkrétní případy z českého prostředí, kde pedagogické intervence vedly k redukci předsudků mezi romskou a majoritní populací, a to prostřednictvím projektů založených na vzájemném kontaktu a sdílení zkušeností. Šimek také varuje před nebezpečím „měkkého rasismu“ – zdánlivě neškodných forem diskriminace, které se projevují např. v jazyce či v přístupu ke vzdělávání, a vyzývá k aktivnímu protiakci prostřednictvím výchovných a vzdělávacích strategií.

Význam dialogických metod a mediace spočívá v jejich schopnosti transformovat konflikty z destruktivních sil na příležitosti pro růst a učení. Tyto přístupy nejenže pomáhají řešit aktuální spory, ale také vybavují účastníky dovednostmi, které mohou využít v budoucích interakcích. V dlouhodobém horizontu tak přispívají k budování inkluzivnější a odolnější společnosti, ve které jsou rozdíly vnímány jako zdroj obohacení, nikoli jako příčina konfliktů. Psychologická

intervence je zásadní. Kontaktní hypotéza (Allport, 1954) jako pozitivní kontakt mezi skupinami snižuje předsudky.

Komunitní projekty

Komunitní projekty a dobrovolnické aktivity představují mocný nástroj pro budování mostů mezi různými sociálními, kulturními a generačním skupinami, neboť vytvářejí přirozené prostředí pro vzájemné setkávání, spolupráci a sdílení zkušeností. Tyto iniciativy, založené na principech inkluze, vzájemné pomoci a aktivní účasti, umožňují lidem překonávat stereotypy a předsudky tím, že je staví do situací, kde mohou poznat druhé jako jednotlivce s vlastními příběhy, potřebami a schopnostmi. Jedním z nejefektivnějších typů komunitních projektů jsou kulturní festivaly, které otevírají prostory pro sebepoznání a vzájemné porozumění skrze sdílení umění, tradic a hodnot. Příkladem může být česko-slovenský kulturní festival *„Setkání Stretnutie“,* který spojuje divadelníky z obou krajin nebo *„Festival české a slovenské tvorby“*, který představuje divadelní, knižní a výtvarnou tvorbu pro děti ze Slovenska a České republiky. Ústecká komunitní nadace také podporuje projekt „Na komunitě záleží“ se sloganem *„Nejhorším místem pro život v ČR je podle průzkumů Ústecký kraj. Tento stav se snažíme změnit!“* Takové akce nejenže posilují pocit sounáležitosti mezi účastníky, ale také umožňují většinové společnosti nahlédnout do života menšinových komunit z jiné perspektivy, což přispívá k rozptýlení předsudků a k budování vzájemného respektu.

Neméně důležitou roli hrají dobrovolnické aktivity, které spojují lidi na základě společného cíle a vzájemné solidarity. Projekty zaměřené nejen na podporu kvalitního vzdělávání pro všechny děti nebo Platforma pro včasnou péči jsou ukázkovým příkladem toho, jak můžeme aktivně přispět k budování lepší společnosti. Dobrovolníci, kteří se do těchto aktivit zapojují, často získávají nové přátele, rozšiřují své obzory a učí se vnímat svět z jiné perspektivy, což vede k větší empatii a ochotě pomáhat. Dalším přínosem jsou jazykové kurzy, například kurzy češtiny pro cizince, hrají klíčovou roli v procesu integrace, neboť odstraňují jednu z největších bariér – jazykovou nekompetenci. Tyto kurzy nejenže usnadňují každodenní život migrantů a uprchlíků, ale také vytvářejí příležitosti pro setkávání a navazování vztahů mezi účastníky a lektory, kteří jsou často místní dobrovolníci.

Význam komunitních projektů a dobrovolnických aktivit spočívá v jejich schopnosti transformovat pasivní soužití na aktivní spolupráci a vzájemnou podporu. Tyto iniciativy nejenže řeší konkrétní problémy, jako je integrace migrantů nebo generační napětí, ale také přispívají k budování silnější a soudržnější společnosti. V dlouhodobém horizontu tak pomáhají vytvářet prostředí, ve kterém jsou rozdíly vnímány jako přirozená součást lidské diverzity a nikoli jako zdroj konfliktů. Navíc se ukazuje, že lidé, kteří se zapojují do komunitních projektů, rozvíjejí důležité sociální dovednosti, jako je komunikace, spolupráce a řešení problémů, které mohou využít i v jiných oblastech svého života.

Mediální gramotnost

Mediální gramotnost představuje nezbytnou kompetenci v dnešní informační společnosti, neboť umožňuje jednotlivcům kriticky analyzovat a reflektovat obsah médií, čímž přispívá k prevenci předsudků, stereotypů a dezinformací. V kontextu meziskupinových vztahů hraje tato dovednost klíčovou roli, neboť média často formují naše vnímání různých sociálních, etnických či generačních skupin – ať už prostřednictvím zpravodajství, filmů, seriálů nebo sociálních sítí. Pedagogové mají jedinečnou příležitost rozvíjet mediální gramotnost u svých studentů a vybavit je nástroji, které jim pomohou orientovat se v mediálním prostoru a odolávat manipulativním či zkresleným narativům. Jedním z nejdůležitějších úkolů je učit studenty rozpoznávat zkreslené zobrazení skupin v médiích, například prostřednictvím analýzy zpravodajských článků o Romech, migrantech nebo jiných minoritách. Studenti se mohou zaměřit na to, jak jsou tyto skupiny prezentovány. Zda jsou zobrazovány jako pasivní oběti,

hrozba, nebo naopak jako aktivní a komplexní jedinci s vlastními příběhy. Taková analýza pomáhá odhalit stereotypy, generalizace a selektivní výběr faktů, které mohou vést k posilování předsudků.

Neméně důležité je podporovat kritické myšlení a reflexi o tom, jak média ovlivňují naše vnímání jiných skupin. Pedagogové mohou organizovat diskuse, ve kterých studenti zkoumají, jakým způsobem jsou různé sociální skupiny reprezentovány v médiích a jak tyto reprezentace ovlivňují veřejné mínění. Například mohou analyzovat, jak jsou senioři zobrazováni v reklamách (jako bezmocní, nebo naopak aktivní?), jak jsou migranti prezentováni ve zpravodajství (jako hrozba, nebo jako lidé s vlastními příběhy?) nebo jak jsou mladé generace charakterizovány v seriálech (jako nezodpovědní, nebo jako inovátoři?). Takové diskuse pomáhají studentům uvědomit si, že média nejsou neutrálním zrcadlem reality, ale aktivním aktérem, který může, jak posilovat, tak i bořit stereotypy. Kromě kritické analýzy negativních příkladů je však stejně důležité ukazovat i pozitivní vzory, které představují konstruktivní a inkluzivní zobrazení meziskupinových vztahů. Příkladem může být seriál Most!, který se věnuje tématům migrace, integrace a soužití různých kultur v České republice. Tento seriál nabízí komplexní a lidský pohled na život migrantů a uprchlíků, čímž přispívá k rozptýlení předsudků a k budování empatie. Pedagogové mohou využít takové příklady k diskuzi o tom, jak by měla vypadat odpovědná mediální reprezentace a jak mohou sami studenti přispět k vytváření inkluzivnějšího mediálního prostředí.

Význam mediální gramotnosti spočívá v její schopnosti chránit jednotlivce před manipulací a zároveň je vybavit dovednostmi, které jim umožní aktivně se podílet na formování veřejného diskurzu. V dlouhodobém horizontu tak přispívá k budování společnosti, která je odolnější vůči dezinformacím, předsudkům a polarizaci. Navíc rozvíjení kritického myšlení a mediální gramotnosti nejenže pomáhá studentům lépe porozumět světu kolem sebe, ale také je připravuje na aktivní a zodpovědnou účast v demokratické společnosti. V konečném důsledku tak mediální gramotnost nejen chrání před negativními vlivy médií, ale také otevírá cestu k větší empatii, porozumění a spolupráci mezi různými skupinami. Jako řešení se prezentuje zákon proti diskriminaci Antidiskriminační zákon z roku 2009.

Psychická odolnost a sociální soudržnost jako cíle výchovného působení

Psychická odolnost (resilience) a sociální soudržnost představují základní pilíře, které umožňují jednotlivcům i komunitám efektivně zvládat meziskupinové konflikty a adaptovat se na náročné situace. Tyto schopnosti nejenže pomáhají předcházet eskalaci sporů, ale také podporují konstruktivní řešení a dlouhodobé soužití mezi různými skupinami. Pedagogové mají v tomto procesu nezastupitelnou roli, neboť mohou vytvářet podmínky a nabízet nástroje, které rozvíjejí jak individuální psychickou odolnost, tak kolektivní soudržnost. Jedním z klíčových aspektů je podpora emocionální regulace, která učí studenty zvládat silné emoce v konfliktních situacích a reagovat na ně konstruktivním způsobem. Techniky jako hluboké dýchání, mindfulness nebo krátké meditační cvičení mohou studentům pomoci zklidnit mysl, získat odstup od emocí a lépe se soustředit na řešení problému. Například ve chvílích napětí mohou pedagogové vést krátké dechové cvičení, které pomůže studentům zklidnit se a předejít unáhleným reakcím. Takové dovednosti jsou zvláště důležité v multikulturním prostředí, kde mohou rozdílné názory a perspektivy snadno vést k nedorozuměním a konfliktům.

Neméně důležitým faktorem je budování důvěry, která vytváří základ pro otevřenou a respektující komunikaci. Pedagogové mohou přispět k rozvoji důvěry tím, že vytvoří bezpečné a inkluzivní prostředí, ve kterém se studenti cítí respektováni a mohou svobodně vyjadřovat své názory, aniž by se obávali odsouzení nebo posměchu. To zahrnuje nejen fyzické prostředí třídy, ale také atmosféru vzájemného respektu a porozumění, kterou pedagogové aktivně podporují. Například mohou zavést pravidla diskuse, která zdůrazňují aktivní naslouchání, empatii a konstruktivní zpětnou vazbu. Takové prostředí umožňuje studentům sdílet své zkušenosti,

obavy a perspektivy, což vede k většímu porozumění a snižuje pravděpodobnost konfliktů. Důvěra je také základem pro podporu spolupráce, která je dalším klíčovým prvkem sociální soudržnosti. Skupinové projekty, ve kterých studenti pracují na společném cíli napříč různými skupinami, mohou výrazně přispět k budování vztahů a vzájemné podpory. Například projekt, ve kterém studenti z různých kulturních či sociálních prostředí spolupracují na vytvoření prezentace o svých tradicích, může pomoci prolomit stereotypy a ukázat, že navzdory rozdílům mají mnoho společného. Takové aktivity nejenže posilují týmového ducha, ale také učí studenty, jak efektivně komunikovat, řešit konflikty a hledat kompromisy.
Význam psychické odolnosti a sociální soudržnosti spočívá v jejich schopnosti transformovat konflikty z destruktivních sil na příležitosti pro růst a učení. Když jsou studenti vybaveni dovednostmi emocionální regulace, důvěry a spolupráce, jsou lépe připraveni čelit výzvám meziskupinových vztahů a adaptovat se na měnící se společenské podmínky. Navíc tyto schopnosti nejenže pomáhají zvládat konflikty, ale také přispívají k budování inkluzivnější a odolnější společnosti, ve které jsou rozdíly vnímány jako zdroj obohacení, nikoli jako příčina napětí. Pedagogové tak hrají klíčovou roli v přípravě mladých lidí na život v multikulturním a dynamickém světě, kde je schopnost porozumět druhým a efektivně spolupracovat nezbytnou dovedností pro osobní i profesní úspěch.

Diskuse

Diskuse o meziskupinových konfliktech odhaluje jejich mnohovrstevnatou povahu, která vyžaduje komplexní a multidisciplinární přístup, spojující poznatky z psychologie, sociologie, pedagogiky i mediálních studií. Právě pedagogové se ocitají v jedinečné pozici, kdy mohou působit jako katalyzátoři porozumění a mosty mezi různými skupinami. Ať už jde o generace, kultury, etnické skupiny nebo sociální vrstvy. Jejich role přesahuje pouhé předávání znalostí a stává se klíčovou v procesu budování inkluzivní a soudržné společnosti. Analýza klíčových poznatků z této práce ukazuje, že meziskupinové konflikty nejsou pouze důsledkem individuálních postojů, ale jsou systémově podmíněny širšími společenskými a kulturními faktory. Zaprvé, generační stereotypy představují hluboce zakořeněný problém, který se projevuje nejen v rodinném prostředí, kde mohou vést k napětí mezi rodiči a dětmi, ale i ve školách, kde rozdílné hodnoty a očekávání generací X, Y a Z často vyúsťují v nedorozumění a konflikty. Tyto stereotypy, ať už jde o představy o "líné mládeži" nebo "zpátečnických seniorech", nejenže zkreslují realitu, ale také brání konstruktivnímu dialogu a vzájemnému učení.
Neméně významnou roli v eskalaci či naopak řešení meziskupinových konfliktů hrají média a politika, které mají moc formovat veřejné mínění a ovlivňovat sociální klima. Zatímco některá média a politické subjekty mohou konflikty přiživovat skrze senzacechtivé zpravodajství, polarizující rétoriku nebo šíření dezinformací, jiná naopak nabízejí platformu pro dialog, osvětu a budování mostů mezi skupinami. Tento dualismus ukazuje, že média a politika nejsou pouze pasivními odrazovými můstky společenských napětí. Jsou také aktivními aktéry, kteří mohou, jak přispívat k jejich eskalaci, tak i k jejich prevenci a řešení. Právě proto jsou komunitní projekty a dialogické metody tak účinnými nástroji pro budování sociální soudržnosti. Vytvářejí totiž bezpečné prostory, ve kterých se lidé mohou setkávat tváří v tvář, sdílet své příběhy a hledat společné hodnoty. Ať už jde o kulturní festivaly, dobrovolnické aktivity nebo jazykové kurzy, tyto iniciativy umožňují překonávat stereotypy a budovat vztahy založené na vzájemném respektu a empatii.
Pro efektivní prevenci předsudků a diskriminace je však nezbytné propojit tyto aktivity se systematickým vzděláváním v oblasti mediální gramotnosti a antidiskriminačního přístupu. Mediální gramotnost vybavuje jednotlivce dovednostmi kriticky analyzovat mediální obsah, rozpoznávat manipulaci a odolávat dezinformacím, které často stojí za šířením stereotypů a nenávisti. Antidiskriminační vzdělávání pak poskytuje teoretický i praktický rámec pro

pochopení mechanismů diskriminace, rasismu a xenofobie, a zároveň nabízí nástroje pro jejich aktivní prevenci. Pro budoucí pedagogickou praxi vyplývá z těchto poznatků několik klíčových implikací. Zaprvé, flexibilita a individualizace pedagogických strategií jsou zásadní pro jejich efektivitu. Každá skupina má své specifické potřeby, zkušenosti a výzvy, a proto je nutné přizpůsobovat metody a přístupy konkrétnímu kontextu. Zadruhé, dlouhodobé sledování a evaluace intervencí jsou nezbytné pro pochopení jejich skutečného dopadu na psychickou odolnost a sociální soudržnost. Pouze systematické vyhodnocování umožňuje identifikovat, které strategie fungují, které je třeba upravit a které je nutné opustit. A konečně, spolupráce s komunitou (včetně rodičů, místních organizací a odborníků). Tato spolupráce je klíčová pro zajištění udržitelnosti a relevance výchovného procesu. Pedagogové totiž nemohou pracovat izolovaně, ale musí být součástí širší sítě aktérů, kteří společně usilují o budování inkluzivní a odolné společnosti.

Závěr

Meziskupinové konflikty představují významnou výzvu pro pedagogické pracovníky, ale zároveň i příležitost pro rozvoj psychické odolnosti a sociální soudržnosti. Meziskupinové konflikty sice představují pro pedagogické pracovníky značnou výzvu, ale zároveň otevírají jedinečnou příležitost k posilování psychické odolnosti a sociální soudržnosti ve školním i širším komunitním prostředí. Právě v kontextu těchto konfliktů se ukazuje, jak klíčovou roli mohou pedagogové sehrát při formování společnosti, která je schopna nejen zvládat napětí mezi různými skupinami, ale také z těchto rozdílů čerpat inspiraci pro vzájemné obohacení a růst. Z analýzy vyplývá několik zásadních závěrů, které by měly formovat budoucí pedagogickou praxi. Zaprvé, dialog a mediace se ukazují jako nezastupitelné nástroje pro konstruktivní řešení konfliktů, neboť umožňují všem zúčastněným stranám vyjádřit své perspektivy, porozumět motivacím druhých a hledat společná řešení. Tyto metody nejenže pomáhají deeskalovat napětí, ale také učí studenty dovednostem aktivního naslouchání, empatie a kompromisu, které jsou klíčové pro život v pluralitní společnosti.

Neméně důležitou roli hrají komunitní projekty, které vytvářejí prostor pro přirozené setkávání a spolupráci mezi různými skupinami. Ať už jde o kulturní výměny, dobrovolnické aktivity nebo společné tvůrčí projekty, tyto iniciativy umožňují lidem překonávat stereotypy a budovat vztahy založené na vzájemném respektu a důvěře. Mediální gramotnost se pak ukazuje jako zásadní kompetence pro orientaci v dnešním informačně přesyceném světě, neboť vybavuje studenty schopností kriticky analyzovat mediální obsah, rozpoznávat manipulaci a odolávat dezinformacím, které často stojí za šířením předsudků a nenávisti. V neposlední řadě antidiskriminační vzdělávání poskytuje teoretický i praktický rámec pro pochopení mechanismů diskriminace a nabízí nástroje pro její aktivní prevenci, čímž přispívá k budování spravedlivější a inkluzivnější společnosti.

Pedagogové tak mají prostřednictvím svého výchovného působení jedinečnou možnost přispět k vytváření prostředí, ve kterém jsou rozdíly vnímány nikoli jako zdroj konfliktů, ale jako příležitost pro vzájemné učení a osobní rozvoj. Takové prostředí nejenže podporuje psychickou odolnost jednotlivců, ale také posiluje sociální soudržnost celé komunity. Pro další výzkum v této oblasti by bylo přínosné zaměřit se na několik klíčových témat. Zaprvé, efektivita konkrétních pedagogických strategií by měla být zkoumána v různých kontextech (od tradičních školních tříd přes rodinné prostředí až po komunitní centra), aby bylo možné identifikovat, které přístupy fungují nejlépe v konkrétních situacích. Zadruhé, vliv digitálních médií na meziskupinové vztahy představuje stále aktuálnější téma, neboť sociální sítě a online platformy zásadním způsobem formují naše vnímání druhých a mohou, jak posilovat, tak i narušovat sociální soudržnost. A konečně, transfer dovedností do běžného života. Tedy otázka, jak studenti aplikují naučené strategie mimo školní prostředí. Tato otázka je zásadní pro pochopení dlouhodobého dopadu pedagogických intervencí. Pouze systematické zkoumání

těchto aspektů umožní dále rozvíjet a zdokonalovat metody, které pomáhají budovat společnost založenou na respektu, porozumění a vzájemné spolupráci.

Literatura

ALLPORT, Gordon Willard. *O povaze předsudků.* V českém jazyce vyd. 1. Překlad Eduard Geissler. Praha: Prostor, 2004, 574 s. ISBN 80-726-0125-3

LEONTIYEVA, Yana. *Menšinová problematika v ČR: komunitní život a reprezentace kolektivních zájmů (Slováci, Ukrajinci, Vietnamci a Romové).* 1. vyd. Praha: Sociologický ústav AV ČR, 2006, 95 s. Sociologické studie (Sociologický ústav AV ČR), sv. 06:2. ISBN 80-733-0098-2.

NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie.* Praha: Academia (2009). ISBN 978-80-200-1679-9

ŠIMEK, Václav. *Pedagogická a edukační psychologie.* Akademie krizového řízení a managementu (2022). ISBN 978-80-88398-08-0.

ŠIMEK, Václav. *Dialog o mediaci, jako inspirace pro řešení konfliktů ve školním prostředí.* (2025) Inštitút vzdelávania a osobnostního rozvoja. Dialogue on Mediation. Inspiration for Conflict Resolution; ISBN: 978–80–69186–05

TRBOLA, Robert, RÁKOCZYOVÁ Miroslava (eds). *Vybrané aspekty života cizinců v České republice. [online].* 2010 [cit. 2012-06-04].

NEUROPSYCHOLOGICKÉ A PSYCHOSOCIÁLNÍ ASPEKTY VYUŽITÍ MUZIKOTERAPIE U SENIORŮ S ALZHEIMEROVOU CHOROBOU

NEUROPSYCHOLOGICAL AND PSYCHOSOCIAL ASPECTS OF MUSIC THERAPY IN SENIORS WITH ALZHEIMER'S DISEASE

Marie Beníčková
PaedDr. Mgr. Ph.D., DT
ORCID: https://orcid.org/0009-0008-8361-5487
Akademie Alternativa s.r.o., Mezinárodní asociace uměleckých terapií (MAUT)
Česká republika
E-mail: mariebenickova@seznam.cz

Eva Hegarová
PaedDr. Mgr. PhD., DT
ORCID: https://orcid.org/ 0009-0001-6820-5526
Akademie Alternativa s.r.o., Mezinárodní asociace uměleckých terapií (MAUT)
Česká republika
E-mail: eva.hegarova@seznam.cz

Abstrakt: Alzheimerova choroba jako neurodegenerativní onemocnění vede k progresivnímu úbytku kognitivních funkcí. Tento jev má zásadní dopad na neuropsychologickou integritu a psychosociální adaptaci seniorů. Muzikoterapie aktivuje neuroplastické procesy v mozku, podporuje emocionální regulaci a kompenzuje kognitivní deficity. Empirické studie prokázaly, že systematická muzikoterapeutická intervence snižuje úzkost a depresi, zlepšuje komunikační schopnosti a posiluje sociální kompetence u seniorů s demencí. Kvalitativní analýza kazuistik odhalila, že muzikoterapie umožňuje seniorům vyjádřit a zpracovat traumatické zkušenosti spojené se ztrátou paměti a identity. Tento příspěvek zdůrazňuje význam integrace muzikoterapie do komplexní péče o seniory s Alzheimerovou chorobou, přičemž klade důraz na individuálně přizpůsobené programy jako klíčový nástroj pro zlepšení kvality života. Výsledky naznačují, že muzikoterapie může hrát účinnou roli v udržení kognitivních funkcí, emocionální stability a sociální inkluze.

Klíčová slova: Alzheimerova choroba; muzikoterapie; neuroplasticita; emocionální regulace; sociální kompetence; kognitivní úbytek, Psychosomatická muzikoterapie.

Abstrakt: Alzheimer's disease as a neurodegenerative disorder leads to progressive cognitive decline. This phenomenon has a profound impact on the neuropsychological integrity and psychosocial adaptation of seniors. Music therapy activates neuroplastic processes in the brain, supports emotional regulation, and compensates for cognitive deficits. Empirical studies have demonstrated that systematic music therapy interventions reduce anxiety and depression, improve communication skills, and strengthen social competence in seniors with dementia. Qualitative case analysis revealed that music therapy enables seniors to express and process traumatic experiences associated with memory and identity loss. This paper emphasizes the importance of integrating music therapy into comprehensive care for seniors with Alzheimer's disease, highlighting individually tailored programs as a key tool for improving quality of life. The results suggest that music therapy can play an effective role in maintaining cognitive functions, emotional stability, and social inclusion.

Keywords: Alzheimer's disease; music therapy; neuroplasticity; emotional regulation; social competence; cognitive decline, Psychosomatic music therapy.

Úvod

Alzheimerova choroba je nejčastější formou demence, která postihuje především seniory a projevuje se progresivním úbytkem kognitivních funkcí včetně paměti, řeči a exekutivních schopností. Tyto změny mají hluboký dopad nejen na kognitivní výkon, ale také na psychosociální fungování jedince. Tato predikce často vede k úzkosti, depresi, sociální izolaci a ztrátě identity. V kontextu sociální práce a psychologie je klíčové pochopit, jak muzikoterapie může kompenzovat kognitivní deficity a posilovat emocionální a sociální kompetence seniorů s Alzheimerovou chorobou.

Muzikoterapie jako neinvazivní a umělecko – terapeutická metoda využívá hudební stimuly k aktivaci alternativních mozkových drah. Intervenční cíle pak dosahují umožnění obnovy paměti, zlepšení nálady a posílení sociálních vazeb. Tento příspěvek se zaměřuje na neuropsychologické mechanismy muzikoterapie a její psychosociální benefity u seniorů s Alzheimerovou chorobou.

Neuropsychologické dopady Alzheimerovy choroby

„Stáří je obecné označení pozdních fází ontogeneze. Jde o poslední vývojovou etapu, která uzavírá, završuje život osobnostně, duševně, spirituálně i tělesně" (Čeledová, Kalvach, Čevela, 2016, s. 11). Alzheimerova choroba je spojena s atrofií mozkové kůry zejména v oblastech hipokampu, temporálního laloku a prefrontální kůry. Tyto strukturální změny vedou k výrazným kognitivním a emocionálním poruchám včetně poruch krátkodobé i dlouhodobé paměti, narušení emocionální regulace a zhoršené sociální interakci. Muzikoterapie představuje účinnou možnost cílené intervence s důsledky aktivace limbického systému funkčně spojeného s emocionální pamětí, stimulace motorické kůry ve vztahu k pohybové reakci na rytmus a podnícení uvolňování oxytocinu vyvolávající pocit bezpečí a sociálního spojení.

Psychopatologické symptomy spojené s Alzheimerovou chorobou

Alzheimerova choroba je provázena širokým spektrem psychopatologických symptomů, které významně ovlivňují kvalitu života pacientů i jejich blízkých a odrážejí komplexní interakci neurodegenerativních změn, emocionální destabilizace a sociálního vyčlenění. Mezi nejčastější projevy patří depresivní syndromy charakterizované trvalým smutkem, ztrátou zájmu o dříve milované aktivity, pocity beznaděje a sociálním stažením, které často vznikají jako reakce na uvědomění si kognitivního úpadku nebo ztráty nezávislosti. Úzkostné stavy se projevují nadměrným strachem z opuštění, dezorientací v známém prostředí či panickými reakcemi, které mohou eskalovat do agresivního chování, a to zejména v pokročilých stádiích onemocnění. V této fázi nemoci pacienti nebo klienti nejsou schopni verbálně vyjádřit své potřeby. Psychotické symptomy jako jsou paranoidní bludy či zrakové nebo sluchové halucinace dále komplikují klinický obraz a zhoršují kognitivní funkce. Jejich výskyt koreluje s atrofií temporálních a frontálních oblastí mozku. Apatie je pak jedním z nejzávažnějších a často podceňovaných projevů manifestující se jako hluboká lhostejnost, absence motivace k jakékoliv činnosti a emocionální otupělost. Popisovaný stav výrazně snižuje schopnost pacientů zapojovat se do sociálních interakcí a zhoršuje jejich celkovou životní spokojenost. Uvedené symptomy nejsou pouze důsledkem biologických změn, ale jsou vzájemně provázané s psychologickými faktory jako je ztráta identity, frustrace z neschopnosti komunikace nebo traumatizující zkušenost postupného "mizení" vlastního já, což může vést k behaviorálním poruchám. Škála těchto projevů je rozmanitá počínaje agitovaností a neklidem až po fyzickou agresi vůči pečovatelům. „Úspěšné stárnutí by mělo vytvořit předpoklady pro aktivní zdravé

stáří. Jde o zachování zdraví, vyvarování se chorob, o zachování funkční zdatnosti, psychické pohody, aktivit, bohaté sociální sítě kontaktů i o vytvoření ekonomických, bytových i dalších předpokladů“ (Kalvach, Čeledová, Holmerová, 2011, s. 82). Komplexní přístup k péči zahrnující farmakologickou léčbu, behaviorální intervence, psychoterapii nebo právě umělecké terapie je proto nezbytný nejen pro zmírnění těchto symptomů, ale také pro zachování důstojnosti a emocionální pohody pacientů v průběhu progrese onemocnění.

Muzikoterapie v gerontologii

„Muzikoterapie je samostatný a svébytný uměleckoterapeutický obor, který prostřednictvím cíleného působení zvuků a hudby podporuje, rozvíjí a integruje kompetence člověka s cílem obnovy zdraví a naplnění bio – psycho – sociálně – spirituálních potřeb“ (Beníčková, 2017, s. 24–25).

Muzikoterapie v gerontologii představuje podpůrnou intervenci, která efektivně adresuje specifické potřeby seniorů. V kontextu kompenzace dopadu stárnutí, kognitivního úbytku funkcí a sociální izolace má muzikoterapie svou významnou roli v systému sociální péče. Jako nefarmakologická metoda využívá terapeutický potenciál hudby k podpoře kognitivních funkcí emocionální regulace a sociální interakce. U seniorů s neurodegenerativními onemocněními jako je Alzheimerova choroba muzikoterapie aktivuje alternativní mozkové dráhy prostřednictvím rytmické stimulace, melodické struktury a emocionálně nabitých vzpomínek. Volba takové hudebně – terapeutické strategie může dočasně kompenzovat poškození hipokampu a temporálních oblastí mozku. V praxi se uplatňují aktivní i receptivní techniky muzikoterapie, které podporují motorickou koordinaci, sebevyjádření a pocit zlepšení komplexní kvality života. Výzkumy ukazují, že pravidelná muzikoterapeutická intervence u seniorů vede ke zlepšení nálady, snížení behaviorálních symptomů demence a posílení identity prostřednictvím připomínání životních událostí spojených s hudbou. Díky své neinvazivnosti, nízké náročnosti na kognitivní výkon a schopnosti překonávat komunikační bariéry se muzikoterapie stává nedílnou součástí komplexní gerontologické péče, Jejím hlavním přínosem je komplexní přístup, který respektuje individuální potřeby seniorů a podporuje jejich psychosociální pohodu, důstojnost a kvalitu života i v pokročilém věku.

Výzkumné šetření

Výzkumné šetření muzikoterapie u seniorů s Alzheimerovou chorobou bylo provedeno jako osmitýdenní pilotní studie s cílem zhodnotit vliv strukturované muzikoterapeutické intervence na kognitivní funkce, emocionální stabilitu a sociální interakci u 15 účastníků s průměrným věkem 78 let v raném až středním stádiu Alzheimerovy choroby. Intervence probíhala 2x týdně ve čtyřiceti pětiminutových minutových sezeních, které kombinovaly aktivní i receptivní muzikoterapii. vycházel z konceptu muzikoterapeutické metody Psychosomatická muzikoterapie, která je autorskou metodou Marie Beníčkové a její účinnost je ověřena klinickým výzkumem. Konkrétní muzikoterapeutické techniky byly zaměřeny na zpěv známých lidových a populárních písní z mládí, rytmické aktivity s jednoduše ovladatelnými nástroji, poslech individuálně vybrané hudby s následnou reminiscenční terapií. Výzkum využíval smíšený design. Kvantitativní data byla získána prostřednictvím standardizovaných testů aplikovaných před a po intervenci pro získání klinického obrazu úzkosti a deprese, zatímco kvalitativní analýza vycházela z cíleného pozorování muzikoterapeutů a polostrukturovaných rozhovorů s pečovateli. Výsledky prokázaly statisticky významné zlepšení v těchto oblastech: 25% nárůst v testech paměti zejména při vzpomínání na texty písní, 40% snížení úzkostných symptomů, zvýšená verbální a neverbální komunikace během terapií při spontánním vyprávění navozených vzpomínek a redukce agitovanosti u účastníků s behaviorálními poruchami. Limity studie zahrnovaly malý vzorek a krátké trvání, nicméně výsledky podtrhly potenciál muzikoterapie jako podpůrné metody v péči o seniory s demencí

zejména díky její nízké invazivitě, vysoké přijatelnosti a schopnosti posilovat emocionální spojení i v pokročilých stádiích onemocnění.

Diskuse

Výsledky naší studie potvrzují, že muzikoterapie představuje účinnou nefarmakologickou intervenci v péči o seniory s Alzheimerovou chorobou, a to jak z hlediska neuropsychologických benefitů, tak psychosociálních aspektů. Zjištěné zlepšení v oblasti kognitivních funkcí zejména v epizodické paměti podporuje hypotézu o kompenzačním mechanismu hudby, která aktivuje alternativní neuronové sítě v oblastech mozku méně postižených neurodegenerací např. amygdala nebo prefrontální kortex. Tento fenomén je v souladu s předchozími studiemi Cudd, Duffin, 2005; Särkämö et al., 2014, které prokázaly, že hudba stimuluje paměťové stopy uložené v emocionálně nabitých oblastech mozku. Dané oblasti zůstávají relativně zachovány i v pokročilých stádiích demence. Naše data navíc naznačují, že rytmická struktura hudby může podporovat exekutivní funkce, což by mohlo být využito v kombinaci s dalšími kognitivními tréninky.

Z psychosociálního hlediska se muzikoterapie ukázala jako efektivní nástroj pro redukci behaviorálních a psychologických symptomů demence včetně úzkosti, agresivity a apatie. Tento efekt lze vysvětlit emocionálně-regulační funkcí hudby, která působí jako neinvazivní a zároveň posiluje pocit identity prostřednictvím připomínání osobních vzpomínek. Zajímavým zjištěním bylo, že aktivní muzikoterapeutické techniky měly větší vliv na sociální interakci než receptivní metody. Tento výsledek může souviset s posílením pocitu kompetence a snížením izolace u účastníků. Tento nález koresponduje s pracemi jako je studie od Riddera a kol. (2013), která zdůraznila roli aktivní participace v muzikoterapii jako klíčového faktoru pro zlepšení kvality života seniorů.

Přesto je třeba interpretovat výsledky s určitou opatrností. Studie měla omezený vzorek (n=15) a krátké trvání (8 týdnů), což neumožňuje generalizaci závěrů na širší populaci. Dále by bylo vhodné prodloužit období pro pozorování, abychom zjistili, zda jsou pozorované efekty dlouhodobě udržitelné. Budoucí výzkum by se měl zaměřit také na srovnání různých muzikoterapeutických přístupů (individuální vs. skupinová terapie, aktivní vs. receptivní metody) a jejich vliv na specifické symptomy udané cílové skupiny. Důležité by bylo také zapojit neurozobrazovací metody k detailnějšímu prozkoumání mozkových mechanismů, které stojí za terapeutickým účinkem hudby.

Z praktického hlediska naše zjištění podporují integraci muzikoterapie do standardní péče o seniory s demencí. Díky své nízké náročnosti, bezpečnosti a vysoké přijatelnosti mezi pacienty by mohla být využita nejen v institucionálním prostředí, ale také v domácí péči, kde by pomohla snížit zátěž pečujících a zlepšit komunikaci s nemocnými. Vzhledem k rostoucí prevalenci Alzheimerovy choroby a omezeným možnostem farmakologické léčby se muzikoterapie jeví jako slibná podpůrná metoda, která může přispět ke komplexní péči o seniory z hlediska kognitivního a emocionálního, ale také i sociálního a spirituálního.

V závěru je třeba zdůraznit, že muzikoterapie by neměla být chápána jako izolovaná intervence, ale jako součást komplexního terapeutického plánu, který zahrnuje také farmakoterapii, ergoterapii a sociální podporu a další metody a přístupy. Budoucí výzkum by měl směřovat k optimalizaci terapeutických protokolů a identifikaci individuálních prediktorů úspěšnosti, aby bylo možné muzikoterapii personalizovat podle potřeb každého pacienta.

Závěr

Muzikoterapie představuje unikátní a nadějný systém v péči o seniory s Alzheimerovou chorobou, která přesahuje rámec klasických terapeutických přístupů. Muzikoterapie je svébytným a samostatným oborem, který ve svých metodách, přístupech, modelech, studiích i výzkumech stále častěji a efektivně prokazuje účinnost správně volené a cílené

muzikoterapeutické intervence. Jejím největším přínosem je schopnost propojit kognitivní, emocionální a sociální dimenze života osob postižených demencí v pokročilých stádiích onemocnění, kdy jiné formy komunikace selhávají. Výzkumy opakovaně prokazují, že hudba jako univerzální jazyk lidské zkušenosti dokáže aktivovat dlouhodobou paměť, snižovat úzkost a agresivitu, podporovat neverbální komunikaci a obnovovat pocit identity prostřednictvím vzpomínek spojených s významnými životními událostmi. Tyto efekty nejsou pouze dočasnou úlevou, ale mohou zpomalit progresi některých symptomů a zlepšit kvalitu života jak pacientů, tak jejich blízkých.

Co činí muzikoterapii výjimečnou je její přístupnost, bezpečnost a individualizace. Na rozdíl od farmakologické léčby nemá prakticky žádné vedlejší účinky a narozdíl od mnoha jiných terapií může být aplikována i v pozdních stádiích demence, kdy jiné intervence ztrácejí účinnost. Hudba, která je spojena s osobní historií jedince, dokáže prolomit bariéry izolace a navodit okamžiky jasnosti a spojení i u těch, jejichž svět se jinak rozplývá v mlze zapomnění. Tento aspekt je obzvláště důležitý v kontextu paliativní péče, kde muzikoterapie může hrát roli nejen terapeutického nástroje, ale také zdroje důstojnosti a radosti v závěrečných fázích života. Přestože muzikoterapie není lékem na Alzheimerovu chorobu, její role v komplexní a multidimenzionální péči je neocenitelná. Výzvou pro budoucnost zůstává šířit povědomí o jejích možnostech mezi odborníky, pečovatele i veřejnost, zajistit její dostupnost v různých typech zařízení a podpořit další výzkum, který by pomohl lépe porozumět jejímu působení na mozek. V době, kdy populace stárne a počet osob s demencí neustále roste, se muzikoterapie jeví nejen jako účinný nástroj, ale také jako symbol humánního přístupu k péči o seniory.

Bibliografie

Beníčková, M. (2017). Muzikoterapie a edukace. Praha: Grada Publishing as.

Cuddy, L., Duffin, J. (2005). Music, memory, and Alzheimer's disease: is music recognition spared in dementia, and how can it be assessed? Journal: Medical Hypotheses Volume 64, Issue 2, 229-235.

Čeledová, L., Kalvach, Z., Čevela, R. (2016). Úvod do gerontologie. Praha: Karlova univerzita, Karolinum Press.

Hartl, P. (2004). Stručný psychologický slovník. Praha: Portál.

Kalvach, Z, Čeledová, L., Holmerová, I.: Křehký pacient a primární péče. Praha: Grada Publishing as.

Ridder, H. a kol. (2013). Individual music therapy for agitation indementia: an exploratory randomized controlled trial. Aging and Mental Health 17(6), s. 667-678.

Särkämö, T. et al. (2014). Cognitive, emotional, and social benefits of regular musical activities in early dementia: randomized controlled study. Journal: Gerontologist. Aug;54(4):634-50.

INTERNETOVÁ ZÁVISLOSŤ V KONTEXTE MARGINALIZOVANÝCH RÓMSKYCH KOMUNÍT: PSYCHOSOCIÁLNE ASPEKTY A DIGITÁLNA PRIEPASŤ

INTERNET ADDICTION IN THE CONTEXT OF MARGINALIZED ROMA COMMUNITIES: PSYCHOSOCIAL ASPECTS AND THE DIGITAL DIVIDE

Zuzana Budayová
doc. PhDr. Mgr. PhD., M.Ed
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-6171-3384
Katolícka univerzita v Ružomberku, Teologická fakulta, Teologický inštitút
Spišská Kapitula 12, 053 04 Spišské Podhradie
Slovenská republika
zuzana.budayova@ku.sk

Abstrakt

Úvod: Digitálne technológie predstavujú významný faktor v živote detí zo sociálne znevýhodneného prostredia, pričom ich vplyv môže byť ambivalentný. Cieľom práce je analyzovať mechanizmy vedúce k maladaptívnemu využívaniu digitálnych technológií a identifikovať ich dôsledky v kontexte sociálneho vylúčenia.

Metódy: Výskum bol realizovaný kvalitatívnym prístupom prostredníctvom dvoch prípadových štúdií detí vyrastajúcich v marginalizovanom prostredí. Dáta boli analyzované pomocou otvoreného a axiálneho kódovania, na základe ktorého bol vytvorený konceptuálny a následne integrovaný teoretický model.

Výsledky: Zistenia ukazujú, že digitálne technológie plnia kompenzačnú funkciu pri nedostatku sociálnych a kognitívnych podnetov. U adolescenta sa prejavil digitálny eskapizmus spojený s potrebou sociálneho uznania, zatiaľ čo u mladšieho dieťaťa bola identifikovaná herná závislosť sprevádzaná kognitívnou stagnáciou. V oboch prípadoch boli zaznamenané negatívne dôsledky v oblasti psychického zdravia, vzdelávania a fyzického vývinu.

Diskusia: Výsledky potvrdzujú význam štrukturálnych faktorov a podporujú koncept tretej úrovne digitálnej priepasti, kde kvalita využívania technológií ovplyvňuje životné šance jednotlivca. Efektívna intervencia si vyžaduje komplexný prístup zameraný na rozvoj prostredia, digitálnych kompetencií a transformáciu digitálnych aktivít na produktívne formy.

Kľúčové slová: digitálna priepast, sociálne znevýhodnenie, deti, digitálny eskapizmus, herná závislosť, kognitívny vývin

Abstract

Introduction: Digital technologies represent a significant factor in the lives of children from socially disadvantaged backgrounds, with effects that can be both beneficial and harmful. The aim of this study is to analyze the mechanisms leading to maladaptive use of digital technologies and to identify their consequences within the context of social exclusion.

Methods: The research was conducted using a qualitative approach based on two case studies of children growing up in a marginalized environment. The data were analyzed through open

and axial coding, which informed the development of a conceptual and subsequently an integrated theoretical model.
Results: The findings indicate that digital technologies serve a compensatory function in response to the lack of social and cognitive stimulation. In the adolescent case, digital escapism associated with the need for social recognition was observed, while in the younger child, gaming addiction accompanied by cognitive stagnation was identified. In both cases, negative consequences were found in the areas of mental health, education, and physical development.
Discussion: The results confirm the importance of structural factors and support the concept of the third-level digital divide, where the quality of technology use significantly affects an individual's life chances. Effective intervention requires a comprehensive approach focused on enhancing the environment, developing digital competencies, and transforming digital activities into productive forms.

Keywords: digital divide, social disadvantage, children, digital escapism, gaming addiction, cognitive development

Úvod

Internetová závislosť (IZ) alebo problematické používanie internetu (PIU – *Problematic Internet Use*) sa v poslednom desaťročí stalo globálnou témou verejného zdravia. Hoci sa výskum primárne zameriava na majoritnú populáciu, špecifické sociokultúrne prostredie marginalizovaných rómskych komunít (MRK) vytvára unikátny rámec pre vznik a rozvoj digitálnych patológií. Táto štúdia analyzuje prienik sociálneho vylúčenia, digitálnej inklúzie a rizika vzniku internetovej závislosti u rómskej populácie.

Vymedzenie internetovej závislosti

Internetová závislosť nie je v súčasnosti klasifikovaná ako samostatná diagnóza v DSM-5-TR, avšak Svetová zdravotnícka organizácia v MKCH-11 už uznáva závislosť od digitálnych hier. Podľa Youngovej (1998) sa tento fenomén vyznačuje kľúčovými dimenziami, ako sú salienca (internet ako dominantná aktivita), modifikácia nálady a abstinenčné príznaky.
V stredoeurópskom kontexte Heller a Pecinovská (2016) upozorňujú, že nelátkové závislosti, kam patrí aj IZ, často koexistujú s inými psychosociálnymi problémami. Griffiths (2018) dopĺňa, že behaviorálne závislosti fungujú na princípe okamžitého uspokojenia, čo je obzvlášť rizikové v prostrediach s limitovanými možnosťami sebarealizácie.

Špecifiká digitálneho správania Rómov v MRK

Prístup k informačným technológiám v segregovaných komunitách prešiel špecifickým vývojom. Gerbery (2021) vo svojej analýze sociálnej exklúzie a digitálnych technológií poukazuje na to, že v prostredí MRK dochádza k tzv. technologickému preskoku (*leapfrogging*). Smartfón sa stal primárnym a často jediným bodom vstupu do digitálneho sveta, čo vytvára podmienky pre neustálu, nekontrolovanú prítomnosť v online priestore.
Mládež v MRK čelí kumulatívnemu znevýhodneniu. Vanišová (2019) zdôrazňuje, že rómske dieťa vstupuje do digitálneho sveta často bez adekvátnej mediálnej mediácie zo strany rodičov, ktorí sami disponujú nízkou mierou digitálnej gramotnosti.

Súvislosť medzi socioekonomickým statusom a duševným zdravím v online priestore potvrdzujú aj Ponti et al. (2023), ktorí uvádzajú, že nízky SES je silným prediktorom nadmerného a problematického používania sociálnych sietí. Internet tu neslúži len na zábavu, ale ako mechanizmus eskapizmu – úniku pred stresom z chudoby a diskriminácie.

Digitálna priepasť a sociálne nerovnosti

Teória digitálnej priepasti sa dnes už nezaoberá len technickou dostupnosťou, ale spôsobom využívania technológií. Van Dijk (2020) definuje túto nerovnosť ako priepasť v zručnostiach a prínosoch. Kým majoritná populácia využíva sieť na vzdelávanie a prácu, v marginalizovaných skupinách dominuje pasívna konzumácia obsahu.

Helsper (2021) k tomu dodáva, že digitálne nerovnosti sú priamym zrkadlom sociálnych nerovností. Ak má jednotlivec nízky sociálny kapitál v reálnom svete, jeho online aktivity majú tendenciu byť menej produktívne a viac smerovať k rizikovému správaniu, vrátane závislosti.

Odborníci (napr. sociológ Jan van Dijk) rozlišujú tri štádiá, kde vzniká nerovnosť:

- Prvá úroveň: Prístup (Technická priepasť) Ide o fyzickú dostupnosť hardvéru a stabilného internetového pripojenia. Rozdiely vidíme medzi bohatými a chudobnými krajinami, ale aj v rámci jedného štátu (mesto vs. vidiek, domácnosti s vysokým vs. nízkym príjmom).
- Druhá úroveň: Digitálna gramotnosť (Zručnostná priepasť) Vlastniť smartfón neznamená vedieť ho efektívne využívať. Sociálne znevýhodnené skupiny často ovládajú len základy (sociálne siete, zábava), zatiaľ čo ľudia s vyšším vzdelaním využívajú internet na hľadanie informácií, vzdelávanie a prácu.
- Tretia úroveň: Prínosy (Výsledková priepasť) Toto je najkritickejšie štádium. Ide o to, ako sa digitálne aktivity pretavia do reálneho života. Človek z vyššej vrstvy vďaka internetu ušetrí peniaze (online banking, porovnávače cien) alebo si nájde lepšiu prácu (LinkedIn). Človek zo znevýhodneného prostredia môže na internete tráviť viac času, ale bez reálneho ekonomického alebo sociálneho zisku.

Internet nie je „veľký vyrovnávač“, ako sa kedysi predpokladalo. Naopak, často funguje ako zosilňovač:

- Ekonomický kapitál: Kvalitné dáta a zariadenia stoja peniaze. Ak rodina rieši základné prežitie, investícia do rýchleho optického internetu alebo nového notebooku pre dieťa je luxusom.
- Vzdelanostný kapitál: Školy v bohatších oblastiach integrujú technológie do kritického myslenia, zatiaľ čo v marginalizovaných oblastiach sa internet často vníma len ako nástroj na konzumáciu obsahu.
- Sociálny kapitál: Internet rozširuje siete kontaktov. Ľudia s vysokým sociálnym statusom ho využívajú na budovanie profesijných sietí, zatiaľ čo u izolovaných skupín môže viesť k uzatváraniu sa do „online bublín“ s podobne znevýhodnenými ľuďmi.

Mechanizmus "Matúšovho efektu"

V sociológii digitálnych médií sa často spomína tzv. Matúšov efekt: *„Lebo každému, kto má, bude dané a bude mať hojnosť...“*

V praxi to znamená, že tí, ktorí sú už spoločensky zvýhodnení (majú vzdelanie, peniaze, kontakty), profitujú z internetu exponenciálne viac. Naopak, pre ľudí na okraji spoločnosti sa

internet môže stať skôr pascou – miestom, kde podliehajú dezinformáciám, hazardným hrám alebo nekontrolovanej konzumácii obsahu, čo ich sociálnu izoláciu ešte prehlbuje.

Tabuľka 1 Porovnanie využívania internetu podľa statusu

Typ aktivity	**Skupiny s vysokým statusom**	**Skupiny s nízkym statusom**
Prevládajúci účel	Kapitálový (práca, vzdelávanie, investície)	Rekreačný (hry, sociálne siete, videá)
Prístup k informáciám	Aktívne vyhľadávanie a overovanie	Pasívny príjem (algoritmický výber)
Ekonomický dopad	Úspora času a peňazí	Často finančná strata (dáta, mikrotransakcie)

Tento proces vedie k tomu, že digitalizácia štátnych služieb (e-Government) môže paradoxne ešte viac odstrihnúť najchudobnejších od pomoci, ak nie sú schopní tieto systémy ovládať.

Kognitívne a zdravotné dôsledky

Vplyv technológií na vývin detí v špecifických podmienkach osád skúmali Špotáková et al. (2020). Ich zistenia naznačujú, že hoci technológie môžu stimulovať určité kognitívne procesy, nekontrolované používanie u detí z MRK vedie k zanedbávaniu školskej dochádzky a narušaniu kognitívneho vývinu v dôsledku spánkovej deprivácie a absencie offline podnetov.

Vedecké poznatky z posledných rokov (2024 – 2026) potvrdzujú, že internetová závislosť (IZ) nie je len psychologickým stavom, ale má hlboké fyziologické a neurobiologické dôsledky. U detí a mládeže z marginalizovaných komunít sú tieto dopady často umocnené nedostatkom včasnej intervencie a odborného poradenstva.

"Podľa najnovších globálnych dát (SQ Magazine, 2025) vykazuje v roku 2025 až 21,8 % používateľov internetu príznaky stredne ťažkej až ťažkej závislosti. U rómskej mládeže je toto riziko amplifikované nízkou mediálnou mediáciou v rodinách, čo potvrdzuje aj Mikloško (2025), keď uvádza, že nedostatok spoločného času s rodičmi priamo úmerne zvyšuje čas strávený v nekontrolovanom online priestore." Prieskum realizovaný na vzorke žiakov základných škôl, ktorý varuje pred "epidémiou digitálnej závislosti" a poukazuje na súvislosť medzi nízkym časom stráveným s rodičmi a nárastom online rizík (Mikloško, 2025).

Kognitívne dôsledky a zmeny v štruktúre mozgu

Dlhodobé nadmerné používanie digitálnych technológií mení spôsob, akým mozog spracováva informácie.

Oslabenie exekutívnych funkcií: Výskumy (napr. Špotáková et al., 2020) naznačujú, že u detí z MRK, ktoré sú vystavené nekontrolovanému digitálnemu obsahu bez stimulácie v offline prostredí, dochádza k oslabeniu schopnosti sebaovládania a plánovania. Mozog si zvyká na „rýchly dopamín“, čo vedie k neschopnosti sústrediť sa na dlhšie a náročnejšie úlohy (napr. čítanie s porozumením).

Fenomén „digitálnej demencie“: Hoci je tento termín v akademických kruhoch kontroverzný, štúdie z roku 2025 (SQ Magazine) poukazujú na zníženie kapacity krátkodobej pamäte u

dospievajúcich s ťažkou IZ. Neustále prepínanie medzi aplikáciami bráni hlbokému kódovaniu informácií do dlhodobej pamäte.
Jazykový vývin: Najmä u mladších detí v komunite, kde smartfón nahrádza interakciu s rodičom, dochádza k oneskoreniu vývinu reči. Pasívne sledovanie videí v cudzom alebo nesprávnom jazykovom kontexte (často YouTube Kids v angličtine bez porozumenia) deformuje materinský jazykový základ.

Psychické zdravie a komorbidita
Internetová závislosť málokedy existuje izolovane. Často funguje ako symptóm hlbších psychosociálnych problémov.
Úzkosť a depresia: Najnovšie globálne dáta (SQ Magazine, 2025) uvádzajú, že až 57 % osôb so závislosťou od internetu trpí sprievodnými duševnými poruchami. V prostredí marginalizovaných komunít, kde jednotlivci čelia sociálnemu vylúčeniu, pôsobí internet ako „falošná terapia“, ktorá však v konečnom dôsledku prehlbuje pocity osamelosti po odhlásení sa. Výskum zameraný na generáciu Z (13–24 rokov), ktorý dokumentuje nárast online rizík, ako sú podvody a strata identity, čo je relevantné pre zraniteľné komunitné prostredie (Snap Inc. / ConnectSafely, 2025).
Emocionálna dysregulácia: Podľa Mikloška (2025) vedie nadmerné používanie sociálnych sietí k neschopnosti zvládať nudu a stres v reálnom živote. Absencia mediálnej výchovy v rodinách MRK spôsobuje, že deti sú vystavené kyberšikane alebo nenávistným prejavom, čo priamo vedie k nárastu agresivity alebo sebapoškodzovania. "Vedecké meta-analýzy z roku 2025 naznačujú silnú koreláciu medzi IZ a duševným zdravím; 57 % diagnostikovaných vykazuje symptómy klinickej depresie (SQ Magazine, 2025). V prostredí MRK, kde je dostupnosť psychologickej pomoci limitovaná, môže tento trend viesť k nárastu neliečených psychosociálnych porúch u dospievajúcich."

Somatické (zdravotné) dôsledky
Fyzické dopady sú v rómskych osadách viditeľnejšie kvôli špecifickým bytovým podmienkam (stiesnené priestory, slabé osvetlenie).
Spánková deprivácia a cirkadiánny rytmus: Používanie mobilov neskoro do noci („blue light“ efekt) blokuje tvorbu melatonínu. Mikloško (2025) uvádza, že spánkový deficit je hlavnou príčinou školskej neúspešnosti detí z chudobnejších pomerov. Chronická únava vedie k zníženiu imunity a zvýšenej náchylnosti na infekčné ochorenia.
Poruchy zraku a držania tela: Neustále skláňanie sa nad malým displejom smartfónu spôsobuje tzv. „text neck“ syndróm (bolesti krčnej chrbtice). V kombinácii s nedostatočnou výživou a nedostatkom preventívnych prehliadok u očných lekárov v MRK dochádza k nediagnostikovanej krátkozrakosti.
Obezita a metabolické poruchy: Sedavý spôsob života spojený s IZ je priamym rizikovým faktorom pre vznik detskej obezity a cukrovky 2. typu. Keďže v mnohých komunitách chýba bezpečná infraštruktúra pre šport, mobilný telefón zostáva dominantnou formou „pohybu“ (hry), čo má dlhodobé devastačné účinky na kardiovaskulárny systém.

Tabuľka 2 Súhrnná tabuľka dôsledkov

Oblasť	Konkrétny prejav	Odborný zdroj
Kognícia	Deficit pozornosti a neschopnosť hlbokého učenia	Špotáková (2020)
Mentálne zdravie	Vysoká miera úzkosti a depresie (komorbidita)	SQ Magazine (2025)
Správanie	Strata kontroly impulzov, online agresia	Griffiths (2018)
Fyziológia	Poruchy spánku a chronická únava	Mikloško (2025)
Zrak	Digitálne namáhanie očí a zhoršenie vizusu	Van Dijk (2020)

Empirické skúmanie

Empirická časť práce sa zameriava na hlbšie porozumenie digitálneho správania detí vyrastajúcich v podmienkach sociálneho znevýhodnenia prostredníctvom kvalitatívneho výskumného dizajnu. Vzhľadom na komplexnosť skúmanej problematiky bol zvolený prístup prípadovej štúdie, ktorý umožňuje detailné a kontextuálne ukotvené skúmanie individuálnych skúseností a správania v prirodzenom prostredí.

Prípadová štúdia predstavuje vhodnú metodologickú stratégiu najmä v situáciách, keď je cieľom zachytiť dynamiku javov v ich prirodzenej komplexnosti a vzájomných súvislostiach. Tento prístup umožňuje analyzovať nielen samotné správanie respondentov, ale aj širšie sociálne, rodinné a environmentálne faktory, ktoré toto správanie formujú.

V rámci empirickej časti sú analyzované dve prípadové štúdie detí pochádzajúcich zo sociálne znevýhodneného prostredia. Výber prípadov bol zámerný, pričom cieľom bolo zachytiť rozdielne vývinové štádiá a formy digitálneho správania. Prvý prípad predstavuje adolescenta, u ktorého sa prejavuje digitálny eskapizmus spojený s potrebou sociálneho uznania. Druhý prípad sa zameriava na mladšie dieťa, u ktorého dominuje herná závislosť a s ňou súvisiace kognitívne dôsledky.

Analýza jednotlivých prípadov bola realizovaná pomocou kvalitatívnych analytických postupov, konkrétne otvoreného a axiálneho kódovania. Cieľom bolo identifikovať kľúčové kategórie, vzťahy medzi nimi a následne vytvoriť konceptuálny model vysvetľujúci skúmaný fenomén. Následná komparácia prípadov umožnila formulovať integrovaný teoretický rámec, ktorý presahuje individuálne špecifiká jednotlivých respondentov.

Empirická časť tak poskytuje nielen deskriptívny pohľad na analyzované prípady, ale aj analytické a interpretačné uchopenie problematiky digitálneho správania v kontexte sociálneho vylúčenia. Získané poznatky tvoria základ pre formuláciu záverov a návrhov praktických implikácií uvedených v ďalších častiach práce.

Prípadové štúdie

Prípadová štúdia č. 1: Marek (16 r.) – Fenomén sociálneho uznania a digitálneho eskapizmu

1. Sociálna a rodinná anamnéza
Marek žije v segregovanej rómskej osade na východnom Slovensku. Domácnosť tvorí 8 členov v trojizbovom dome. Marekove vzťahy s rodičmi sú limitované; otec pracuje na týždňovkách v zahraničí, matka má nízke vzdelanie a v oblasti digitálnych technológií je úplne pasívna. Marek je typickým príkladom „mobile-only“ používateľa – počítač nikdy nevlastnil, internet využíva výhradne cez smartfón strednej triedy kúpený na paušál.
2. Manifestácia problému (Symptomatológia)
Marek trávi v online priestore priemerne 10 až 12 hodín denne. Podľa teórie Helsperovej (2021) o digitálnom odpojení, Marek využíva internet ako nástroj na získavanie sociálneho kapitálu, ktorý mu v reálnom svete chýba.

- Saliencia: Internet sa stal jeho jedinou prioritou. Zanedbáva osobnú hygienu a prípravu do školy (končiaci ročník ZŠ).
- Sociálne siete ako „validátor“: Marek publikuje videá na TikToku a Facebooku. Počet „lajkov“ priamo koreluje s jeho sebahodnotením. Ak je odozva nízka, prepadá depresiám a pocitom menejcennosti (Ponti et al., 2023).
- Eskapizmus: Virtuálny svet mu ponúka identitu úspešného mladého muža, ktorú v chudobnej osade nedokáže realizovať.

3. Zdravotné a kognitívne dopady
Marek trpí chronickou spánkovou depriváciou. Do 3:00 ráno sleduje livestreamy, čo vedie k tomu, že do školy prichádza apatický alebo ju úplne vynecháva. Mikloško (2025) uvádza, že takýto režim vedie k nevratným stratám v procese učenia. Fyzicky sa u Mareka prejavuje výrazné zakrivenie krčnej chrbtice a časté migrény spôsobené modrým svetlom displeja.
4. Odborná analýza a intervencia
Z hľadiska Youngovej (1998) Marek vykazuje 7 z 8 znakov internetovej závislosti. Intervencia v tomto prostredí je náročná, pretože rodina nevníma čas strávený s mobilom ako problém, kým dieťa „nie je na ulici“.

- Návrh riešenia: Zapojenie komunitného centra, kde by Marek dostal rolu „digitálneho mentora“ – premena pasívnej závislosti na aktívnu, produktívnu zručnosť (napr. strih videa).

Tabuľka 3 Otvorené a axiálne kódovanie prípadových štúdií

Jadrová kategória (Core Category) - Digitálny eskapizmus ako náhrada nedostatku sociálneho uznania v podmienkach sociálneho vylúčenia

Kategorizácia	**Otvorené kódovanie**	**Kategorizácia**	**Axiálne kódovanie**
Sociálne a rodinné prostredie	segregovaná komunita chudoba / nízky socioekonomický status preplnená domácnosť slabý rodičovský dohľad absentujúci otec (práca v zahraničí) nízka digitálna gramotnosť matky „mobile-only“ prístup k internetu	**Štrukturálne podmienky (kontext)** **určujú východiskovú situáciu**	chudoba segregované prostredie rodinné zázemie digitálna exklúzia (mobile-only)

	absencia technologických zdrojov (PC)		
Vzorce používania technológií	extrémne dlhý čas online (10–12 hodín denne) nočné používanie internetu sledovanie livestreamov tvorba obsahu (TikTok, Facebook) závislosť na smartfóne	**Príčinné podmienky**	nedostatok sociálneho uznania offline slabé rodinné väzby absencia alternatívnych aktivít nízka kontrola používania technológií vedú k nadmernému používaniu internetu
Psychologické prejavy	závislosť od sociálneho uznania (lajky) nízke sebahodnotenie výkyvy nálad depresívne prežívanie pocity menejcennosti potreba validácie	**Fenomén – jadro štúdie**	digitálny eskapizmus + potreba sociálneho uznania internet ako náhrada reality online validácia ako zdroj identity
Behaviorálne symptómy závislosti	saliencia (internet ako priorita) zanedbávanie hygieny zanedbávanie školských povinností strata kontroly nad časom online únik z reality (eskapizmus)	**Stratégie správania**	masívne používanie sociálnych sietí tvorba obsahu nočné online aktivity únik do virtuálnej identity
Sociálna funkcia internetu	kompenzácia nedostatku sociálneho kapitálu budovanie online identity hľadanie uznania mimo reálneho prostredia digitálny eskapizmus	**Dôsledky (konzekvencie)**	a) Psychologické depresia závislosť nestabilné sebahodnotenie b) Sociálne izolácia od reality oslabené rodinné väzby c) Zdravotné spánková deprivácia fyzické problémy d) Edukačné školské zlyhávanie
Zdravotné dopady	spánková deprivácia únava / apatia bolesti hlavy (migrény) poškodenie zraku (modré svetlo – implicitne) deformácia chrbtice	**Moderujúce faktory**	rodinné normy („mobil nie je problém“) dostupnosť technológií komunitné zdroje (aktuálne slabé)
Vzdelávacie dopady	záškoláctvo nízka školská angažovanosť	**Intervenčný rámec**	využitie existujúcich digitálnych zručností

	kognitívne oslabenie riziko neukončenia vzdelania	**transformácia rizika na príležitosť**	zapojenie do komunity posilnenie identity cez kompetencie vedenie k produktívnemu využívaniu technológií
Rodinný a kultúrny kontext problému	normalizácia nadmerného používania mobilu nízka percepcia rizika zo strany rodiny preferencia „bezpečia doma“ pred sociálnym rizikom vonku		
Intervenčné možnosti	komunitné centrum premena závislosti na zručnosť digitálne mentorstvo rozvoj kreatívnych digitálnych kompetencií sociálne začlenenie cez technológie		

Konceptuálny model:

STRUKTURÁLNE PODMIENKY - sociálne vylúčenie, chudoba, rodina, mobile-only

↓

PRÍČINNÉ FAKTORY - nedostatok uznania, slabé väzby, nízka kontrola, absencia aktivít

↓

JADRO FENOMÉNU - digitálny eskapizmus + potreba uznania

↓

STRATÉGIE SPRÁVANIA - nadmerné používanie internetu, sociálne siete, tvorba obsahu, nočné aktivity

↓

DÔSLEDKY

Psychické	**Sociálne**	**Zdravotné**	**Edukačné**
depresia, závislosť	izolácia, oslabenie	spánok, migrény	záškoláctvo, nízky výkon

↑

MODERUJÚCE FAKTORY - normalizácia v rodine, nízka gramotnosť, dostupnosť mobilu

↓

INTERVENCIA - komunitné centrum, digitálne mentorstvo, rozvoj zručností, pozitívna identita

↓

TRANSFORMÁCIA - závislosť → kompetencia, pasivita → aktivita, izolácia → integrácia

Na základe otvoreného a axiálneho kódovania bol vytvorený konceptuálny model, ktorý vysvetľuje dynamiku správania respondenta v kontexte sociálneho vylúčenia. Model zachytáva

vzťahy medzi štrukturálnymi podmienkami, príčinnými faktormi, jadrovým fenoménom, behaviorálnymi stratégiami, dôsledkami a intervenčnými možnosťami.

Východiskovú rovinu modelu tvoria štrukturálne podmienky, predovšetkým život v segregovanom prostredí, nízky socioekonomický status rodiny, obmedzený prístup k technologickým zdrojom (tzv. „mobile-only“ prístup) a nízka úroveň digitálnej gramotnosti v rodine. Tieto faktory determinujú obmedzené možnosti sociálnej participácie a rozvoja mimo online priestoru.

Na tieto podmienky nadväzujú príčinné faktory, medzi ktoré patrí najmä nedostatok sociálneho uznania v offline prostredí, oslabené rodinné väzby, absencia štruktúrovaných voľnočasových aktivít a nízka miera rodičovskej kontroly nad používaním digitálnych technológií. Uvedené faktory vytvárajú tlak na hľadanie alternatívnych zdrojov identity a seba-potvrdenia.

Jadrom modelu je identifikovaný fenomén digitálneho eskapizmu v kombinácii s potrebou sociálneho uznania. Respondent využíva online prostredie ako priestor, v ktorom môže konštruovať pozitívnejšiu identitu a získavať spätnú väzbu vo forme sociálneho uznania (napr. „lajky“, komentáre). Tento mechanizmus predstavuje kompenzačnú stratégiu voči deficitom v reálnom sociálnom prostredí.

Na úrovni správania sa tento fenomén prejavuje prostredníctvom špecifických behaviorálnych stratégií, najmä nadmerným používaním internetu, intenzívnou aktivitou na sociálnych sieťach, tvorbou digitálneho obsahu a nočnými online aktivitami. Tieto stratégie majú adaptívny charakter, keďže umožňujú dočasné uspokojenie psychologických potrieb, avšak zároveň vedú k rozvoju maladaptívnych vzorcov správania.

Model ďalej identifikuje viaceré dôsledky, ktoré možno kategorizovať do štyroch oblastí. V psychologickej rovine ide o prejavy depresivity, závislostného správania a nestabilného sebahodnotenia. V sociálnej rovine dochádza k izolácii a oslabeniu reálnych sociálnych väzieb. Zdravotné dôsledky zahŕňajú spánkovú depriváciu a somatické ťažkosti (napr. bolesti hlavy). V edukačnej oblasti sa prejavuje znížená školská angažovanosť a riziko školského zlyhávania.

Významnú úlohu v modeli zohrávajú moderujúce faktory, ktoré ovplyvňujú intenzitu a priebeh identifikovaného fenoménu. Ide najmä o normalizáciu nadmerného používania digitálnych technológií v rodinnom prostredí, nízku digitálnu gramotnosť rodičov a vysokú dostupnosť mobilných zariadení. Tieto faktory znižujú pravdepodobnosť včasnej identifikácie problému a jeho riešenia.

Z hľadiska aplikácie modelu je kľúčová oblasť intervencie, ktorá je koncipovaná nie ako represívne obmedzenie digitálnych aktivít, ale ako ich transformácia. Navrhovaný prístup spočíva v zapojení respondenta do komunitných aktivít, kde by mohol svoje existujúce digitálne zručnosti rozvíjať produktívnym spôsobom (napr. digitálne mentorstvo, tvorba a editácia obsahu). Cieľom je transformácia pasívneho a závislostného používania technológií na aktívnu kompetenciu, ktorá podporuje sociálnu integráciu a pozitívne sebahodnotenie.

Celkový model tak poukazuje na to, že digitálny eskapizmus nie je izolovaným problémom, ale komplexným javom zakoreneným v širších sociálnych a štrukturálnych podmienkach. Efektívna intervencia preto musí reflektovať tento kontext a zamerať sa na posilnenie zdrojov jednotlivca, nie iba na redukciu jeho online správania.

Prípadová štúdia č. 2: Kevin (9 r.) – Kognitívna stagnácia a herná závislosť (IGD)

1. Sociálna a rodinná anamnéza

Kevin vyrastá v prostredí s extrémnou mierou chudoby. V byte chýba hrací priestor, hračky či knihy. Jediným zdrojom stimulácie pre dieťa je starší smartfón matky, ktorý má Kevin k dispozícii takmer neobmedzene, aby „bol v dome ticho“.

2. Rozvoj závislosti (Priebeh)

Kevin je závislý od mobilných hier typu *Battle Royale* (napr. Free Fire). Hoci hry vyžadujú istú mieru postrehu, u Kevina dochádza k tzv. kognitívnemu tunelovaniu.

- Strata kontroly impulzov: Ak mu je telefón odobratý, reaguje agresívne (hádzanie predmetov, krik). Toto správanie potvrdzuje Griffiths (2018) ako typický abstinenčný príznak u detí s behaviorálnou závislosťou.
- Jazyková bariéra: Kevin sleduje videá v angličtine a slovenčine, ktorým nerozumie, čo vedie k fragmentácii jeho komunikačných schopností v rómčine aj v štátnom jazyku.

3. Dopady na vzdelávanie a motoriku

Podľa štúdie Špotákovej (2020) takéto deti vykazujú výrazné zaostávanie v jemnej motorike (problém s držaním pera), pretože ich prsty sú trénované len na pohyby po displeji. Kevin má problém s grafomotorikou a neschopnosťou udržať pozornosť na učiteľov výklad dlhšie ako 5 minút. Jeho mozog vyžaduje neustálu vizuálnu zmenu, ktorú statická tabuľa v škole neposkytuje.

4. Zdravotný stav

Kevin má nadváhu spôsobenú úplnou absenciou pohybu a nepravidelným stravovaním počas hrania. Trpí taktiež tzv. „digitálnym namáhaním očí“, čo sa prejavuje častým žmurkaním a začervenaním spojiviek.

5. Odborný záver

Prípad Kevina ukazuje na kritickú potrebu skorej digitálnej intervencie. Ako uvádza Van Dijk (2020), v tomto prípade ide o „tretiu úroveň digitálnej priepasti“ – dieťa z internetu neprofituje, ale je ním poškodzované, čo mu do budúcna znemožňuje úspešnú sociálnu mobilitu.

Konceptuálny model kognitívnej stagnácie a hernej závislosti (IGD)

Na základe kvalitatívnej analýzy prípadovej štúdie bol vytvorený konceptuálny model, ktorý vysvetľuje vznik a dôsledky hernej závislosti u dieťaťa v podmienkach extrémneho sociálneho znevýhodnenia. Model integruje štrukturálne podmienky, príčinné faktory, jadrový fenomén, behaviorálne prejavy, dôsledky a možnosti intervencie.

Východiskom modelu sú štrukturálne podmienky, charakterizované extrémnou chudobou, absenciou podnetného prostredia (nedostatok hračiek, kníh a priestoru na hru) a nízkou mierou rodičovskej regulácie. Digitálne zariadenie (smartfón) tu plní funkciu primárneho nástroja regulácie správania dieťaťa, pričom jeho používanie nie je systematicky kontrolované. Takéto prostredie výrazne obmedzuje rozvoj kognitívnych, jazykových a motorických schopností dieťaťa.

Na úrovni príčinných faktorov zohráva kľúčovú úlohu nedostatok alternatívnych stimulov, absencia štruktúrovanej hry a výchovných aktivít, ako aj utilitárne využívanie digitálnych technológií zo strany rodiča (udržanie dieťaťa v pokoji). Tieto faktory vedú k tomu, že digitálne hry sa stávajú dominantným a postupne exkluzívnym zdrojom stimulácie.

Jadrom modelu je fenomén hernej závislosti (Internet Gaming Disorder) sprevádzanej kognitívnou stagnáciou. U dieťaťa dochádza k tzv. kognitívnemu tunelovaniu, pri ktorom sa jeho pozornosť a mentálne kapacity sústreďujú výlučne na úzko špecifikované herné podnety.

Tento proces vedie k obmedzeniu rozvoja širších kognitívnych funkcií, vrátane jazyka, exekutívnych funkcií a schopnosti udržať pozornosť.

Na behaviorálnej úrovni sa fenomén prejavuje prostredníctvom intenzívneho a nekontrolovaného hrania mobilných hier, najmä typu Battle Royale. Významným indikátorom závislostného správania je strata kontroly impulzov a výskyt abstinenčných príznakov, ako sú agresívne reakcie pri odobratí zariadenia. Súčasne dochádza k pasívnej konzumácii audiovizuálneho obsahu v jazykoch, ktorým dieťa nerozumie, čo prispieva k narušeniu jazykového vývinu.

Model identifikuje viaceré dôsledky tejto dynamiky. V kognitívnej oblasti ide o stagnáciu vývinu, oslabenie pozornosti a neschopnosť adaptovať sa na školské prostredie, ktoré neposkytuje dostatočne dynamické stimuly. V oblasti motoriky sa prejavuje zaostávanie v jemnej motorike a grafomotorických zručnostiach. Jazykový vývin je narušený fragmentáciou komunikačných kompetencií. Zdravotné dôsledky zahŕňajú nadváhu, sedavý spôsob života a problémy so zrakom spôsobené nadmerným vystavením obrazovkám.

Dôležitú úlohu v modeli zohrávajú moderujúce faktory, predovšetkým rodičovské stratégie zvládania správania dieťaťa, nízka informovanosť o rizikách digitálnych technológií a vysoká dostupnosť mobilného zariadenia. Tieto faktory zosilňujú intenzitu závislostného správania a znižujú pravdepodobnosť jeho včasnej regulácie.

Z hľadiska praktických implikácií model poukazuje na potrebu včasnej a komplexnej intervencie, ktorá presahuje jednoduché obmedzenie prístupu k technológiám. Kľúčové je vytvorenie podnetného prostredia podporujúceho rozvoj hry, jazyka a motoriky, ako aj edukácia rodičov v oblasti regulácie digitálnych návykov. Intervencia by mala smerovať k diverzifikácii zdrojov stimulácie a postupnému rozvoju kognitívnych a sociálnych kompetencií dieťaťa.

Celkový model potvrdzuje, že v kontexte sociálneho znevýhodnenia môže digitálna technológia plniť paradoxnú úlohu – namiesto podpory rozvoja sa stáva faktorom jeho obmedzenia. Tento jav zodpovedá konceptu tzv. tretej úrovne digitálnej priepasti, kde nejde o prístup k technológiám, ale o kvalitu ich využívania a jeho dôsledky pre životné šance jednotlivca.

Integrovaný teoretický model digitálneho správania detí v podmienkach sociálneho znevýhodnenia

Na základe komparatívnej analýzy dvoch prípadových štúdií bol vytvorený integrovaný teoretický model, ktorý vysvetľuje mechanizmy formovania digitálneho správania detí vyrastajúcich v podmienkach sociálneho vylúčenia. Model prepája individuálne, sociálne a technologické faktory do jedného dynamického systému a identifikuje spoločné vzorce vedúce k maladaptívnemu využívaniu digitálnych technológií.

Východiskom modelu sú štrukturálne podmienky, ktoré v oboch prípadoch zahŕňajú nízky socioekonomický status, obmedzený prístup k rozvojovým zdrojom (vzdelávacie pomôcky, voľnočasové aktivity) a nízku úroveň digitálnej aj všeobecnej gramotnosti v rodinnom prostredí. Digitálne technológie sú v tomto kontexte často jediným dostupným zdrojom stimulácie a zároveň nástrojom regulácie správania detí zo strany rodičov.

Na tieto podmienky nadväzujú príčinné mechanizmy, ktoré sa síce líšia podľa veku a vývinovej fázy dieťaťa, no majú spoločný základ v deficite kľúčových potrieb. U mladšieho dieťaťa ide predovšetkým o nedostatok kognitívnych a senzorických podnetov, zatiaľ čo u adolescenta

dominuje deficit sociálneho uznania a identity. V oboch prípadoch však digitálne prostredie poskytuje rýchlo dostupnú a vysoko intenzívnu formu uspokojenia týchto potrieb.

Jadrom modelu je maladaptívne využívanie digitálnych technológií ako kompenzačný mechanizmus, ktorý sa prejavuje v dvoch dominantných formách: (1) digitálny eskapizmus spojený s hľadaním sociálneho uznania a (2) herná závislosť spojená s kognitívnou saturáciou. Tieto formy predstavujú vývinovo podmienené variácie toho istého základného fenoménu – využívania digitálnych médií na substitúciu nedostatočne naplnených potrieb v reálnom prostredí.

Na úrovni správania model identifikuje opakujúce sa behaviorálne vzorce, ako sú nadmerné trávenie času online, preferencia digitálnych aktivít pred reálnymi, strata kontroly nad používaním technológií a výskyt abstinenčných alebo emočne negatívnych reakcií pri ich obmedzení. Tieto vzorce majú krátkodobo regulačný efekt, no dlhodobo vedú k prehlbovaniu problémov.

Dôsledky tohto procesu sa prejavujú v štyroch hlavných oblastiach. V kognitívnej oblasti dochádza k stagnácii alebo selektívnemu rozvoju schopností, ktorý nie je kompatibilný s požiadavkami formálneho vzdelávania. V psychologickej oblasti sa objavujú problémy so sebahodnotením, emočnou reguláciou a závislostným správaním. Sociálne dôsledky zahŕňajú izoláciu alebo presun sociálnych interakcií do online prostredia na úkor reálnych vzťahov. V zdravotnej oblasti sa kumulujú negatívne efekty sedavého spôsobu života a nadmerného vystavenia obrazovkám.

Model zároveň zdôrazňuje význam moderujúcich faktorov, ktoré ovplyvňujú intenzitu a trajektóriu digitálneho správania. Ide najmä o rodičovské postoje k technológiám, mieru regulácie a dohľadu, dostupnosť alternatívnych aktivít a kvalitu sociálneho prostredia. V podmienkach ich absencie dochádza k eskalácii problémového správania.

Kľúčovým prínosom modelu je formulácia intervenčného rámca, ktorý odmieta redukcionistický prístup založený výlučne na obmedzovaní technológií. Namiesto toho zdôrazňuje potrebu komplexných intervencií zameraných na rozvoj prostredia a kompetencií dieťaťa. Ide o podporu kognitívne stimulujúcich aktivít, rozvoj sociálnych väzieb, posilnenie digitálnej gramotnosti a transformáciu digitálnych zručností na produktívne a sociálne uznávané formy činnosti.

Integrovaný model tak poukazuje na skutočnosť, že problémové digitálne správanie nie je primárne dôsledkom samotných technológií, ale výsledkom ich používania v kontexte štrukturálneho znevýhodnenia. Digitálne médiá v tomto prostredí nefungujú ako nástroj inklúzie, ale ako mechanizmus reprodukcie sociálnych nerovností, čím potvrdzujú existenciu tzv. tretej úrovne digitálnej priepasti.

Diskusia a implikácie

Predložené prípadové štúdie poukazujú na komplexný a viacvrstvový charakter digitálneho správania detí vyrastajúcich v podmienkach sociálneho znevýhodnenia. Analýza ukázala, že nadmerné a maladaptívne využívanie digitálnych technológií nemožno interpretovať izolovane ako individuálne zlyhanie, ale ako výsledok interakcie štrukturálnych, rodinných a vývinových faktorov.

V oboch prípadoch sa potvrdzuje, že digitálne technológie plnia primárne kompenzačnú funkciu. U adolescenta ide o kompenzáciu nedostatku sociálneho uznania a identity, zatiaľ čo

u mladšieho dieťaťa o substitúciu chýbajúcich kognitívnych a senzorických podnetov. Tento rozdiel odráža vývinové špecifiká, no zároveň potvrdzuje jednotiaci mechanizmus – využívanie digitálneho prostredia ako náhrady deficitov reálneho sveta.

Zistenia zároveň podporujú koncept tretej úrovne digitálnej priepasti, podľa ktorého problém nespočíva v samotnom prístupe k technológiám, ale v kvalite ich využívania. V analyzovaných prípadoch digitálne médiá neprispievajú k rozvoju kognitívneho ani sociálneho kapitálu, ale naopak vedú k jeho oslabeniu. Tento paradox poukazuje na limity technologického optimizmu, ktorý predpokladá automaticky pozitívny vplyv digitálnych nástrojov na znevýhodnené skupiny.

Diskusia tiež naznačuje, že problémové digitálne správanie má cyklický charakter. Nedostatok podnetov a sociálnych väzieb vedie k úniku do digitálneho prostredia, čo následne ďalej oslabuje schopnosť jednotlivca fungovať v reálnom svete. Tento mechanizmus vytvára bludný kruh, ktorý bez externej intervencie vedie k prehlbovaniu sociálneho vylúčenia a znižovaniu životných šancí.

Významnú úlohu zohráva aj rodinný kontext, najmä nízka úroveň digitálnej gramotnosti a normalizácia nadmerného používania technológií. Digitálne zariadenia sú v týchto rodinách často využívané ako nástroj regulácie správania detí, čo síce krátkodobo znižuje záťaž rodiča, no dlhodobo prispieva k rozvoju maladaptívnych návykov. Tento aspekt poukazuje na potrebu zamerať intervencie nielen na deti, ale aj na ich rodinné prostredie.

Z praktického hľadiska majú zistenia viaceré implikácie pre pedagogickú a sociálnu prax. V prvom rade je nevyhnutné posilniť dostupnosť podnetného prostredia pre deti zo sociálne znevýhodnených skupín, a to najmä prostredníctvom komunitných centier a školských programov. Tieto inštitúcie môžu zohrávať kľúčovú úlohu pri poskytovaní alternatívnych foriem stimulácie, ktoré podporujú kognitívny, sociálny aj motorický rozvoj.

Ďalšou dôležitou implikáciou je potreba rozvoja digitálnej gramotnosti rodičov, ktorí často nedisponujú dostatočnými kompetenciami na reguláciu digitálneho správania svojich detí. Edukačné programy by mali byť zamerané na praktické stratégie riadenia času stráveného online, výber vhodného obsahu a podporu aktívneho využívania technológií.

V oblasti intervencie sa ako efektívny javí prístup založený na transformácii digitálnych aktivít, nie ich represii. To znamená smerovať deti k tvorivému a produktívnemu využívaniu technológií (napr. tvorba obsahu, digitálne zručnosti), ktoré môže prispieť k budovaniu sebahodnotenia a sociálneho kapitálu. Takýto prístup reflektuje realitu, že digitálne technológie sú integrálnou súčasťou života detí a ich úplné vylúčenie nie je realistické ani žiaduce.

Záverom možno konštatovať, že efektívne riešenie problematiky digitálneho správania detí v podmienkach sociálneho znevýhodnenia si vyžaduje komplexný a interdisciplinárny prístup, ktorý zohľadňuje širší sociálny kontext. Intervencie by mali byť zamerané na posilnenie zdrojov jednotlivca aj jeho prostredia, pričom kľúčovým cieľom je premena digitálnych technológií z faktora rizika na nástroj rozvoja a sociálnej inklúzie.

Záver a návrhy na intervenciu

Riešenie problematiky internetovej závislosti v rómskych komunitách vyžaduje multisektorálny prístup. Prevencia sa nesmie sústrediť len na technické obmedzenia, ale na zvyšovanie mediálnej gramotnosti a budovanie sociálnych alternatív. Ako vyplýva z prác

Gerberyho (2021) a Helsper (2021), digitálna inklúzia bez sociálnej inklúzie len prehlbuje existujúce riziká a patológie.

Jakupov (2025) vo svojej správe pre CEU Democracy Institute upozorňuje, že digitálna inklúzia Rómov naráža na bariéru tzv. 'finančnej záťaže'. Aj keď majú jednotlivci záujem o vzdelávanie, náklady na dáta a kvalitné zariadenia ich odkazujú na pasívnu konzumáciu zábavného obsahu na lacných smartfónoch, čo prehlbuje ich digitálnu marginalizáciu.

Predložená práca sa zameriavala na analýzu digitálneho správania detí vyrastajúcich v podmienkach sociálneho znevýhodnenia, pričom využívala kvalitatívny prístup prostredníctvom prípadových štúdií. Cieľom bolo identifikovať mechanizmy vedúce k maladaptívnemu využívaniu digitálnych technológií a navrhnúť adekvátny interpretačný a intervenčný rámec.

Výsledky ukázali, že digitálne technológie v analyzovaných prípadoch neplnia primárne rozvojovú funkciu, ale slúžia ako nástroj kompenzácie deficitov v sociálnom a kognitívnom prostredí. U staršieho respondenta sa tento proces prejavil formou digitálneho eskapizmu a závislosti od sociálneho uznania, zatiaľ čo u mladšieho dieťaťa dominovala herná závislosť sprevádzaná kognitívnou stagnáciou. Napriek rozdielom vo vývinovej fáze sa potvrdil spoločný mechanizmus, v ktorom digitálne prostredie substituuje nenaplnené potreby reálneho sveta.

Analýza zároveň poukázala na význam štrukturálnych faktorov, najmä chudoby, nedostatku podnetného prostredia a nízkej digitálnej gramotnosti rodiny. Tieto faktory významne ovplyvňujú spôsob využívania technológií a prispievajú k rozvoju rizikových vzorcov správania. V súlade s teoretickými východiskami možno konštatovať, že ide o prejav tzv. tretej úrovne digitálnej priepasti, kde problém nespočíva v prístupe k technológiám, ale v ich neefektívnom a škodlivom využívaní.

Prínos práce spočíva v návrhu integrovaného teoretického modelu, ktorý zachytáva dynamiku digitálneho správania v kontexte sociálneho vylúčenia. Model zdôrazňuje potrebu vnímať digitálne technológie nie izolovane, ale v širších sociálnych súvislostiach, a poukazuje na význam komplexných intervencií zameraných na dieťa aj jeho prostredie.

Na záver možno konštatovať, že riešenie problematiky digitálneho správania detí zo sociálne znevýhodneného prostredia si vyžaduje systematický a interdisciplinárny prístup. Kľúčom nie je obmedzenie technológií, ale ich transformácia na nástroj podpory rozvoja, ktorý môže prispieť k zvyšovaniu životných šancí a sociálnej inklúzie týchto detí.

Zoznam použitej literatúry

European Commission (2026). *Report on the implementation of National Roma Strategic Frameworks.* Brussels: EC.

FRA – European Union Agency for Fundamental Rights (2024). *Roma Survey 2024: Mid-term progress on equality and inclusion.* Vienna: FRA.

Gerbery, D. (2021). *Sociálna exklúzia a digitálne technológie v MRK.* Bratislava: Sociologický ústav SAV.

Griffiths, M. D. (2018). *Behavioral Addiction: 77 Tactics to Stop Playing Games and Start Living Life.* New York: SAGE.

Heller, J. & Pecinovská, O. (2016). *Závislosti známé i neznámé.* Praha: Grada Publishing.

Helsper, E. J. (2021). *The Digital Disconnect: The Social Causes and Consequences of Digital Inequalities.* London: SAGE Publications.

Jakupov, M. (2025). *Digital Inclusion of Roma: Current Patterns, Trends, and Barriers.* Luxembourg: Publications Office of the European Union / CEU Democracy Institute.
Mikloško, J. (2025). *Digitálna závislosť detí na Slovensku: Prieskum postojov a rizík.* Bratislava: Úrad komisára pre deti.
Ponti, M. et al. (2023). *Social Media Use and Its Connection to Mental Health: A Systematic Review.* In: Journal of Adolescent Health.
Snap Inc. / ConnectSafely (2025). *Digital Well-Being Index (DWBI) 2024-2025 Report.*
SQ Magazine / Meta-study (2025). *Internet Addiction Statistics 2026: Global Rates, Causes & Solutions.*
Špotáková, M. et al. (2020). *Vplyv digitálnych technológií na kognitívny vývin detí z marginalizovaných komunít.* Bratislava: VÚDPaP.
Van Dijk, J. (2020). *The Digital Divide.* Cambridge: Polity Press.
Vanišová, E. (2019). *Rómske dieťa v digitálnom svete.* In: Pedagogická revue.
Young, K. S. (1998). *Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction.* New York: John Wiley & Sons.

ETICKÉ VÝZVY V KONTEXTE UMELEJ INTELIGENCIE V SOCIÁLNEJ PRÁCI

ETHICAL CHALLENGES IN THE CONTEXT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN SOCIAL WORK

Eva Dirgová
doc. PhDr. Mgr., PhD., DSc.
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-8569-2282
Ústav bl. Z. G. Mallu, Alžbetina 12, Košice 040 01
edirgovavssvalzbety@gmail.com
Slovenská republika

Nikola Vajdová
Bc.
Ústav bl. Z. G. Mallu, Alžbetina 12, Košice 040 01
nikola.vajdova1@gmail.com
Slovenská republika

Abstrakt: Článok sa zaoberá problematikou implementácie umelej inteligencie (AI) do oblasti sociálnej práce s akcentom na etické výzvy, ktoré tento proces sprevádzajú. Teoretická časť analyzuje riziká algoritmickej zaujatosti, transparentnosti a hrozbu dehumanizácie sociálnej profesie. Empirická časť prezentuje výsledky kombinovaného kvantitatívno-kvalitatívneho výskumu, ktorý skúmal postoje odborníkov k etickým aspektom umelej inteligencie v sociálnej praxi. Výsledky naznačujú vysokú mieru obáv o ochranu práv klientov a naliehavú potrebu aktualizácie etických kódexov.

Kľúčové slová: sociálna práca, umelá inteligencia, etika, algoritmická zaujatosť, digitálna transformácia.

Abstract: The article addresses the issue of implementing artificial intelligence (AI) into the field of social work, with an emphasis on the accompanying ethical challenges. The theoretical section analyzes the risks of algorithmic bias, transparency, and the threat of dehumanizing the social profession. The empirical section presents the results of a mixed-methods (quantitative-qualitative) research study investigating professionals' attitudes toward the ethical aspects of artificial intelligence in social practice. The findings indicate a high level of concern regarding the protection of client rights and an urgent need to update codes of ethics.

Key words: social work, artificial intelligence, ethics, algorithmic bias, digital transformation.

Úvod

Nástup štvrtej priemyselnej revolúcie a masívna integrácia digitálnych technológií zásadne premieňajú podobu pomáhajúcich profesií. Umelá inteligencia už nie je len doménou technických vied, ale čoraz výraznejšie preniká do sféry sociálnych služieb, kde ponúka inovatívne riešenia v oblasti diagnostiky, prediktívnej analytiky a zefektívňovania administratívnych procesov. Hoci AI prináša prísľub vyššej objektivity a lepšej alokácie obmedzených zdrojov, jej implementácia do sociálnej práce otvára komplexné etické otázky, ktoré siahajú hlboko do podstaty tejto profesie.

Sociálna práca je v jadre založená na ľudskom vzťahu, empatii a rešpektovaní dôstojnosti klienta. Práve tieto piliere sú pod tlakom v momente, keď do procesu rozhodovania vstupujú algoritmy. Algoritmická zaujatosť (bias), netransparentnosť rozhodovacích procesov a

potenciálna automatizácia úkonov vyvolávajú oprávnené obavy z dehumanizácie sociálnej praxe. Tento článok reflektuje aktuálnu potrebu vyvážiť technologický optimizmus kritickou etickou reflexiou. Cieľom príspevku je analyzovať hlavné etické dilemy spojené s využívaním AI a na základe realizovaného výskumu poukázať na to, ako sú na túto zmenu pripravení odborníci z praxe. V neposlednom rade článok zdôrazňuje nevyhnutnosť revízie etických štandardov, ktoré musia reflektovať novú realitu digitálnej éry.

Teoretické východiská

Teoretický rámec digitalizácie sociálnej práce sa opiera o kritickú analýzu prieniku pokročilých algoritmov do sféry pomáhajúcich profesií. Ústredným konceptom je algoritmická zaujatosť, ktorú Ferrara (2023) definuje ako reprodukciu historicky podmienených predsudkov prostredníctvom dát použitých na trénovanie systémov. Tento jav môže v sociálnej praxi viesť k systémovej nespravodlivosti a diskriminácii zraniteľných skupín, na čo upozorňuje aj O'Neil (2016) vo svojej kritike netransparentných matematických modelov. Eubanks (2018) v tomto kontexte varuje pred automatizáciou nerovnosti, kde digitálne systémy môžu neúmyselne prehĺbiť sociálne vylúčenie chudobných vrstiev obyvateľstva. Kľúčovou etickou výzvou je riziko dehumanizácie, ktoré Dang a Liu (2025) definujú ako proces redukcie človeka na štatistický parameter alebo algoritmický vstup, čím dochádza k strate empatického a autentického vzťahu nevyhnutného pre budovanie dôvery. Reamer (2023) k tomu dopĺňa, že integrácia umelej inteligencie prináša dilemy v oblasti ochrany súkromia, netransparentnosti rozhodovacích procesov, známej ako efekt čiernej skrinky, a zodpovednosti za algoritmické procesy. Ďalším kritickým bodom je algoritmická zaujatosť, pri ktorej môžu systémy na základe historicky nevyvážených dát reprodukovať a zosilňovať existujúce spoločenské nerovnosti. Ottoman a Noble (2019) dopĺňajú, že technológia by nikdy nemala nahradiť profesionálny úsudok sociálneho pracovníka, ale mala by slúžiť výhradne ako jeho podporný nástroj.

Ďalším pilierom je problematika transparentnosti a ochrany súkromia v súlade s nariadením GDPR. Nedostatočný prehľad o fungovaní algoritmov, často označovaný ako problém „čiernej skrinky", komplikuje získavanie informovaného súhlasu a oslabuje dôveru klientov v technologické riešenia. Pre riešenie týchto dilem teória ponúka modely etického rozhodovania prispôsobené digitálnej ére. Patria sem filozoficky orientovaný model Potter Box, ktorý analyzuje fakty, hodnoty a lojalitu, či operačne zameraný nástroj ETHICS→A, ktorý kladie dôraz na systematickú dokumentáciu a evaluáciu dopadov rozhodnutí v digitálnom prostredí.

Metodika výskumu

Empirické skúmanie bolo postavené na kombinovanom kvantitatívno-kvalitatívnom prístupe, ktorého cieľom bolo dosiahnuť komplexný pohľad na postoje slovenských odborníkov k implementácii umelej inteligencie do sféry sociálnej práce so zameraním na etické výzvy. Zvolená metodológia umožnila nielen identifikovať štatisticky významné trendy v rámci širšej vzorky, ale aj hlbšie porozumieť individuálnym skúsenostiam expertov z priamej praxe.

Kvantitatívna časť výskumu prebehla formou dotazníkového prieskumu na vzorke 114 respondentov, ktorú tvorili sociálni pracovníci a asistenti sociálnej práce z rôznych typov inštitúcií. Získané dáta boli následne podrobené štatistickej analýze, pričom sme sa zamerali na vnímanie etických rizík, potrebu legislatívnych zmien a úpravu etického kódexu.

Kvalitatívna dimenzia výskumu pozostávala z dvoch pološtruktúrovaných rozhovorov s odborníčkami (R1 – expertka s 11-ročnou praxou, R2 – pracovníčka s 3-ročnou praxou). Rozhovory boli spracované metódou otvoreného a axiálneho kódovania, čo viedlo k identifikácii kľúčových etických tém priamo z terénu.

Cieľ výskumu
Hlavným cieľom empirického skúmania bolo získať komplexný pohľad na postoje slovenských odborníkov k implementácii umelej inteligencie do sféry sociálnej práce. Výskum sa špecificky zameral na:

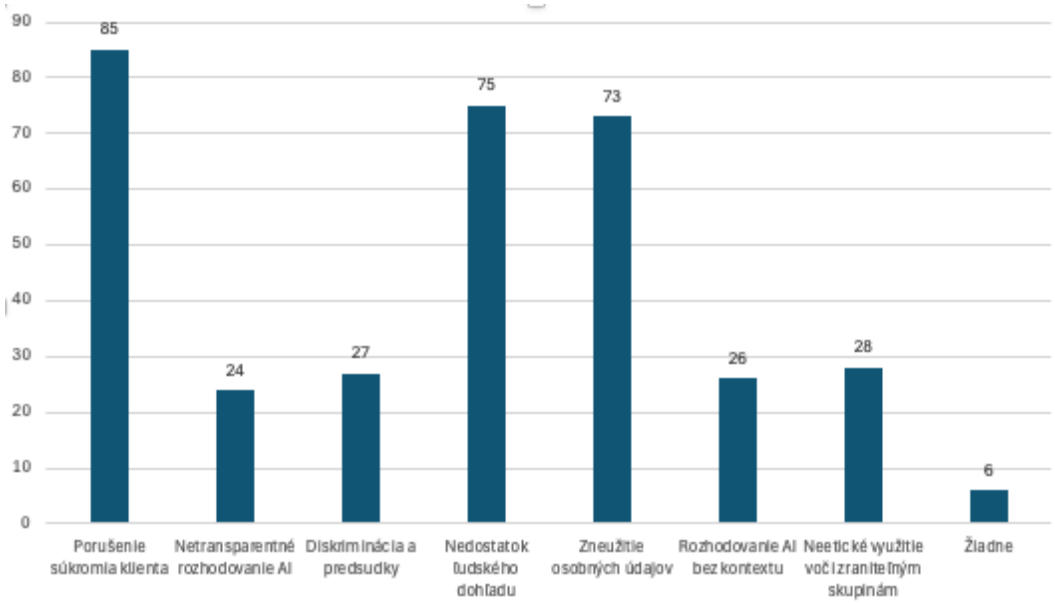
- Identifikáciu a analýzu etických výziev, ktoré tento proces sprevádzajú.
- Zistenie miery pripravenosti odborníkov z praxe na tieto technologické zmeny.
- Preskúmanie vnímania etických rizík

Metodológia výskumu
Metodológia výskumu bola založená na kombinovanom kvantitatívno-kvalitatívnom zbere dát, ktorý predstavoval anonymný online dotazník vlastnej konštrukcie. Dotazník bol metodicky rozdelený do tematických blokov zameraných na identifikáciu postojov k technológiám, mieru digitálnych zručností a vnímanie etických aspektov v profesii. Distribúcia dotazníka prebiehala elektronickou formou prostredníctvom cielenej e-mailovej komunikácie a telefonických kontaktov s inštitúciami, čo umožnilo do finálneho spracovania zaradiť 114 kompletne vyplnených formulárov od sociálnych pracovníkov a asistentov z rôznych typov zariadení. Na kvantitatívnu časť plynule nadväzoval kvalitatívny výskum realizovaný formou individuálnych pološtruktúrovaných rozhovorov s dvomi sociálnymi pracovníčkami, ktoré boli do výskumu zaradené na základe ich odborných skúseností s priamym kontaktom s klientom. Tieto rozhovory, vedené podľa vopred pripravenej osnovy, slúžili na prehĺbenie poznatkov z dotazníka a umožnili zachytiť detailné naratívne dáta o špecifických bariérach, budúcich premenách profesie a etických postojoch, ktoré následne prešli procesom otvoreného a axiálneho kódovania. Napriek limitáciám dotazníkovej metódy, akými sú miera subjektivity či absencia dodatočného vysvetlenia otázok, táto kombinácia prístupov zabezpečila štatisticky spracovateľné údaje aj hlboký vhľad do reálneho kontextu každodennej sociálnej praxe v digitálnej ére.

Kvantitatívno-kvalitatívny výskum
Prvou častou výskumu je kvantitatívna časť kde boli z dotazníka vybrané konkrétne 3 otázky zamerané na súvislosť etiky a umelej inteligencie v kontexte sociálnej práce.

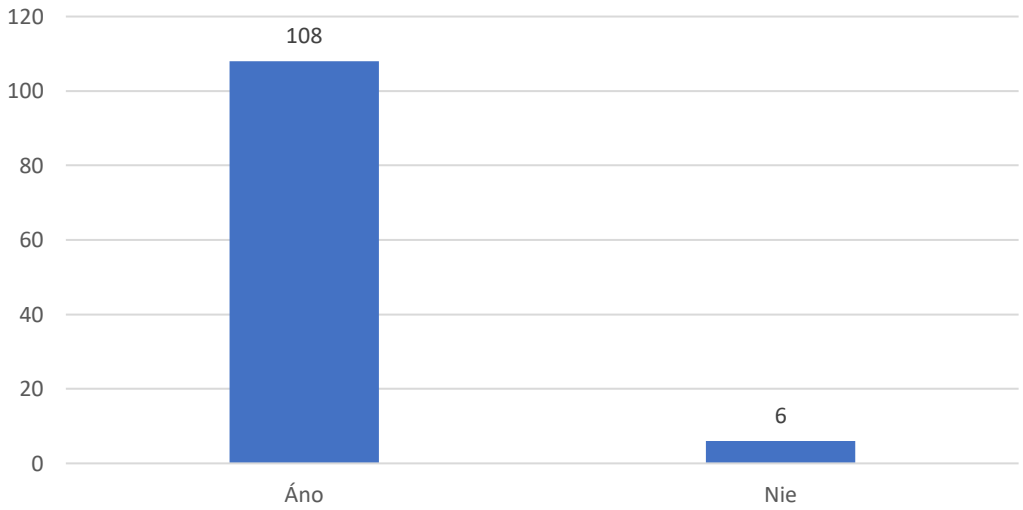
Otázka 1 - Ktoré z nasledujúcich etických rizík považujete pri použití AI v sociálnej práci za závažné?

V otázke identifikácie etických rizík spojených s implementáciou umelej inteligencie dominuje u respondentov obava o integritu osobných údajov a ľudskú kontrolu nad procesmi. Za najzávažnejšie hrozby súbor považuje porušenie súkromia klienta 85 (74,6%) respondentov, nedostatok ľudského dohľadu 75 (65,8%) a zneužitie osobných údajov 73 (64%), čo podčiarkuje vysokú citlivosť profesie na ochranu dôverných informácií. Ostatné riziká, ako neetické využitie voči zraniteľným skupinám 28 (24,6%), diskriminácia 27 (23,7%) či netransparentnosť rozhodovania 24 (21,1%), sú vnímané ako sekundárne, no stále prítomné. Minimálny počet odpovedí negujúcich akékoľvek riziká 6 (5,3%) potvrdzuje, že drvivá väčšina odborníkov vníma technológiu AI ako eticky exponovanú oblasť, ktorá vyžaduje striktnú reguláciu a zachovanie primárnej úlohy sociálneho pracovníka ako garanta bezpečnosti klienta.



Graf 1 – vlastné spracovanie

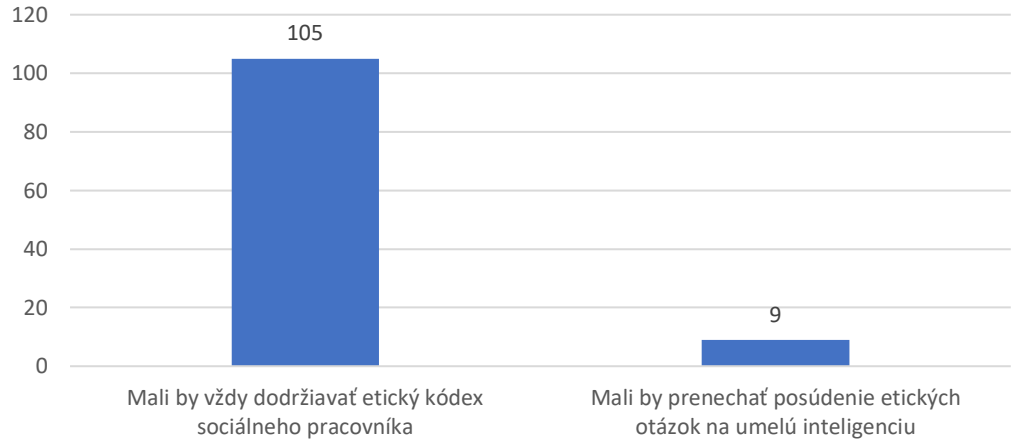
Otázka 2 - Mal by etický kódex obsahovať konkrétne odporúčania týkajúce sa AI?
V otázke formalizácie etických odporúčaní v AI panuje medzi respondentmi takmer absolútny konsenzus, pričom až 108 (94,7%) respondentov súhlasí s tým, aby etický kódex obsahoval konkrétne odporúčania týkajúce sa využívania umelej inteligencie v sociálnej práci. Len minimálny podiel opýtaných 6 (5,3%) respondentov tento krok nepovažuje za potrebný.



Graf 2 – vlastné spracovanie

Otázka 3 - Považujete za dôležité, aby sociálni pracovníci pri využívaní AI dodržiavali etický kódex sociálneho pracovníka?
V otázke profesijnej integrity vyjadrila odborná obec jednoznačné stanovisko, podľa ktorého až 105 (92,1 %) respondentov považuje za nevyhnutné, aby sociálni pracovníci pri využívaní umelej inteligencie striktne dodržiavali existujúci etický kódex. Len marginálna časť súboru, 9 (7,9%) respondentov, sa priklonila k názoru, že posúdenie etických otázok by mohlo byť prenechané samotnej technológii. Výsledok potvrdzuje, že sociálna práca je vnímaná ako profesia s hlboko ukotvenými hodnotovými normami, ktoré sú nadradené

technologickým procesom, a že umelá inteligencia je akceptovateľná len vtedy, ak zostáva podriadená etickým princípom a morálnej zodpovednosti ľudského činiteľa.



Graf 3 – vlastné spracovanie

Po grafickom znázornení sme prispeli aj tabuľkovými numerickými interpretáciami získaných dát z kvantitatívnej časti.

Tabuľka 1: Kvantitatívne zistenia zamerané na etiku a legislatívu (n=114)

Položka dotazníka	**Súhlas (v %)**	**Interpretácia**
Obava z nesprávneho algoritmu	78,9 %	Respondenti neveria v neomylnosť AI pri diagnostike klientov.
Absolútna potreba ľudského dohľadu	97,4 %	Odmietnutie autonómneho rozhodovania AI bez človeka.
Nedostatočnosť Etického kódexu	94,7 %	Existujúci kódex nereflektuje digitálne výzvy.
Chýbajúca legislatívna ochrana	67,5 %	Pocit právnej neistoty pri používaní nových technológií.
Ochrana údajov (GDPR) ako priorita	82,5 %	Vysoká citlivosť na kybernetickú bezpečnosť dát klientov.

Zdroj – vlastné spracovanie

Kvantitatívna analýza dát získaných od 114 respondentov odhalila významnú mieru opatrnosti a kritického postoja sociálnych pracovníkov k technologickým inováciám. Najvýraznejším zistením je takmer absolútna zhoda v otázke ľudského dohľadu nad rozhodovacími procesmi. Až 97,4% respondentov striktne odmieta možnosť, že by umelá inteligencia mohla v sociálnej sfére rozhodovať autonómne. Tento výsledok podčiarkuje hlboko zakorenené presvedčenie, že etická zodpovednosť je neprenosná na stroj.
S tým úzko súvisí aj nedôvera v technickú presnosť algoritmov, kde takmer 79% opýtaných vyjadrilo obavy z nesprávnej diagnostiky alebo chybného vyhodnotenia životnej situácie klienta. Táto skepsa nie je namierená proti technológii ako takej, ale skôr proti jej schopnosti pochopiť komplexný ľudský kontext. Výskum ďalej poukázal na výrazné medzery v normatívnom rámci. Drvivá väčšina odborníkov (94,7%) vníma súčasný Etický kódex sociálneho pracovníka ako nepostačujúci pre digitálnu éru a žiada jeho doplnenie. Podobne kriticky vnímajú respondenti aj legislatívnu ochranu; 67,5% z nich sa v prostredí nových

technológií necíti byť dostatočne chránených platnými zákonmi. Prioritou pre prax zostáva ochrana osobných údajov a kybernetická bezpečnosť (GDPR), ktorú za kľúčovú považuje 82,5 % účastníkov prieskumu.
Druhú časť výskumu tvoril kvalitatívny výskum, ktorý prehĺbil zísťované dáta o etike v kontexte sociálnej práce a umelej inteligencie. K podnetným výsledkom prispeli 2 sociálne pracovníčky.

Tabuľka 2 Údaje respondentiek kvalitatívneho výskumu

	Pohlavie	Vek	Povolanie	Dĺžka praxe
Respondentka 1 (R1)	žena	37 rokov	Sociálna pracovníčka	11 rokov
Respondentka 2 (R2)	žena	29 rokov	Sociálna pracovníčka	3 roky

Zdroj – vlastné spracovanie

Obe respondentky vyjadrili ochotu zúčastniť sa výskumu a boli informované o účele zberu dát, zachovaní dôvernosti a anonymity ich odpovedí. Pre detailnejšiu analýzu sú nižšie spísané položené vybrané otázky ktoré nám priblížili postoje a názory odborných pracovníčok a umožnili ich porovnanie.

1. Aké etické dilemy sa podľa vás môžu objaviť pri zavádzaní AI do sociálnej práce?
2. Považujete etický kódex sociálneho pracovníka za dostatočný pre prácu s AI a ako by sa mal doplniť, aby zohľadnil nové technologické výzvy?

Na otázku č. 3 Aké etické dilemy sa podľa vás môžu objaviť pri zavádzaní AI do sociálnej práce? odpovedá R*1 ,,najväčšou dilemou je ochrana súkromia a osobných údajov klientov, pretože pracujeme s veľmi citlivými informáciami. Ďalším rizikom je nesprávna alebo neúplná interpretácia údajov zo strany AI, ktorá by mohla viesť k chybným rozhodnutiam. Dôležitá je aj hranica medzi tým, čo môže rozhodovať človek a čo môže byť len podporným výstupom AI. Sociálna práca je založená na empatii a ľudskom kontakte, ktorý technológia nikdy plnohodnotne nenahradí.“*
R2 na otázku č. 3 odpovedá *,,ochrana osobných údajov klienta a individuálny prístup.“*

Na otázku č. 4 Považujete etický kódex sociálneho pracovníka za dostatočný pre prácu s AI a ako by sa mal doplniť, aby zohľadnil nové technologické výzvy? odpovedá R1, že *,,súčasný kódex nie je plne prispôsobený využívaniu AI. Mal by obsahovať jasné pravidlá pre prácu s digitálnymi nástrojmi, ochranu dát a o zodpovednosť sociálneho pracovníka za výsledky, ktoré AI poskytne. Je dôležité, aby sme mali rámec, ktorý by nás usmerňoval pri využívaní týchto nových nástrojov a ochránil klientov pred možnými zneužitiami. Napríklad súhlas klienta s tým, že pri jeho žiadosti o napr. administratívnu pomoc, bola využitá AI a je si toho vedomý.*
R2 na otázku č. 4 odpovedá *,,možno by som pridala bod, kde by klient mohol svojim podpisom súhlasiť, či nesúhlasiť s používaním AI pri pracovných postupoch, ktoré súvisia s ním, či už priamo alebo nepriamo.“*
Kvalitatívna analýza výpovedí expertiek (R1 a R2) potvrdzuje vzácnu zhodu v kľúčových etických otázkach, pričom obe respondentky vnímajú umelú inteligenciu primárne ako technický nástroj, ktorý nesmie narušiť humanistickú podstatu profesie. Z porovnania vyplýva, že kým R1 poskytuje komplexnejší pohľad na zodpovednosť a metodické usmernenie, R2 sa sústreďuje na praktickú a administratívnu stránku ochrany práv klienta formou

súhlasu. Spoločne však potvrdzujú potrebu zachovania ľudského faktora ako morálneho subjektu, ktorý nesie finálnu zodpovednosť za každé rozhodnutie.
Tabuľka 3: Komparácia vyjadrení respondentiek k etickým témam

Tematická oblasť	Respondentka R1 (dlhoročná prax)	Respondentka R2 (kratšia prax)
Riziko pre vzťah	„AI môže klienta odizolovať od reálnej pomoci, ak sa spolieha na chatboty.“	„Vzťah sa môže narušiť, ak sa stratí individuálny prístup k človeku.“
Transparentnosť	„Klient často nevie, že jeho dáta sú spracovávané systémom.“	„Potrebujeme jasné pravidlá informovaného súhlasu pre klienta.“
Zodpovednosť	„Ak AI urobí chybu, kto za ňu ponesie vinu? Pracovník alebo firma?“	„Zodpovednosť musí zostať na pracovníkovi, nie na stroji.“

Zdroj – vlastné spracovanie

Hĺbkové rozhovory priniesli detailnejší pohľad na etické dilemy, pričom sa ukázalo, že napriek rozdielnej dĺžke skúseností panuje v kľúčových témach zhoda.
V oblasti profesijného vzťahu obe respondentky varujú pred rizikom narušenia individuálneho prístupu. Kým skúsenejšia respondentka R1 vidí hrozbu v tom, že sa klient môže odizolovať od reálnej pomoci prehnaným spoliehaním sa na automatizované systémy (napr. chatboty), mladšia respondentka R2 sa obáva straty jedinečnosti vzťahu, ktorý je definovaný ľudskou prítomnosťou a empatiou.
Téma transparentnosti odhalila obavu z nevedomosti klienta. Zhoda panuje v tom, že klient je v súčasnosti často objektom spracovania dát bez toho, aby plne rozumel, ako systémy s jeho informáciami pracujú. Obe odborníčky volajú po zavedení jasných pravidiel pre informovaný súhlas, ktorý by bol pre klienta zrozumiteľný a transparentný.
Najzásadnejší konsenzus bol dosiahnutý v otázke zodpovednosti. Obe respondentky kategoricky odmietajú prenesenie viny za prípadné chyby na technológiu alebo jej dodávateľa. Respondentka R1 nastolila dôležitú otázku právnej nejasnosti pri zlyhaní algoritmu, zatiaľ čo respondentka R2 zdôraznila, že etické bremeno rozhodnutia musí vždy niesť sociálny pracovník ako morálny subjekt, nie stroj ako technický nástroj.

Záver a odporúčania

Predložený príspevok a realizovaný výskum jasne ukázali, že hoci technológia ponúka nesporný potenciál pre zefektívnenie administratívnych procesov a analýzu dát, jej integrácia do priamej práce s klientom naráža na hlboké etické bariéry.
Hlavným zistením výskumu je fakt, že slovenskí sociálni pracovníci (až 97,4 %) striktne odmietajú delegovanie rozhodovacej právomoci na autonómne systémy. Tento postoj nie je prejavom technologického skepticizmu, ale skôr vysokého stupňa profesijnej zodpovednosti. Respondenti si uvedomujú, že sociálna práca je v jadre založená na „ľudskom stretnutí“, ktoré obsahuje nuansy empatie, morálneho úsudku a kontextuálneho chápania životnej situácie klienta – teda atribúty, ktoré súčasná AI nedokáže autenticky simulovať.
Kritickým bodom, ktorý výskum identifikoval, je legislatívne a normatívne vákuum. Skutočnosť, že takmer 95 % opýtaných volá po aktualizácii Etického kódexu, svedčí o tom, že odborníci v teréne sa cítia pri používaní digitálnych nástrojov nechránení. Bez jasne stanovených hraníc zodpovednosti za chyby algoritmov a bez metodík pre získavanie informovaného súhlasu v digitálnom prostredí hrozí, že digitalizácia povedie k prehlbovaniu nedôvery medzi inštitúciou a klientom. Na základe analýzy navrhujeme nasledujúce strategické kroky pre rozvoj odboru:

Kodifikácia digitálnej etiky: Je nevyhnutné, aby profesijné organizácie (napr. Komora sociálnych pracovníkov) vypracovali metodický pokyn k Etickému kódexu, ktorý bude explicitne definovať prípustnosť využívania AI, mechanizmy ochrany súkromia a povinnosť transparentnosti voči klientovi.
Algoritmická gramotnosť ako súčasť vzdelávania: Sociálni pracovníci musia rozumieť princípom, na ktorých fungujú rozhodovacie algoritmy, aby dokázali identifikovať potenciálnu zaujatosť (bias) a kriticky korigovať výstupy strojového spracovania dát.
Human-Centric prístup: Technológia musí zostať v pozícii asistenta. Finálne rozhodnutie, ktoré má dopad na život a práva jednotlivca, musí vždy podliehať schváleniu kompetentným človekom.
Legislatívna ochrana a GDPR: Navrhujeme posilnenie právnej ochrany klientov v sociálnej sfére nad rámec všeobecného GDPR, so zameraním na právo na ľudské vysvetlenie každého automatizovaného úkonu.
Podpora interdisciplinárnych tímov: Pri vývoji a nasadzovaní AI nástrojov do sociálnej sféry musia byť od začiatku prítomní sociálni etici, aby sa predišlo „technokratickému optimizmu“, ktorý prehliada sociálne dopady na zraniteľné komunity.
Záver príspevku zdôrazňuje, že integrácia umelej inteligencie do sociálnej sféry predstavuje zásadný civilizačný zlom, ktorý nevyhnutne vyžaduje primárnu orientáciu na etické normy a zachovanie humanistickej podstaty profesie. Výskum jasne preukázal, že odborná obec striktne odmieta delegovanie rozhodovacích právomocí na autonómne systémy a trvá na tom, aby zodpovednosť za finálne úsudky ovplyvňujúce životy klientov niesol výhradne človek. Táto profesijná zodpovednosť pramení z presvedčenia, že empatia, morálny úsudok a kontextuálne chápanie ľudskej situácie sú atribúty, ktoré technológia nedokáže autenticky simulovať. Aktuálne identifikované legislatívne a normatívne vákuum vyvoláva v odborníkoch pocit neistoty, čo vedie k naliehavej požiadavke na aktualizáciu etických kódexov a jasnú kodifikáciu digitálnej etiky. Úspech digitalizácie v sociálnej práci tak nebude definovaný výkonom procesorov, ale schopnosťou inštitúcií ochrániť súkromie, zabezpečiť transparentnosť algoritmov a udržať autentický ľudský vzťah ako základný pilier pomoci. Umelá inteligencia by mala zostať v pozícii asistenta, ktorý pracovníka odbremení od rutinných úloh, čím mu vytvorí priestor pre hlbšiu podporu človeka v kríze pri plnom zachovaní jeho dôstojnosti a etickej integrity.

Literatúra

DANG, J – LIU, L. 2025. *Dehumanization risks associated with artificial intelligence use*. American Psychologist. Advance online publication. [online]. 2025. [citované 2026-02-22]. Dostupné na internete < https://dx.doi.org/10.1037/amp0001542 >
EUBANKS, V. 2018. *Automating Inequality: How High-Tech Tools Profile, Police, and Punish the Poor*. New York: St. Martin’s Press. 2018. 272 s. ISBN 978-1250074317
FERRARA, E. 2023. *Fairness And Bias in Artificial Intelligence: A Brief Survey of Sources, Impacts, And Mitigation Strategies*. University of Southern California. [online]. 2023. [citované 2026-02-08]. Dostupné na internete < https://arxiv.org/pdf/2304.07683 >
O’NEIL, C. 2016. *Weapons of Math Destruction: How Big Data Increases Inequality and Threatens Democracy*. 1st edition. New York: Crown. 2016. 272 s. ISBN 978-0553418811
OTTOMAN, G. – NOBLE, C. 2025. *AI and the Disruption of Welfare (Routledge Advances in Social Work).* Routledge. 2025. 328 s. ISBN 978-1032741123
REAMER, F. 2023. *Artificial Intelligence in Social Work: Emerging Ethical Issues*. International Journal of Social Work Values and Ethics. ISSN 2790-6345, 2023, s. 52-71

THE POLISH GOLD MARKET AND THE WAR IN UKRAINE
POLSKI RYNEK ZŁOTA A KRYZYS WOJENNY NA UKRAINIE

Zbigniew Filip
Mgr., full-time doctoral student, Catholic University in Ružomberok,
Faculty of Theology in Košice
Hlavná 89, Košice
Faculty of Theology, Theological Institute
Spišská Kapitula 12, Spišské Podhradie
Slovenská republika
zfilip77@op.pl

Zuzana Budayová
doc. PhDr. Mgr., PhD., M.Ed.
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-6171-3384
Catholic University in Ružomberok
Faculty of Theology, Theological Institute
Spišská Kapitula 12, Spišské Podhradie
Slovenská republika
zuzana.budayova@ku.sk

Abstract: This article examines the impact of the war in Ukraine on the functioning of the Polish investment gold market. The main objective of this study is to analyse changes in demand for gold and to assess its role as a 'safe haven' asset in the context of a sharp rise in geopolitical and economic uncertainty following 24 February 2022.
The research process employed methods of literature review, statistical data analysis and comparative analysis, with operational data from the Apart Mint at Galeria Bonarka in Kraków used as a case study. The analysis showed that the armed conflict has become a key determinant of investment behaviour in Poland, leading to a record increase in gold sales – from 5 tonnes in 2019 to 18 tonnes in 2022.
The article discusses in detail the factors shaping demand, such as high inflation, central banks' monetary policy and exchange rate fluctuations, with particular emphasis on the PLN-USD exchange rate. The study also outlines the institutional structure of the market, covering the role of the National Bank of Poland in building reserves, the activities of commercial banks, and those of specialist dealers and mints. The regulatory environment is also a key element of the analysis, including VAT exemptions for investment gold and the requirements arising from anti-money laundering regulations.
The findings indicate that, in the face of the destabilisation of the commodities and energy markets caused by the war, gold effectively served to protect capital against a loss of real value, which resulted in the metal reaching historic price highs, exceeding the PLN 18,000 per ounce mark in 2025.

Keywords: investment gold, the gold market in Poland, the war in Ukraine, a safe haven, inflation.

Introduction

Gold has played a special role in financial and economic systems around the world for many years. As one of the oldest means of saving, it is this metal that has been used as currency and as a safeguard for wealth during times of political and economic uncertainty. Today, there has been a move away from currencies based

on the gold standard, yet the metal still occupies a significant place in the portfolios of both retail and institutional investors, providing an important element of risk diversification.
The crucial importance of investment gold has become apparent during times of crisis, such as wars, financial crises or periods of inflation. One of the events that had a significant impact on the financial market in Central and Eastern Europe was the outbreak of war in Ukraine in 2022. This conflict contributed to increased economic uncertainty, a lack of security, and a growing interest in assets considered to be so-called 'safe havens'[1], among which gold plays a special role.
The main objective of this thesis is to analyse the impact of the war in Ukraine on the Polish investment gold market, with particular emphasis on the operations of the Apart Mint at Galeria Bonarka in Kraków. The thesis aims to highlight the changes in demand for gold and the role it plays in times of geopolitical uncertainty and heightened risk.
The choice of Mennica Apart at Galeria Bonarka in Kraków as the subject of analysis stems from the brand's high recognition among individual customers and its strong position in the Polish investment gold market. The point of sale is located in one of the most recognisable shopping centres, which allows for the observation of consumer behaviour in direct contact with the retail market, providing a reliable source of data for analysis.
The study employed methods of literature review, statistical analysis and comparative analysis. It also drew on publicly available market reports and information from Mennica Apart, which enabled a comprehensive presentation of the subject under investigation. The main objective of this study is to analyse changes in demand for gold and to assess its role as a 'safe-haven' asset against the backdrop of a sharp rise in geopolitical and economic uncertainty following 24 February 2022, whilst the hypothesis is that the escalation of the armed conflict in Ukraine in 2022 became a direct determinant of the sharp rise in demand for investment gold in Poland, confirming its role as a key 'safe-haven' asset in conditions of extreme geopolitical uncertainty and the destabilisation of financial and commodity markets.

The role and definition of investment gold in the modern economy
For centuries, gold has played a vital role in the world's financial and economic development. Regarded as one of the oldest stores of value, this precious metal has been used in monetary systems and in international trade. Although most countries abandoned the gold standard in the 20th century, the metal has not lost its economic significance. Nowadays, gold is viewed as an investment asset and, in times of geopolitical uncertainty, as a safeguard for savings (Kurek, 2016).
Investment gold is characterised by a high fineness. In the form of bars, it must have a fineness of at least 995 (99.5% pure gold), whilst bullion coins must have a minimum fineness of 900 and have been minted after 1800. Most commonly, however, investment gold has a fineness of 999 (or 999.9) – 24 carats, which means a content of almost 100% pure gold; this makes it ideal for bullion bars and coins, whilst also exempting them from VAT. The main characteristic of this precious metal is its lack of practical value in the consumer sense – the purpose of purchase is to preserve capital value, rather than for use in jewellery. This definition is also reflected in European Union legislation and the Polish legal system, which set out the conditions for a product to be classified as investment gold (Dz.U. 2004 nr 54 poz. 535).
Gold fulfils several key functions in the financial market. First and foremost, it is regarded as a 'safe haven', which investors turn to during financial crises, periods of instability or rising inflation. Furthermore, gold is an element of investment portfolio diversification, as its price often shows a low or negative correlation with other asset classes, such as shares or bonds.

[1] Gold, as a 'safe haven', is an asset that protects capital in times of uncertainty, financial crises and high inflation, and is characterised by a low correlation with the stock market. In times of market turbulence, geopolitical tensions or wars, investors turn to physical gold, which often leads to an increase in its value, ensuring portfolio stability.

Additionally, gold provides protection against a decline in the purchasing power of money, particularly in the context of aggressive monetary policy by central banks (Baur, McDermott, 2010).
In today's global economy, the gold market is closely linked to the currency, financial and commodities markets. Gold prices are determined on international exchanges, and their volatility depends on a number of factors, including inflation, interest rates, the US dollar exchange rate, and the actions of central banks. Gold's investment appeal remains high, despite the fact that gold does not generate income in the form of interest or dividends (Eichengreen, 2008).
In Poland, investment gold is attracting considerable interest among both individual and institutional investors (companies). The growth of the precious metals market, greater availability of investment products and, above all, the public's increasing financial awareness mean that gold is becoming a key component of the domestic financial market (NBP).

Factors affecting the demand for gold in poland
In Poland, demand for gold depends on social, economic and psychological factors. For years, gold has been regarded as a store of value and a safe haven for investors, and demand for it rises particularly during periods of economic and political instability. The macroeconomic situation in the country and globally, as well as dependence on global factors such as the collapse of the financial system, geopolitical risk and volatility in currency markets, mean that demand for gold has become heavily dependent on them (Czekaj, 2020).
A key factor influencing demand for gold is the level of inflation and expectations regarding how that inflation will change in the future. Rising prices of goods and services mean that the value of savings held in traditional forms, such as bank deposits, is eroded. As a result, investors are forced to seek assets that allow them to preserve the real value of their savings. Due to its limited supply and long-term stability of value, gold is often seen as an effective hedge against inflation (NBP).
Another key factor is the monetary policy of the National Bank of Poland, as well as that of central banks around the world. Interest rate levels have a significant impact on the attractiveness of alternative ways of growing one's money. Low interest rates mean that the interest on bank deposits is not sufficient to offset the losses resulting from inflation, which prompts investors to diversify their portfolios and seek other financial instruments. In such circumstances, gold becomes a competitive form of asset allocation (NBP, 2023-2024).
Demand for gold in Poland is also influenced by exchange rates, particularly the exchange rate between the zloty and the US dollar, the currency in which gold is priced on global markets. A weakening of the zloty leads to an increase in the price of gold when converted into the local currency, which may limit the affordability of the precious metal for investors. On the other hand, it reinforces the belief that savings need to be kept safe ahead of a further fall in the currency (NBP).
Another factor influencing domestic demand for gold is the stability of the financial system and the level of confidence in the banking sector and state institutions. In times of heightened risk, such as a financial market crash or the threat of financial institutions becoming insolvent, gold becomes an asset independent of the banking sector. This precious metal, in the form of bullion coins or bars, is viewed more favourably by investors who prioritise security and control over their own assets (Iwanicz- Drozdowska, 2021).
Social and psychological factors also influence the demand for gold in Poland. A sense of threat, investor sentiment, and media reports on the political and economic situation significantly influence consumer behaviour. In times of heightened global uncertainty, the tendency to adopt a more cautious approach increases, leading to greater interest in gold. In Poland, there is a

strong demand response to crisis situations, which heighten the sense of economic instability (Sławiński,2020).
Demand for gold in Poland was significantly affected by the armed conflict in Ukraine in 2022. Following its outbreak, the outlook for political and economic security in Central and Eastern Europe changed dramatically. Concerns grew regarding economic stability, energy security and the proper functioning of financial markets. As a result, a large proportion of investors decided to invest their accumulated savings in gold as a protective measure (PISM, 2025).
The outbreak of war in Ukraine has also exacerbated inflation through supply disruptions and higher energy prices. This has also strengthened the role of gold as a hedge against the loss of capital's real value. Gold is a precious metal independent of any single state or political system, which is why it has come to be seen as a stable means of safeguarding capital during periods of heightened conflict on the international stage (ECB, 2022).
The availability of gold on the domestic market also plays an important role. A well-developed network of mints, individual gold dealers and online sales have made investment gold more readily available in the country. Thanks to high levels of interest, investing in gold has also become more accessible to those with lower incomes, rather than just those with greater financial resources. The public's growing financial awareness and the dissemination of knowledge about investing in gold are having a significant impact on the rise in demand (World Gold Council).
Demand for gold in Poland is growing due to a number of interrelated factors. Monetary policy, the stability of the financial system, the global situation, inflation, and social and psychological factors significantly influence investors' decisions. The armed conflict in Ukraine has contributed to the growing importance of gold as a safe-haven asset during times of heightened uncertainty, as evidenced by increased interest in this precious metal within the Polish economy.

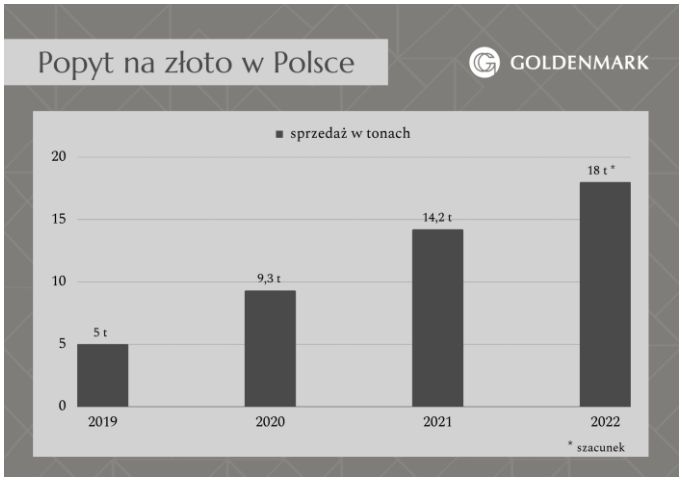


Figure 1. Demand for gold in Poland
Source: compiled by the author based on data from the website: https://ceo.com.pl/rekordowy-rok-na-polskim-rynku-zlota-46137 [28.02.2026]

The chart above illustrates the rise in demand for gold between 2019 and 2022. In 2019, gold sales in Poland stood at 5 tonnes, whereas in 2022 a marked increase to 18 tonnes can be observed, driven in part by the armed conflict in Ukraine. The escalation of hostilities and heightened economic uncertainty have led to greater interest in gold as a safe haven. These figures confirm the assumption that, in conditions of increased global instability, gold plays a more significant role as a means of capital preservation.

Companies and institutions operating in the polish gold market

The Polish gold market is characterised by a complex organisational structure comprising public institutions, private companies and individual customers. It operates thanks to the interconnections between the central bank, financial institutions, precious metals dealers, jewellers, mints and investors. These entities play a key role in times of heightened geopolitical and economic instability, such as during the war in Ukraine, which has increased interest in gold as a 'safe haven'(NBP, 2023).

One of the most important institutions influencing the Polish gold market is the National Bank of Poland (NBP). It is the central bank responsible for issuing currency, and is also tasked with managing the country's foreign exchange reserves, which include monetary gold reserves. Recently, the NBP's gold reserves have increased significantly, resulting in greater financial stability for the country and strengthening the financial system's resilience to global economic imbalances (NBP, 2024).

The actions of the National Bank of Poland do not directly affect the retail market, but they are highly noticeable. By purchasing gold, the central bank contributes to the public's perception of this precious metal, reinforcing the view that it is a safe and stable asset. The war in Ukraine has led to an increase in the NBP's gold reserves, which can be seen as part of a strategy to protect the Polish economy from the consequences of international instability (World Gold Council, 2023).

Public confidence is also a key factor. Citizens' sense of economic security increases when they have reliable information about the central bank's gold reserves and efforts to build them up. This is a lasting symbol of value and stability in the public consciousness; consequently, the presence of this precious metal in the NBP's holdings has a positive impact on the perception of the state's financial strength (Gńka, 2022).

Other key players include financial institutions and commercial banks, where customers can find investment products linked to precious metals. These include gold-backed investment accounts, certificates and ETFs. It is also possible to purchase gold in the form of bars or bullion coins (Komisja Nadzoru Finansowego, 2023).

Commercial banks are establishing their presence in the gold market by offering gold-based investment products. The most popular of these are the gold bars and coins mentioned earlier, which customers can purchase at bank branches. These products represent a secure form of investment that protects savings against rising inflation and fluctuating exchange rates. Public trust and the banks' strong market position have enabled them to play a key role in promoting investment in precious metals among consumers (Witkiewicz, 2015).

Financial institutions also act as intermediaries in the gold market. They provide access to global markets where the price of gold is determined, and also offer expert investment advice. Thanks to these factors, institutional investors, such as insurance companies and pension funds, can use gold as part of their risk management strategy. In this context, gold is treated as an asset with low correlation to the equity and bond markets, which supports the stability of portfolio value over the long term (World Gold Council, 2021). During a crisis, the significant role played by financial institutions and commercial banks becomes apparent. Rising inflation, conflicts of interest and an economic slowdown all contribute to increased demand for gold. As a result, banks are expanding their product range whilst stepping up their marketing and information campaigns. This helps to reinforce the public's confidence in investing in gold as a means of safeguarding capital (Browne, 2001).

Safekeeping and security are key aspects of how banks operate. They offer safe deposit boxes, as well as the storage of bullion in specialised vaults, which enhance the security of the gold and reduce the risk of it being lost. For a large group of investors, this is a factor that influences their choice of bank as an investment intermediary, as individual storage can lead to additional costs and increased risk (Dz.U. 2006 nr 157 poz. 1119 z późn. zm).

Financial institutions and commercial banks contribute to the stability of the gold market in Poland through their operation within the framework of financial supervision and legal regulations. Oversight by the Polish Financial Supervision Authority, alongside EU and national regulations, ensures transparency in trading, reduces the risk of fraud, and protects investors' interests. As a result, the gold market operates in a structured manner, which contributes to the long-term development of this sector within the financial market (Zaleska, 2019).

Another key player in the Polish gold market is Mennica Polska S.A., one of the oldest and most recognisable mints. Founded in the 18th century, it holds a leading position as a producer of gold bars and bullion coins that meet international standards of quality and purity, such as those set by the London Bullion Market Association (LBMA). Consequently, the products offered by Mennica Polska are accepted on the domestic market as well as in international trade (London Bullion Market Association).

The operations of the Polish Mint are closely linked to the National Bank of Poland, as together they fulfil orders for both collector's and commemorative coins. The National Bank of Poland is not a direct producer of gold, but through the issuance of gold coins and its management of foreign exchange reserves, it plays an important institutional role in the market. The operations of the Polish Mint contribute to the growing popularity of investing in gold among Poles, thereby increasing the availability of this precious metal in certified form (Mennica Polska).

In addition to the Polish Mint, private mints catering to individual customers are also proving very popular. Among these, Apart Mints stand out; they operate within Apart jewellery boutiques, one of the best-known jewellery retailers in Poland. Apart Mint offers investment gold for sale in the form of coins and bars. The products offered by this institution meet all international requirements for gold purity and quality, enabling them to be used as a means of saving and as a store of value. An extensive network of shops and online sales have increased the availability of the precious metal in the country and contributed to the growing trend of investing in gold amongst the public (Mennica Apart).

Another player in the gold market is KGHM Polska Miedź S.A., known as the mining sector. It is primarily involved in the extraction and processing of copper and silver, but gold is a significant metal there, even though it is produced as a by-product of the mining process. The gold extracted by this sector is derived from copper ore and is subsequently refined, thereby achieving a high purity. KGHM has a significant impact on the production of precious metals and the comprehensive assessment of the country's raw material resources (KGHM).

Mining companies operate under different principles in gold production, as the metal they produce is first sold on the wholesale market or undergoes further processing. It does not go directly into the hands of investors; however, the active involvement of gold producers enhances the security of Poland's raw materials and maintains the stability of the gold supply in the long term (Ostrowska, 2017).

Private producers and precious metal refiners also have a place in the Polish gold market. Their activities involve processing gold and producing bars of various weights and finenesses. They operate in accordance with international gold quality standards, thereby enabling them to collaborate with business partners abroad and transport their products to other countries (LBMA).

Precious metal producers and mints operating in Poland are subject to legal regulations governing the trading of gold, appropriate marking and, above all, anti-money laundering measures. Mandatory certifications and high-quality products boost confidence in the gold market as a means of safeguarding assets during times of global instability (Dz.U. 2018 poz. 723).

Precious metal dealers, who physically trade in gold in the form of bullion coins and bars, also play an important role. Their business involves purchasing bullion on wholesale markets or from mints, which is then sold on to individual customers or groups of businesses. Dealers are

tasked with ensuring the availability of investment products and guaranteeing the authenticity of the products they offer, including certification and compliance with applicable quality standards. Pricing policy is a key factor in the operations of precious metal dealers. The price of the metal comprises prices set on international financial markets and a margin covering storage and logistics costs. In retail sales, customers compare offers from different sellers, which influences competition and necessitates price transparency. The widespread development of online sales has contributed to increased market accessibility and has led to changes in how dealers operate (Mishkin, 2019).

Macroeconomic factors have had a significant impact on the retail market, as periods of financial crisis, high inflation and economic uncertainty tend to see increased interest in gold, which offers a safe haven. According to dealers, these factors drive up demand, leading to frequent product shortages, longer order fulfilment times and higher margins (World Gold Council).

The retail market operates in accordance with legal regulations, which cover, amongst other things, tax matters and anti-money laundering measures. Dealers' operations must comply with the applicable regulations, as this affects both the costs of running the business and the market system (Waliszewski, 2020).

Jewellery companies are also key players in the gold market. They use gold as the primary metal for producing jewellery, which comes in various forms and finenesses. Market prices for the metal, the geopolitical situation, following fashion trends and customer preferences all influence jewellery companies' demand for gold. Rising prices for this metal are forcing jewellers to optimise its use, combine it with other raw materials and produce items from so-called 'blow-up gold'. For jewellery companies, gold must be practical and useful, which is why they often face the risk associated with fluctuations in the price of this precious metal. To prevent this, jewellers adopt a defensive strategy by entering into long-term contracts with suppliers. Stable gold prices contribute to higher profits and greater production profitability (Green, 2018).

One example of a gold market participant operating as part of a jewellery company is Apart, one of the most recognisable jewellery retailers in Poland. The brand operates numerous high-street stores and an online shop, offering items made from gold, silver and stainless steel, as well as jewellery featuring a variety of precious stones. Thanks to its high profile and extensive network of shops, Apart has become a trusted buyer of gold on the market, which contributes to high demand in the jewellery sector (Apart).

Apart bases its prices on those prevailing in the global market and on the availability of precious metals, whilst tailoring its offerings to customer preferences through its designs, displays and marketing strategy. It offers not only traditional jewellery, but also products with a more investment-oriented nature, which combines the benefits of functional gold (Apart).

The proper operation of jewellery shops is based on applicable legal regulations and quality standards. These include rules governing the hallmarking of gold, price transparency and consumer rights. Compliance with these regulations boosts customer confidence and contributes to the brand's strong market position (Dz.U. 2011 nr 92 poz. 529).

The Polish gold market also operates thanks to retail and institutional investors. The former view gold as a means of safeguarding their savings, depositing it in banks. These decisions are heavily influenced by macroeconomic factors, resulting in high inflation and a lack of stability on the international stage stemming from the war in Ukraine. Institutional investors, on the other hand, such as insurance companies or investment funds, view the precious metal as a strategy that spreads funds across various assets from different sectors, thereby limiting risk. The activities of these institutions contribute to greater stability and trading volume (Marcinkowska, 2021).

Legal regulations governing the trading of gold in Poland

In Poland, investing in gold is governed by specific legal standards derived from European Union law and national legislation. The legislation is designed to protect customers, ensure the security of gold purchases and sales, and prevent fraud, such as that arising from money laundering. Investment gold, used to safeguard savings, is part of the legal framework, unlike other precious metals (Jurkowska- Zeidler, 2008).

The key piece of legislation governing the tax aspects of trading in gold is the Act of 11 March 2004 on Value Added Tax (VAT). Pursuant to the provisions contained therein and the implementation of Council Directive 98/80/EC, investment gold is exempt from VAT. The exemption applies to gold in the form of bars with a fineness of at least 995 thousandths (99.5% pure gold) and bullion coins with a fineness of at least 900 thousandths and minted after 1800. Thanks to the VAT exemption, gold has become a popular investment method, unlike other taxable products (Dz. U. 2004 nr 54 poz. 535 z późn. zm).

The Act also sets out the record-keeping and reporting obligations incumbent upon authorities responsible for foreign exchange transactions. The sale of bullion by businesses imposes on them an obligation to keep proper records of transactions and to include these in their tax records. The aim of this is to ensure transparency of transactions and to enable tax authorities to verify the correct application of the exemption. The exemption provided for in the Act may be revoked if the applicable regulations regarding the fineness, form or intended use of the gold are not met. In such cases, the purchase and sale of gold are treated as a standard supply, which is subject to tax. For this reason, investors and traders in this form of investment must be aware of the legal rules so as not to expose themselves to risk (Dz. U. 2004 nr 54 poz. 535 z późn. zm).

Under Article 122 of the VAT Act, the supply, import and intra-Community acquisition of investment gold are exempt from VAT. This applies to businesses and individual investors carrying out such transactions, but only where the conditions set out in the Act are met. Consequently, this enhances the importance of gold in investment and fosters the growth of the market in Poland (Dz. U. 2004 nr 54 poz. 535 z późn. zm).

Important legal standards also include provisions governing business activities in the field of precious metals trading. These are set out in the Act of 6 March 2018 on the Law on Entrepreneurs (Journal of Laws 2018, item 646, as amended). It does not directly regulate the gold market in Poland, but it sets out the legal framework within which businesses engaged in gold trading, services or the exchange of financial assets must operate. They are obliged to provide accurate information about the gold they sell, such as the origin of the bullion, fineness, price and weight (Dz.U. 2018 poz. 646 z późn. zm.).

Another key piece of legislation is the Act of 1 March 2018 on the prevention of money laundering and terrorist financing, which applies to businesses dealing in gold and precious stones that carry out high-value cash transactions. They are required to implement financial security measures, which involves mandatory customer identification and identity verification in high-value transactions. This Act prohibits anonymous cash transactions exceeding €10,000. In the case of investment gold, this threshold is often exceeded, whilst this rule is of a preventive nature (Dz.U. 2025 poz. 644).

The above Act also sets out a risk assessment obligation. Businesses are required to assess the risk of money laundering and terrorist financing based on the characteristics of the customer, the source of the funds and the manner in which the transaction will be carried out. An example is a situation where an occasional customer purchases investment gold and, when paying in cash, fails to provide an economic justification; this may be classified as a higher risk and warrant the application of financial security measures (Dz.U. 2025 poz. 644).

A key aspect of AML/CFT regulations is the mandatory monitoring of transactions and the reporting of suspicious transactions to the General Inspector of Financial Information (GIIF).

Transactions that may constitute an attempt to launder proceeds of crime or finance terrorism require businesses to report them immediately. In the gold market, for example, this includes the regular purchase of high-value gold by a single customer, the use of intermediaries, or the splitting of transactions into several smaller financial operations (Dz.U. 2014 poz. 827 ze zm).
The role of the General Inspector of Financial Information is of key importance in AML/CFT regulation. The Inspector carries out inspections, issues recommendations, imposes administrative penalties, and cooperates and shares information with other authorities. The diagram also illustrates the GIIF's supervision of the market, including the gold market.
The Act also sets out obligations relating to the storage and documentation of information obtained through the application of financial security measures. Statistics on transactions carried out and customer data must be retained, as this enables them to be analysed at a later date by the relevant authorities. This has a significant impact on the gold market, where the precious metal may be resold (Dz.U. 2014 poz. 827 ze zm).
AML/CFT regulations also govern the mandatory implementation of internal policies and the organisation of training for staff involved in gold trading. These policies should cover risk assessment, customer identification, rapid response to suspicious transactions and cooperation with the GIIF. The purpose of the training is to raise staff awareness of the risks associated with money laundering, as well as to develop the ability to identify unusual customer behaviour (Dz.U. 2014 poz. 827 ze zm).
Failure to comply with the provisions of the Act results in heavy fines and criminal liability for those involved in the sale of gold. The aim of the current legal framework is to ensure greater regulatory discipline in the gold market and to curb the activities of bodies that do not operate in accordance with the official supervisory system (Dz.U. 2014 poz. 827 ze zm).In the context of the Polish gold market, the Act of 30 May 2014 on consumer rights is also significant, as it governs the relationship between traders dealing in gold and consumers purchasing the metal. It is the fundamental legal framework defining the rights and obligations of the parties to contracts concluded with consumers, as well as contracts relating to the purchase of investment gold in the form of bars and coins (Dz.U. 2014 poz. 827 ze zm).
A key provision of the Act is the requirement for traders to provide clear information on product prices, delivery terms, additional costs and consumer rights. Investment gold must have its fineness and weight clearly stated, as well as confirmation that it meets all the requirements for the metal to be classified as an investment metal. The absence of this essential information undermines customer confidence (Dz.U. 2014 poz. 827 ze zm).
The Act also sets out the rules governing contracts concluded outside business premises. Investment gold is also sold via online shops and various websites, which influences consumers' purchasing decisions without them having seen the product in person beforehand. Consequently, the Act allows consumers to withdraw from a contract within 14 days without having to give a reason. The aim of this right is to strengthen the consumer's position and reduce the risks associated with purchasing high-value products (Dz.U. 2014 poz. 827 ze zm).
However, the Act sets out exceptions to the right of withdrawal. Contracts in which the price of the goods depends on fluctuations in the financial market that the trader is unable to control are excluded from this right. As investment gold is market-dependent, this metal often falls under this exception. Therefore, participants in the gold market may waive the right of withdrawal, but only if the consumer is aware of this before the contract is concluded (Dz.U. 2014 poz. 827 ze zm).
Regulations governing the marking and certification of products made from precious metals are also crucial on the Polish gold market. The body responsible for verifying the fineness of metals intended for trade is the Assay Office. Investment gold bars sold by mints are often not verified by the Assay Office; however, holding certificates attesting to their authenticity boosts investor confidence in the manufacturers (Dz.U. 2011 nr 92 poz. 529 ze zm).

The legal regulations outlined above play a key role in the functioning of the Polish economy. The Goods and Services Tax Act sets out the principles governing the application of VAT and the obligations incumbent upon businesses. The Business Law, on the other hand, defines the rules governing their operations. In turn, the mandatory identification and verification of customers is regulated by the Act on Counteracting Money Laundering and Terrorist Financing. The Consumer Rights Act, which provides protection for customers, is also significant for the Polish gold market. The Assay Office also plays a role in the precious metals market through proper hallmarking and certification.

Financial market reactions to the outbreak of armed conflict in Ukraine, investor behaviour and changes in gold prices in Poland and worldwide

The outbreak of hostilities in Ukraine in 2014 and their escalation on 24 February 2022 have had a significant impact on global financial markets. The Russia-Ukraine war has triggered reactions among investors, leading to increased volatility in investment markets, a rise in demand for asset protection measures, and changes in gold prices (Ukraina: OECD Economic Outlook, tom 2023, numer 2 | OECD).

Financial markets are among the sectors most sensitive to geopolitical events, which create uncertainty and entail greater risk. Military conflicts, particularly those of a global nature, have a significant impact on the decisions made by investors. This is linked to an increase in overall market risk, changes in capital flows and perceptions of uncertainty in international markets. The war in Ukraine has led to an increase in risk levels on global capital markets and a deepening of risk aversion among investors. The uncertainty arising from the conflict has contributed to a sharp fall in share prices and stock market indices, but has also led to increased interest in safe-haven assets such as the US dollar and the Swiss franc, as well as precious metals (Global Financial Stability Report, April 2022: Chapter 1 - The Financial Stability Implications of The War in Ukraine; April 19, 2022).

In times of heightened risk and greater uncertainty on the international stage, one of the key investor behaviours is the shift of capital towards assets with a lower probability of loss, known as a ‘flight to quality’. This phenomenon was particularly evident at the onset of the war in Ukraine in 2022. Investors increased their capital through precious metals, primarily gold, the US dollar, and government bonds from Germany, the US and Japan (Global Financial Stability Report, April 2022: Chapter 1 - The Financial Stability Implications of The War in Ukraine; April 19, 2022).

The first phase of the war in Ukraine in 2022 led to a massive slump in stock market prices. Investors were forced to sell off shares in sectors particularly vulnerable to macroeconomic risks, such as commodities, defence and energy. At the same time, due to a massive inflow of funds seeking safety, government bonds from developed countries gained in value (Global Financial Stability Report, April 2022: Chapter 1 - The Financial Stability Implications of The War in Ukraine; April 19, 2022).

As a result of this investor behaviour, volatility in the investment sector increased, as evidenced by sharp price fluctuations over a short period. Over time, the markets have recovered, but they remain highly sensitive to global and economic developments linked to the armed conflict (: https://nbp.pl/wp-content/uploads/2022/09/rsf062022.pdf).

The outbreak of war in Ukraine triggered a massive surge in gold prices worldwide. Growing economic uncertainty, instability and increased demand for safe-haven assets led to a sharp rise in gold prices compared to previous years. Just a few weeks after the conflict began, a sharp rise in gold prices was recorded, which influenced investor behaviour. The situation forced them to invest in low-risk assets, despite the fact that the strength of the dollar and rising interest rates were putting pressure on metal prices at the same time (: https://nbp.pl/wp-content/uploads/2022/09/rsf062022.pdf).

In Poland, too, investor interest in gold has risen. Minting houses and precious metal dealers have seen increased demand for gold bars and bullion coins. The intense military conflict in Ukraine, rising gold prices and inflation in Poland have contributed to investors viewing gold as a safe-haven asset that minimises investment risk. Prices on the gold market in Poland have come to reflect the level of inflation and the value of the zloty against the euro and the dollar. The rise in the global price of gold led to a weakening of the zloty, which created demand for precious metals priced in Polish zloty (https://static.nbp.pl/dokumenty/polityka-pieniezna/raporty-o-inflacji/raport_marzec_2022.pdf).

Figure 2. Global gold price trends for 2021–2026
Source: compiled by the author based on data from the website Gold Price History - Historical Gold Charts and Prices

The chart above shows the rise in the price of gold in US dollars per ounce between 2021 and 2026. The armed conflict in Ukraine in 2022 contributed to a rise in the price to $2,000/oz, driven by increased investment demand and heightened international uncertainty. In 2024, a sharp rise to $3,000 was recorded. Since 2025, an upward trend has been observed, driven by instability on the international stage and greater interest in the precious metal.

Figure 3. Changes in gold prices in Poland between 2021 and 2025

Source: compiled by the author based on data from the website Notowania cen złota w złotówce wraz z wykresami [Złoto w PLN] | Złote monety i sztabki złota – Goldco.pl

The chart above shows changes in the price of gold in Poland between 2021 and 2025. At the start of 2022, there was a marked rise in the price, caused by the outbreak of armed conflict in Ukraine and a fall in the value of the zloty. In 2023, there were minor price fluctuations, whilst 2024 saw a sharp rise. The year 2025 proved historic in terms of the price of gold per ounce, as it exceeded 18,000 PLN. The reason for this is the growing interest in gold as a safe form of saving.

Conclusion

The analysis carried out enables us to draw final conclusions regarding the main objective and the research hypothesis. The main objective of this study was to analyse the impact of the war in Ukraine on the Polish investment gold market, with particular emphasis on demand mechanisms and the role of gold as a 'safe haven' in conditions of extreme geopolitical uncertainty. The collected material and analysis of statistical data allow for a positive verification of the research hypothesis. The escalation of the armed conflict after 24 February 2022 became the direct and dominant determinant of the sharp rise in interest in gold in Poland. This is confirmed by hard market data – demand for gold rose from 5 tonnes in 2019 to a record 18 tonnes in 2022. This phenomenon was a classic manifestation of the flight-to-quality strategy, under which investors, faced with a threat to the stability of the financial and energy systems, moved capital en masse into assets with minimal risk of loss. The key conclusions drawn from this analysis are:

– the effectiveness of gold as a hedge against inflation and currency depreciation – the war has exacerbated inflationary pressures and weakened the zloty against the US dollar, which has strengthened the incentive to hold savings in physical gold as an asset independent of any single country's monetary policy,
– the role of the regulatory environment – the exemption of investment gold from VAT (under the Goods and Services Tax Act) was a key factor in stimulating demand, making this precious metal highly competitive compared to other forms of capital investment,
– institutional influence and trust – the National Bank of Poland's efforts to increase gold reserves, as well as the presence of trusted retail entities such as Mennica Apart, have made it easier for retail investors to access certified products (bullion bars and coins), thereby enhancing the general sense of financial security.

In summary, the war in Ukraine has permanently altered Polish investors' perception of risk. By reaching historic price highs in 2025, exceeding PLN 18,000 per ounce, gold has demonstrated its crucial role in stabilising investment portfolios during times of instability in the international order. The future of the Polish gold market will remain closely linked to further developments in the geopolitical situation in Eastern Europe and the persistence of global inflationary trends.

Bibliografia

Kurek J., 2016, *Metale szlachetne jako forma inwestycji*, PWE, 2016, Warszawa,
Baur L., McDermott B., 2010, *Is gold a safe haven?,* Financial Review,
Eichengreen B., 2008, *Globalizing Capital,* Princeton University Press,
Czekaj J., 2020, *Rynki finansowe,* PWE, Warszawa,
Iwanicz - Drozdowska M., 2021, *Zarządzanie finansowe bankiem w erze cyfrowej,* PWE, Warszawa,
Sławiński A.,2020, *Stabilność systemu finansowego,* PWN, Warszawa,

Górka J, 2022, *Złoto jako instrument stabilizacji systemu finansowego w warunkach niepewności gospodarczej*.
Witkiewicz T., 2015, *Inwestowanie w złoto i srebro,*
Browne H., 2001, *Fail-safe Investing: Lifelong Financial Security in 30 Minutes,* St. Martin's Griffin,
Zaleska M.,2019, *Rynek metali szlachetnych,* Warszawa.
Ostrowska E., 2017, *Metale szlachetne w gospodarce,* Łódź
Mishkin F., 2019, *The Economics of Money, Banking and Financial Markets,* Pearson, London.
Marcinkowska M. 2021, *Zachowania inwestorów indywidualnych i instytucjonalnych na rynku metali szlachetnych,* Warszawa,
Jurkowska- Zeidler A., 2008, *Bezpieczeństwo rynku finansowego w świetle prawa Unii Europejskiej,* WOLTERS KLUWER, Warszawa,
Marcinkowska M. 2021, *Zachowania inwestorów indywidualnych i instytucjonalnych na rynku metali szlachetnych,* Warszawa,
Jurkowska- Zeidler A., 2008, *Bezpieczeństwo rynku finansowego w świetle prawa Unii Europejskiej,* WOLTERS KLUWER, Warszawa,

Akty prawne:

Ustawa z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług, (Dz.U. 2004 nr 54 poz. 535.)
Ustawa z dnia 21 lipca 2006 r. o nadzorze nad rynkiem finansowym (Dz.U. 2006 nr 157 poz. 1119 z późn. zm.)
Ustawa z dnia 6 marca 2018 r. - *Prawo przedsiębiorców* (Dz.U. 2018 poz. 646 z późn. zm.).
Ustawa z dnia 1 marca 2018 r. o przeciwdziałaniu praniu pieniędzy oraz finansowaniu terroryzmu (Dz.U. 2025 poz. 644),
Ustawa z dnia 30 maja 2014 r. o prawach konsumenta (Dz.U. 2014 poz. 827 ze zm.).
Ustawa z dnia 1 kwietnia 2011 r. - Prawo probiercze (Dz.U. 2011 nr 92 poz. 529 ze zm.).

Wydawnictwa branżowe:

NBP, *Rola złota w polityce rezerwowej,* Warszawa 2022.
NBP, *Raport o inflacji,* Warszawa 2022-2024.
NBP, *Polityka pieniężna w Polsce.*
NBP, *Kursy walut i ich znaczenie dla gospodarki.*
PISM, *Skutki wojny w Ukrainie dla regionu Europy Środkowo-Wschodniej.*
ECB, *Energy prices and inflation,* 2022.
World Gold Council, *Investment demand in Central Europe.*
NBP, *Złoto jako element rezerw dewizowych banku centralnego,* 2023.
NBP, *Informacja o stanie oficjalnych aktywów rezerwowych,* 2024.
World Gold Council, *Gold demand trends and central bank gold reserves,* 2023.
Mennica Polska S.A., *Informacje korporacyjne.*
Mennica Apart, *Oferta złota inwestycyjnego.*
KGHM, *Produkcja metali szlachetnych.*
LBMA, *Responsible Sourcing Programme.*
World Gold Council, *Gold demand trends,* raport branżowy, Londyn 2023.
Komisja Nadzoru Finansowego, *Inwestowanie w metale szlachetne,* 2023.
World Gold Council, *Gold as a Strategic Asset,* Londyn 2021.
London Bullion Market Association, *Good Delivery Rules.*

Strony internetowe:

OECD, *Economic Outlook, Volume 2023 Issue 2.,* OECD Publishing [on-line] [2026-03-17] Dostęp pod adresem: Ukraina: OECD Economic Outlook, tom 2023, numer 2 | OECD

International Monetary Fund., *Global Financial Stability Report, April 2022: Shockwaves from the War in Ukraine Test the Financial System's Resilience* (Chapter 1). Washington, IMF [on-line] [2026-03-17] Dostęp pod adresem: Global Financial Stability Report, April 2022: Chapter 1 - The Financial Stability Implications of The War in Ukraine; April 19, 2022
OECD, *Economic Outlook, Volume 2023 Issue 2.,* OECD Publishing [on-line] [2026-03-17] Dostęp pod adresem: Ukraina: OECD Economic Outlook, tom 2023, numer 2 | OECD
International Monetary Fund., *Global Financial Stability Report, April 2022: Shockwaves from the War in Ukraine Test the Financial System's Resilience* (Chapter 1). Washington, IMF [on-line] [2026-03-17] Dostęp pod adresem: Global Financial Stability Report, April 2022: Chapter 1 - The Financial Stability Implications of The War in Ukraine; April 19, 2022

PEDAGOGICKÁ DIAGNOSTIKA JAKO NÁSTROJ ROZVOJE ODOLNOSTI ŽÁKŮ V PEDAGOGICKÉ PRAXI

PEDAGOGICAL DIAGNOSTICS AS A TOOL FOR DEVELOPING STUDENTS' RESILIENCE IN PEDAGOGICAL PRACTICE

Petra Gazdová
PaedDr., MBA
ORCID: https://orcid.org/0009-0000-1954-3054
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha 8
Česká republika
petraluptovcova@gmail.com

Alena Žofčinová
Bc., DiS
ORCID: https://orcid.org/ 0009-0003-7108-8935
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha 8
Česká republika
aja.zofcinova@seznam.cz

Abstrakt: Článek se zabývá rolí pedagogické diagnostiky jako nástroje rozvoje odolnosti žáků v pedagogické praxi, se zvláštním důrazem na žáky ze sociálně znevýhodněného prostředí, zejména romské žáky. Teoretická část vymezuje koncept pedagogické diagnostiky, její funkce a vztah k rozvoji resilience, přičemž akcentuje význam formativního hodnocení a kulturně senzitivního přístupu. Empirická část prezentuje výsledky výzkumu realizovaného mezi učiteli základních škol, zaměřeného na preference hodnoticích metod, jejich souvislost se sebeúčinností učitelů a dopad na výsledky žáků. Výsledky ukazují, že ústní formy hodnocení vedou u romských žáků k lepším výsledkům než formy písemné a současně přispívají k rozvoji jejich odolnosti. Studie dále identifikuje jazykovou a kulturní bariéru jako klíčový faktor ovlivňující efektivitu diagnostiky. Závěry zdůrazňují potřebu posílení formativního hodnocení, individualizace diagnostických přístupů a rozvoje kompetencí učitelů v oblasti práce s diverzitou jako základních předpokladů pro podporu resilience žáků.

Klíčová slova: pedagogická diagnostika, odolnost žáků, formativní hodnocení, sebeúčinnost učitelů, romští žáci, inkluzivní vzdělávání, resilience, hodnoticí metody

Abstract: The article examines pedagogical diagnostics as a tool for developing student resilience in educational practice, with a particular focus on socially disadvantaged pupils, especially Roma students. The theoretical part defines the concept of pedagogical diagnostics, its functions, and its relationship to resilience development, emphasizing the importance of formative assessment and culturally responsive approaches. The empirical section presents the results of a study conducted among primary school teachers, focusing on preferences for assessment methods, their relationship to teacher self-efficacy, and their impact on student outcomes. The findings indicate that oral assessment methods lead to better academic performance among Roma students compared to written forms and simultaneously contribute to the development of their resilience. The study also identifies language and cultural barriers as key factors affecting the effectiveness of pedagogical diagnostics. The conclusions highlight the need to strengthen formative assessment, individualize diagnostic approaches, and develop

teachers' competencies in working with diversity as essential prerequisites for supporting student resilience.

Keywords: educational diagnostics, student resilience, formative assessment, teacher self-efficacy, Roma students, inclusive education, resilience, assessment methods

Úvod

Současná vzdělávací realita klade na pedagogy stále náročnější požadavky. Škola již dávno není pouze místem předávání vědomostí. Stává se prostorem, kde se formuje odolnost, sebepojetí a životní strategie dítěte. V době prohlubující se sociální diferenciace, multikulturní diverzity a rostoucích nároků na psychickou zdatnost žáků nabývá pedagogická diagnostika zcela nového rozměru. Není pouhým nástrojem měření výkonu, ale stává se klíčovým prostředkem poznávání žáka v jeho komplexnosti. Nástrojem, který může zásadním způsobem přispět k rozvoji jeho odolnosti vůči vzdělávacím i životním výzvám.

Odolnost neboli resilience je v pedagogickém kontextu chápána jako schopnost žáka úspěšně se přizpůsobovat nepříznivým podmínkám, překonávat překážky a zachovávat si motivaci k učení i tváří v tvář opakovaným neúspěchům (Masten, 2014). Výzkumy opakovaně ukazují, že míra odolnosti žáka není pouze vrozená dispozice, ale je do značné míry formována kvalitou vzdělávacího prostředí, vztahem s učitelem a způsobem, jakým je žák hodnocen (ČŠI, 2024). Právě v tomto bodě se pedagogická diagnostika a rozvoj resilience propojují do jediného, neoddělitelného procesu.

Zvláštní pozornost si v tomto kontextu zaslouží žáci ze sociálně znevýhodněného prostředí, a zejména žáci romské komunity, kteří čelí v českém vzdělávacím systému specifickým výzvám: jazykovým bariérám, kulturním odlišnostem, nízké míře podpory ze strany rodiny v oblasti formálního vzdělávání a v neposlední řadě riziku systémové diskriminace (Merhaut et al., 2022). Tito žáci jsou skupinou mimořádně ohroženou školním neúspěchem, a zároveň skupinou, které může vhodně zvolená pedagogická diagnostika přinést největší přínos z hlediska budování odolnosti a rozvoje jejich skutečného potenciálu.

Cílem tohoto článku je představit výsledky empirického výzkumu zaměřeného na identifikaci preferovaných typů formativního hodnocení u žáků základních škol s vyšším zastoupením romské komunity, a to v kontextu rozvoje jejich odolnosti a školní úspěšnosti. Zaměřujeme se na vztah mezi sebeúčinností učitelů a volbou hodnoticích metod, na vliv délky pedagogické praxe na diagnostické postupy, na reálné výsledky žáků v závislosti na zvoleném typu hodnocení, a v neposlední řadě na to, jak pedagogická diagnostika může fungovat jako nástroj posilování resilience zranitelných žáků.

Článek vychází z přesvědčení, že pedagogická diagnostika nezačíná testem ani známkou. Začíná pohledem učitele na dítě jako na jedinečnou osobnost s vlastními potřebami, možnostmi a potenciálem. A právě toto porozumění, spojené s odbornými diagnostickými kompetencemi, může vytvořit vzdělávací prostředí, ve kterém i žáci z nejzranitelnějších skupin nalézají cestu k odolnosti, sebedůvěře a úspěchu.

Teoretická východiska

Pedagogická diagnostika a její funkce v kontextu odolnosti

Pedagogická diagnostika představuje vědeckou disciplínu i praktickou činnost, jejímž cílem je rozpoznávání, klasifikace a posuzování úrovně pedagogického rozvoje žáků za účelem určení jejich současného stavu a návrhu dalšího postupu v edukaci (Belešová, 2014). Průcha (2009) ji definuje jako vědeckou disciplínu, která formuluje teorii diagnostikování, vymezuje předmět, vytváří odbornou terminologii a navrhuje systémy pedagogických diagnóz.

V kontextu rozvoje odolnosti žáků nabývají funkce pedagogické diagnostiky zcela konkrétního a praktického rozměru. Informativní funkce poskytuje zpětnou vazbu o stavu a úrovni

vědomostí žáka a umožňuje včasnou identifikaci oblastí, kde hrozí kumulace neúspěchů. Jednoho z nejvýznamnějších rizikových faktorů pro oslabení resilience. Formativní funkce je zaměřena na rozvoj osobnosti žáka a přímou podporu jeho odolnostního potenciálu. Motivační a stimulační funkce podporuje tvořivost a aktivitu žáků i učitelů, čímž vytváří podmínky pro rozvoj vnitřní motivace. Klíčového protektivního faktoru odolnosti (Masten, 2014). Regulační funkce umožňuje učiteli flexibilně měnit podmínky vyučování na základě chování žáků. Prognostická funkce navrhuje opatření na základě zjištěných faktorů a perspektivních cílů a umožňuje tak cílenou prevenci školního neúspěchu (Belešová, 2014).
Za klíčový faktor pedagogické diagnostiky ve vztahu k odolnosti žáků považujeme schopnost učitele reflektovat vlastní diagnostické postupy, uvědomovat si jejich dopady na sebepojetí žáka a přizpůsobovat je aktuálním vzdělávacím potřebám. Autodiagnostika v práci učitele představuje významný nástroj sebepoznávání, sebereflexe a profesního růstu, který zásadně ovlivňuje nejen kvalitu edukačního procesu, ale i míru psychické bezpečnosti, kterou žák ve školním prostředí prožívá (Kasáčová, 2014).
Výzkumy České školní inspekce z roku 2024 přinášejí v tomto kontextu znepokojivá zjištění: formativní zpětná vazba, která je jedním z nejvýznamnějších nástrojů podpory odolnosti žáků prostřednictvím diagnostiky, je poskytována pouze v 34 % hospitovaných hodin. To znamená, že majoritní část žáků je v průběhu vzdělávání připravena o zpětnou vazbu, která by jim umožnila rozvíjet sebereflexi, korigovat chyby a posilovat víru ve vlastní schopnosti, tedy klíčové složky resilience (ČŠI, 2024).

Odolnost žáků jako pedagogický koncept

Resilience, odolnost je v pedagogické literatuře chápána jako dynamický proces, v jehož rámci jednotlivci využívají dostupné zdroje k udržení nebo obnovení svého psychického well-beingu tváří v tvář nepřízni osudu (Masten, 2014). V kontextu vzdělávání se resilience projevuje jako schopnost žáka setrvat v procesu učení navzdory překážkám, přijímat hodnoticí zpětnou vazbu jako příležitost k růstu, nikoliv jako ohrožení, a udržovat si pozitivní vztah ke škole i v podmínkách opakovaného neúspěchu.
Výzkum ČŠI (2024) zaměřený na odolnost žáků základních a středních škol ukázal, že žáci s vyšším socioekonomickým statusem vykazují signifikantně vyšší míru houževnatosti, například 71 % žáků z ekonomicky silnějšího prostředí souhlasí s tím, že dokončují zadané úkoly, zatímco u žáků z nižšího socioekonomického zázemí je to pouze 57 %. Tento rozdíl není náhodný, odráží strukturální nerovnosti, které vzdělávací systém buď reprodukuje, nebo pokud jsou nastaveny správné podmínky, aktivně překonává.
Školy, které úspěšně rozvíjejí odolnost žáků, se vyznačují propojením výuky se zájmovým vzděláváním, individuálními plány podpory a důrazem na reflexi tedy přesně těmi přístupy, které tvoří jádro kvalitní pedagogické diagnostiky (ČŠI, 2024). Jak uvádí Václav Šimek (2025), přístup učitele a jeho schopnost porozumět individuálním charakteristikám žáka hraje klíčovou roli nejen v diagnostice, ale i v regulaci chování a vytváření pozitivního klimatu ve třídě. Klimatu, které je základní podmínkou pro rozvoj odolnosti.

Romští žáci jako zranitelná skupina - specifika a výzvy

Romští žáci představují v českém vzdělávacím systému skupinu se specificky vysokou mírou zranitelnosti. Podle dat MŠMT (2024) jsou romské děti v České republice stále nadměrně zastoupeny ve speciálních třídách a školách, přičemž tato segregace sama o sobě představuje závažný rizikový faktor pro rozvoj jejich odolnosti a dlouhodobé životní perspektivy.
Výzkumy identifikují několik klíčových oblastí, kde zranitelnost romských žáků v kontextu pedagogické diagnostiky a odolnosti vyniká nejsilněji:
jazyková bariéra představuje jeden z nejvýznamnějších faktorů ovlivňujících jak výsledky diagnostiky, tak samotnou odolnost žáků. Romské děti vyrůstají v domácím prostředí, kde je

primárním jazykem romština nebo romsky ovlivněná čeština, přičemž škola vyžaduje plnou kompetenci ve standardní češtině. Tato jazyková mezera výrazně komplikuje zejména písemné formy hodnocení, které kladou vysoké nároky na jazykovou kompetenci, porozumění zadání a strukturování odpovědi (Merhaut et al., 2022).
Kulturní specifika romské komunity, která klade tradičně důraz na ústní komunikaci, kolektivní sdílení znalostí a situační učení, jsou v přímém rozporu s převažujícím modelem školního vzdělávání orientovaného na individuální písemný výkon. Kaleja (2008) doporučuje v tomto kontextu využívat individualizované a skupinové vyučování s cílem zefektivnit vzdělávací proces pro romské žáky a přizpůsobit diagnostické postupy kulturním specifikům komunity.
Rodinné prostředí hraje v procesu budování odolnosti romských žáků klíčovou, avšak ambivalentní roli. Na jedné straně je rodina pro romské dítě primárním zdrojem emocionální podpory a kulturní identity, tedy silnými protektivními faktory odolnosti. Na druhé straně, nízká míra vzdělání rodičů, jejich omezená schopnost podporovat školní přípravu dítěte a v některých případech i nedůvěra ke vzdělávacím institucím, výrazně oslabují akademickou odolnost žáků (Magová, 2019). Panadero et al. (2022) identifikují zapojení rodiny jako tzv. „skrytý zdroj" odolnosti romských žáků. Zdroj, který je pedagogickou diagnostikou dosud nedostatečně mapován a využíván.
Riziko systémové diskriminace v procesu hodnocení představuje další výzvu pro pedagogickou diagnostiku. Standardizované testy a písemné formy hodnocení, které jsou konstruovány na základě majoritní kulturní normy, mohou systematicky znevýhodňovat romské žáky a poskytovat zkreslený obraz jejich skutečných kompetencí (Janík & Slavík, 2009). To má přímý dopad na odolnost. Žák, jehož skutečné schopnosti nejsou diagnostikou rozpoznány a oceněny, ztrácí víru ve vlastní kompetence a stává se zranitelným vůči vzdělávacímu neúspěchu.

Diagnostické metody a jejich relevance pro rozvoj odolnosti
Učitel může v procesu edukace diagnostikovat širokou škálu vlastností žáků. Pozornost, paměť, vědomosti, dovednosti, tvořivost, postoje, motivaci, hodnoty, sebepojetí, chování, sociální vztahy ve třídě i psychosomatickou kondici (Kožuchová et al., 2011). Každá z těchto oblastí je přitom relevantní pro posouzení odolnostního potenciálu žáka.
Metoda rozhovoru umožňuje diagnostikovi získávat prostřednictvím cílených otázek verbální výpovědi, které poskytují cenné diagnostické informace nejen o vědomostech, ale i o sebepojetí, motivaci a odolnostních zdrojích žáka (Kusý, 2019). Pro romské žáky, jejichž kulturní tradice klade důraz na ústní komunikaci, je rozhovor přirozenou a efektivní diagnostickou formou.
Metoda pozorování jako záměrný, cílevědomý a systematický proces umožňuje zachytit projevy odolnosti nebo zranitelnosti žáka v přirozených podmínkách výuky. V situacích, které standardizované testy nejsou schopny postihnout. Aby bylo pozorování samostatným diagnostickým nástrojem, musí být zachována posloupnost: vymezení cíle, definování předmětu, registrace, vyhodnocení a komunikace výsledků (Braun, 2014).
Analýza výsledků činnosti, hodnocení výsledků žákovských aktivit, pracovních listů, projektů nebo sešitů. Nabízí cenný vhled do procesu učení, nikoliv pouze do jeho výsledku. Práce žáka a zejména jeho způsob zacházení s chybou jsou bohatým zdrojem informací o jeho odolnostním profilu (Belešová, 2014). Žák, který dokáže chybu přijmout a pracovat s ní konstruktivně, prokazuje klíčový rys resilience.
Didaktické testy představují moderní prostředek zjišťování kvantity a kvality vědomostí nebo dovedností žáků musí být při práci s romskými žáky aplikovány se zvláštní citlivostí vůči jazykovým a kulturním specifikům. Průcha (2009) zdůrazňuje, že základními vlastnostmi kvalitního didaktického testu jsou validita, reliabilita, objektivita, ekonomičnost a citlivost. Přičemž právě citlivost vůči sociokulturnímu kontextu žáka je v multikulturním prostředí kriticky důležitá.

Druhy pedagogického diagnostikování a jejich role v podpoře resilience

Vstupní diagnostikování na začátku vzdělávací etapy umožňuje identifikovat nejen aktuální úroveň vědomostí, ale i rizikové faktory pro rozvoj odolnosti. Patří zde jazykové deficity, specifické vzdělávací potřeby nebo nepodnětné rodinné prostředí. Včasná identifikace těchto faktorů je předpokladem pro nastavení preventivních opatření (Hajnalová et al., 2013).

Formativní diagnostikování probíhající průběžně v procesu výuky představuje z hlediska rozvoje odolnosti nejdůležitější formu. Kontinuální zpětná vazba, přizpůsobená individuálním potřebám žáka, vytváří podmínky pro rozvoj seberegulace, vnitřní motivace a akademické houževnatosti (Ďuriš & Stadirucker, 2019).

Sumativní diagnostikování na konci vzdělávací etapy plní zejména informační a regulační funkci. Pro žáky ze zranitelných skupin může být sumativní hodnocení. Zejména ve formě standardizovaných testů. Zdrojem zvýšené míry stresu a hodnoticí úzkosti, která sama o sobě narušuje odolnostní procesy.

Hodnocení v pedagogické diagnostice

Formy hodnocení a jejich dopad na odolnost žáků

Hodnocení je klíčovým procesem pedagogické diagnostiky, který silně formuje sebeobraz, sebeúctu a další školní úspěšnost žáka (Tomegová, 2012). Z hlediska rozvoje odolnosti je volba vhodné formy hodnocení jedním z nejzásadnějších rozhodnutí, která pedagog v procesu vzdělávání činí.

Sumativní hodnocení slouží primárně učitelům a realizuje se na konci výukového procesu. Jeho cílem je poskytnout komplexní přehled o dosaženém výkonu žáka; vyjádřením sumativního hodnocení je klasifikace. Pro žáky ze zranitelných skupin, kteří jsou opakovaně konfrontováni s negativní klasifikací, může být sumativní hodnocení zdrojem kumulované demotivace a oslabování odolnosti. Zejména pokud nekoresponduje se skutečnou úrovní jejich kompetencí, ale odráží spíše kulturní a jazykovou nepřipravenost na standardizovanou formu ověřování (Tomegová, 2012).

Formativní hodnocení slouží primárně žákům, zaměřuje se na získání zpětné vazby o pokroku nebo nedostatcích žáků a jeho cílem je odstranění chyb a podpora učení. Výzkumy opakovaně prokazují, že využívání formativního hodnocení zlepšuje výsledky učebního procesu, a to zejména u žáků z rizikových skupin (Ďuriš & Stadirucker, 2019). Z hlediska odolnosti je formativní hodnocení nástrojem par excellence: poskytuje žákovi průběžnou zpětnou vazbu, která mu pomáhá korigovat chyby dříve, než se kumulují do nezvládnutelného deficitu, rozvíjí jeho schopnost sebehodnocení a posiluje pocit kompetence, tedy základ akademické resilience. Slovní hodnocení rozvíjí vědomosti a dovednosti, přispívá k dosahování lepších výsledků a minimalizuje stres a psychický tlak na žáky. Lépe poskytuje zpětnou vazbu jak žákovi, tak učiteli, protože při takovém hodnocení se žák mění z pasivního příjemce na aktivního účastníka procesu hodnocení (Kouteková, 2011). Pro romské žáky, kteří jsou zvláště citliví na způsob komunikace a osobní vztah s učitelem, může být slovní hodnocení zejména v ústní formě. Jedná se o mimořádně účinný nástroj posilování motivace a odolnosti.

Funkce hodnocení v kontextu budování resilience

Orbánová (2019) identifikuje několik klíčových funkcí hodnocení, přičemž každá z nich má přímou relevanci pro rozvoj odolnosti žáků. Motivační funkce stimuluje aktivity žáků s cílem zvyšovat studijní aktivitu, v kontextu resilience se jedná o podporu vnitřní motivace, která je jedním z nejvýznamnějších protektivních faktorů. Diagnostická funkce stanovuje míru vědomostí, dovedností a postojů žáků a umožňuje identifikaci oblastí zranitelnosti. Informační funkce dokumentuje výsledky vzdělávacího procesu. Regulační funkce podává informace o tom, jak si žáci osvojují poznatky, a umožňuje učiteli upravit vyučovací strategie. Klíčový předpoklad pro inkluzivní, odolnost-podporující vzdělávání.

Didaktický test jako nástroj formativního hodnocení

Didaktické testy představují moderní prostředek zjišťování kvantity a kvality vědomostí nebo dovedností žáků. Jejich základními vlastnostmi jsou validita, reliabilita, objektivita, ekonomičnost a citlivost (Průcha, 2009). V kontextu práce s romskými žáky musí být didaktické testy aplikovány s vědomím jejich limitů: jazyková náročnost zadání, kulturní zakotvení obsahu a časový tlak mohou vést k systematickému podhodnocení skutečných kompetencí žáků, a tím k diagnostickým chybám s dalekosáhlými důsledky pro jejich vzdělávací dráhu a odolnost (Droščák, 2015).

Metodologie výzkumu

Výzkumný cíl a hypotézy

Hlavním cílem výzkumu bylo identifikovat, který z typů formativního hodnocení je u žáků základních škol s vyšším zastoupením romské komunity preferován učiteli, a jak se tato preference odráží v reálných výsledcích žáků. Klíčovým kontextuálním rámcem výzkumu byl přitom předpoklad, že volba vhodné formy hodnocení má přímý dopad na rozvoj odolnosti romských žáků a jejich schopnost úspěšně se pohybovat ve vzdělávacím systému.

Dílčími cíli bylo zjistit: (1) souvislost mezi mírou sebeúčinnosti učitelů a typem preferovaného hodnocení; (2) vliv délky praxe na diagnostické postupy; (3) reálné výsledky žáků v závislosti na typu hodnocení; a (4) specifické faktory, které ovlivňují účinnost pedagogické diagnostiky v multikulturním třídním prostředí.

V souladu s výzkumnými cíli bylo stanoveno pět hypotéz:

H1: Typ preferovaného hodnocení se signifikantně liší mezi učiteli s různou délkou praxe.

H2: Osobní sebeúčinnost učitele (PTE) ovlivní výběr metod hodnocení v předmětu vlastivěda.

H3: Obecná sebeúčinnost učitele (GTE) ovlivní přijetí různých strategií formativního hodnocení.

H4: Učitelé se budou obecně přiklánět k ústnímu hodnocení.

H5: Romští žáci dosáhnou lepších výsledků při ústním hodnocení než při písemném.

Výzkumný soubor a sběr dat

Výzkumný soubor zahrnoval 100 učitelů základních škol v České republice, z nichž jeden působí na škole určené primárně pro romské žáky a dva na školách, které navštěvuje více než 60 % romských žáků. Všichni respondenti souhlasili se zpracováním dat, která byla anonymizována. Z celkového počtu 120 distribuovaných dotazníků se vrátilo 100, což představuje 83% návratnost.

Pro měření sebeúčinnosti byl použit dotazník vycházející z modelu Gibsona a Demba (1984), který obsahuje dvě subškály: Personal Teaching Efficacy (PTE) víru učitele v jeho schopnost motivovat žáka k učení, a General Teaching Efficacy (GTE) víru, že organizované vzdělávání má pozitivní efekt na žáky i přes vnější faktory. Sebeúčinnost pedagogů označuje jejich víru ve vlastní schopnost zvládnout náročné pedagogické situace, ovlivnit učení žáků a dosáhnout vzdělávacích cílů. Dotazník byl doplněn o otázky týkající se délky praxe a preferovaného typu hodnocení v jednotlivých předmětech.

Kromě dotazníkového šetření byl proveden výpis klasifikace deseti náhodně vybraných romských žáků za účelem srovnání výsledků při ústním a písemném hodnocení. Dále bylo realizováno strukturované pozorování výuky v pěti předmětech. Český jazyk, vlastivěda, anglický jazyk, matematika a člověk a svět. Cílem bylo identifikovat konkrétní diagnostické postupy učitelů, jejich odolnost-podporující nebo naopak odolnost-narušující prvky a reakce žáků.

Analýza dat

Pro analýzu dat byl použit statistický software SPSS. Využita byla deskriptivní statistika, Pearsonův chí-kvadrát test, Mann-Whitney U test, Kruskal-Wallisův test a Cramerovo V pro

měření síly asociace mezi proměnnými. Pro ověření dimenzí škály sebeúčinnosti byla provedena faktorová analýza s Varimax rotací.

Výsledky výzkumu

Hypotéza 1: Vliv délky praxe na preferenci typu hodnocení

Výsledky ukázaly, že 78,9 % učitelů s praxí 0–5 let preferuje ústní hodnocení, zatímco 21,1 % preferuje hodnocení písemné. S narůstající délkou praxe se tento poměr postupně mění, v rozmezí 21–30 let praxe bylo rozložení téměř vyrovnané (51,5 % ústní, 48,5 % písemné). Celkově preferovalo ústní hodnocení 57 % respondentů.

Pearsonův chí-kvadrát test však neprokázal statistickou signifikanci ($\chi^2 = 5{,}03$, $p > 0{,}05$), stejně jako test korelace Cramerovo V (0,224, $p > 0{,}05$). Kruskal-Wallisův test identifikoval klesající trend v preferencích s narůstající praxí, avšak tento trend nebyl lineární a v kategorii 21–30 let se přerušil.

Hypotéza 1 se nepotvrdila.

Hypotéza 2: Vliv PTE na výběr metod hodnocení ve vlastivědě

Subškála PTE dosáhla průměrného skóre 12,86 (SD = 2,37) na škále 8–21, což naznačuje, že učitelé ve vzorku mají v průměru vyšší osobní sebeúčinnost. Analýza vztahu mezi PTE a preferovaným typem hodnocení v předmětu vlastivěda ukázala, že se snižující se osobní sebeúčinností roste tendence preferovat ústní hodnocení. Tento vztah byl statisticky signifikantní ($\chi^2 = 21{,}55$, $p < 0{,}05$) se střední korelací (Cramerovo V = 0,464, $p < 0{,}05$). Mann-Whitney U test potvrdil rozdíl mezi písemným a ústním hodnocením ($U = 880$, $p < 0{,}01$).

Hypotéza 2 se potvrdila.

Hypotéza 3: Vliv GTE na přijetí strategií formativního hodnocení

Subškála GTE dosáhla průměrného skóre 8,78 (SD = 1,97) na škále 5–14, což naznačuje relativně homogenní vzorek s průměrnou úrovní obecné sebeúčinnosti. Analýza vztahu mezi GTE a preferovaným typem hodnocení v předmětu člověk a svět ukázala určitou tendenci, která však nebyla konzistentní. Pearsonův chí-kvadrát test ani Cramerovo V neprokázaly statistickou signifikanci. Mann-Whitney U test identifikoval diferenciaci mezi ústním a písemným hodnocením ($U = 1135$, $p > 0{,}05$), avšak tento rozdíl nebyl statisticky signifikantní.

Hypotéza 3 se nepotvrdila.

Hypotéza 4: Preference ústního hodnocení

Celkově 57 % respondentů uvedlo, že preferuje ústní hodnocení. Analýza jednotlivých předmětů ukázala, že ústní hodnocení převažovalo v českém jazyce, matematice a anglickém jazyce. Písemné hodnocení bylo preferováno pouze v prvouce. V předmětech vlastivěda a člověk a svět bylo rozložení vyrovnané (50:50).

Hypotéza 4 se potvrdila.

Hypotéza 5: Lepší výsledky při ústním hodnocení

Analýza klasifikace deseti romských žáků ukázala, že průměrné hodnocení při písemném zkoušení bylo 4,08 (SD = 0,14), zatímco při ústním hodnocení 3,43 (SD = 0,11). Ve všech sledovaných předmětech dosahovali žáci lepších výsledků při ústním hodnocení. Rozdíl byl konzistentní a homogenní napříč vzorkem.

Hypotéza 5 se potvrdila.

Zjištění z pozorování

Pozorování výuky odhalilo několik klíčových aspektů s přímou relevancí pro téma odolnosti:

V českém jazyce používal učitel skupinové ústní zkoušení s důrazem na porozumění. Zkoušení bylo časově náročné. Trvalo více než polovinu hodiny, částečně kvůli jazykové bariéře; žáci odpovídali v romštině, kterou učitel neovládal. Hodnocení bylo mírné, úroveň vědomostí průměrná. Tento přístup sice respektuje kulturní komunikační vzorce žáků, ale zároveň odhaluje systémový problém: jazyková bariéra de facto paralyzuje diagnostický proces a neumožňuje učiteli rozpoznat skutečný potenciál žáka.
Ve vlastivědě bylo použito individuální ústní zkoušení zaměřené na zapamatování učiva. Hodnocení bylo mírné, žáci však měli problém s porozuměním otázkám kvůli nedostatečné znalosti češtiny.
V anglickém jazyce byl použit didaktický test zaměřený na zapamatování s trváním 45 minut. Žáci nezvládali zadání kvůli dvojité jazykové bariéře. Žáci neovládali ani češtinu, ani angličtinu. Hodnocení bylo spravedlivé, ale úroveň vědomostí velmi nízká. Tato situace je z hlediska odolnosti mimořádně riziková: žáci, kteří jsou opakovaně konfrontováni s neúspěchem v situacích, kde skutečně nemají šanci uspět, rozvíjejí tzv. naučenou bezmocnost přímý opak resilience.
V matematice byl použit pětiminutový test, který byl časově zcela nedostatečný. Žáci nestíhali reagovat na zadání. Hodnocení bylo přísné, úroveň vědomostí velmi nízká. Časová tíseň je přitom jedním z nejvýznamnějších stresorů narušujících odolnostní procesy.
V předmětu člověk a svět bylo použito skupinové ústní zkoušení s důrazem na porozumění. Učitel aktivně používal český i romský jazyk včetně slangových výrazů. Hodnocení bylo mírné, úroveň vědomostí vysoká a osvojení učiva velmi dobré. Tento přístup byl hodnocen jako vzorový a je přitom přesně tím modelem pedagogické diagnostiky, který aktivně podporuje odolnost: respektuje kulturní identitu žáka, snižuje jazykovou bariéru, vytváří bezpečné prostředí pro komunikaci a umožňuje žákovi demonstrovat skutečné kompetence.

Diskuse

K hypotéze 1

Zjištění naznačují, že učitelé na začátku kariéry preferují ústní hodnocení, pravděpodobně kvůli potřebě přímé komunikace se žáky a budování vztahů. Obojí jsou přitom klíčové podmínky pro rozvoj odolnosti žáků. S narůstající praxí se preference postupně mění směrem k písemnému hodnocení, které může být vnímáno jako objektivnější, i když z hlediska odolnosti zranitelných žáků potenciálně méně přínosné. Tato tendence však nebyla statisticky signifikantní.
Orosová et al. (2019) uvádějí podobné zjištění: délka praxe nehraje signifikantní roli v preferencích formativního versus sumativního hodnocení, ani v dalších sociodemografických proměnných. Naproti tomu Ruiz et al. (2022) poukazují na rozdíly v návrzích typů hodnocení na základě mnoha faktorů včetně zkušenosti. V kontextu romské kultury je přitom důležité znát kulturní specifika komunity při tvorbě a aplikaci hodnoticích nástrojů, což by nemělo být opomenuto v učebních osnovách ani v přípravě učitelů (Janík & Slavík, 2009).

K hypotéze 2

Zjištění, že nižší míra osobní sebeúčinnosti koreluje s preferencí ústního hodnocení, naznačuje, že učitelé s menší důvěrou ve vlastní schopnosti volí metody, které jim poskytují okamžitou zpětnou vazbu a možnost upravit vyučovací strategie v reálném čase. Přesně ty metody, které se z hlediska podpory odolnosti romských žáků ukazují jako nejefektivnější. Paradoxní situace naznačuje, že vyšší míra sebeúčinnosti učitele nemusí automaticky vést k volbě diagnostických přístupů, které jsou nejpřínosnější pro rozvoj resilience žáků ze zranitelných skupin. Pěnička (2020) zdůrazňuje nutnost zpětné vazby u pedagogů pro rozvoj jejich sebeúčinnosti. Kaleja (2008) doporučuje individualizované a skupinové vyučování s cílem zefektivnit vzdělávací proces pro romské žáky. Sándor a Szokol (2009) uvádějí, že učitelé se silnějším zájmem o rozvoj kompetencí žáků preferují hodnocení přizpůsobené individuálním potřebám, přičemž

právě tato individualizace je jednou z klíčových podmínek diagnostiky, která podporuje odolnost.

K hypotéze 3

Hypotéza předpokládala, že obecná sebeúčinnost ovlivní volbu strategií formativního hodnocení. Vzájemný vztah se nepotvrdil. Důvodů může být několik: školské a vzdělávací politiky v ČR, dostupnost zdrojů na uspokojování specifických potřeb romských žáků nebo efektivnost učitelů při používání inovativních metod mohou být silnějšími determinanty volby hodnoticích strategií než obecná míra pedagogické sebedůvěry. Orosová et al. (2019) naznačují, že výběr metod hodnocení může být ovlivněn širšími vzdělávacími postupy, nikoli výlučně obecnou pedagogickou sebedůvěrou.

K hypotéze 4

Zjištění, že učitelé na školách s vyšším zastoupením romské komunity preferují ústní hodnocení, může být ovlivněno specifickými vzdělávacími potřebami těchto žáků, kulturním zázemím komunity, kvalitou komunikace a interakcí ve třídě i vlastními zkušenostmi učitelů. Z hlediska odolnosti je tato preference povzbudivá: ústní hodnocení přirozeně lépe koresponduje s kulturními komunikačními vzorci romských žáků, snižuje zátěž jazykové bariéry a vytváří prostor pro přímou interakci, která je základem vztahu důvěry. Klíčového protektivního faktoru odolnosti.

Merhaut et al. (2022) upozorňují, že slabá jazyková zdatnost je zásadním problémem romských dětí, které v domácím prostředí nezískávají dostatečné jazykové dovednosti v češtině, což zvětšuje propast mezi romskými a neromskými žáky. Zapojení rodiny do procesu inkluzivního vzdělávání a diagnostiky je přitom klíčové, byť komplikované nízkou gramotností části romských rodičů (Magová, 2019).

K hypotéze 5

Výsledky výzkumu ukázaly, že romští žáci dosahovali v průměru signifikantně lepších výsledků při ústním zkoušení (průměr 3,43) oproti písemnému hodnocení (průměr 4,08). Výsledek potvrzuje předpoklad, že forma hodnocení významně ovlivňuje nejen aktuální školní výkon žáků, ale i jejich motivaci, sebedůvěru a schopnost zvládat vzdělávací zátěž. Ústní hodnocení umožňuje pružnější komunikaci mezi učitelem a žákem, poskytuje možnost okamžité zpětné vazby a současně redukuje míru stresu spojenou s formálním písemným výkonem.

Z hlediska pedagogické diagnostiky je důležité, že ústní forma hodnocení umožňuje přesnější zachycení skutečných kompetencí žáka, zejména v případech, kdy jazyková bariéra nebo kulturně podmíněný komunikační styl znevýhodňují žáka při standardizovaných písemných formách ověřování znalostí. Merhaut et al. (2022) upozorňují, že slabší jazyková vybavenost romských žáků v českém jazyce výrazně ovlivňuje jejich školní úspěšnost a může vést k podhodnocování jejich skutečných schopností. Podobně Janík a Slavík (2009) zdůrazňují, že diagnostické nástroje založené na majoritní kulturní normě nemusí adekvátně reflektovat vzdělávací potenciál žáků z odlišného sociokulturního prostředí.

Výsledky současně korespondují s poznatky Huxhama et al. (2012), podle nichž studenti dosahovali lepších výsledků při ústních zkouškách a současně je hodnotili jako efektivnější a spravedlivější formu hodnocení. Přestože Westhoff (2002) upozorňuje na vyšší míru subjektivity ústního hodnocení, v kontextu pedagogické diagnostiky zaměřené na podporu resilience je podstatné především to, zda zvolená forma hodnocení umožňuje žákovi bezpečně prezentovat své skutečné kompetence a zažívat školní úspěch.

Význam vztahové a psychologické roviny pedagogické diagnostiky potvrzuje také (Šimek, 2025), který zdůrazňuje, že podpůrný pedagogický přístup a pozitivní třídní klima významně ovlivňují schopnost žáků zvládat školní zátěž, přijímat zpětnou vazbu a rozvíjet odolnost vůči neúspěchu. Ústní hodnocení v tomto směru vytváří prostor pro bezprostřední interakci, individualizovanou podporu a budování vztahu důvěry mezi učitelem a žákem.

Z pohledu inkluzivního vzdělávání lze výsledky interpretovat také jako argument pro širší využívání diferencovaných a kulturně senzitivních diagnostických strategií. Jak uvádí (Budayová, 2021), pedagogická diagnostika by měla respektovat individuální vzdělávací potřeby žáků a vytvářet podmínky pro spravedlivé hodnocení bez reprodukce sociálních a kulturních nerovností. Výsledky výzkumu tak potvrzují, že vhodně zvolená forma hodnocení může působit nejen jako nástroj ověřování vědomostí, ale také jako významný prostředek podpory resilience a školní úspěšnosti romských žáků.

Závěry a doporučení

Teoretické závěry

Výzkum potvrdil klíčovou tezi, která prostupuje celým článkem: pedagogická diagnostika a rozvoj odolnosti žáků jsou neoddělitelně propojené procesy. Způsob, jakým učitel diagnostikuje žáka. Jakými metodami, v jaké atmosféře a s jakým respektem k jeho individuálním a kulturním specifikům. Přímo formuje míru odolnosti, se kterou žák čelí vzdělávacím výzvám.
Sebehodnocení učitelů a jejich míra sebeúčinnosti ovlivňují přístup k hodnocení a výuce, přičemž tato sebeúčinnost se promítá i do způsobu, jakým učitelé vytvářejí nebo naopak nevytvářejí. Odolnost-podporující diagnostické prostředí. Formativní hodnocení představuje klíčový nástroj pedagogických procesů, jehož potenciál pro rozvoj resilience zůstává v české pedagogické praxi dosud nedostatečně využit. Etika a spravedlnost v hodnoticích procesech jsou přitom nezbytnou podmínkou diagnostiky, která skutečně slouží rozvoji každého žáka.

Empirické závěry

Učitelé s různou délkou praxe mají odlišné preference hodnocení, avšak tyto rozdíly nejsou statisticky signifikantní. Učitelé s vyšší osobní sebeúčinností (PTE) preferují metody hodnocení, které podle nich nejpřesněji zachycují učení žáků. Ne vždy však jde o metody nejúčinnější z hlediska podpory odolnosti zranitelných žáků. Ústní hodnocení je vnímáno jako efektivnější při práci s romskými žáky, a to jak z hlediska porozumění a interakce, tak z hlediska výsledků. Typ hodnocení má prokazatelný vliv na výsledky romských žáků: ústní hodnocení vede k signifikantně lepším výsledkům a pravděpodobně také k vyšší míře rozvoje odolnosti.
Jazyková a kulturní bariéra představuje systémový problém, který narušuje funkci pedagogické diagnostiky jako nástroje rozvoje resilience.

Doporučení pro pedagogickou praxi

Na základě výzkumu předkládáme následující doporučení:
rozvoj diagnostické kompetence učitelů zaměřené na odolnost. Součástí profesní přípravy i dalšího vzdělávání pedagogů by se měly stát specifické kompetence pro diagnostiku odolnostního profilu žáka, včetně schopnosti identifikovat protektivní faktory a rizikové faktory pro rozvoj resilience.
Prioritizace formativního hodnocení jako nástroje resilience. Zvýšit podíl formativní zpětné vazby v průběhu výuky, a to zejména u žáků ze zranitelných skupin, pro něž kontinuální, individualizovaná zpětná vazba plní klíčovou funkci v budování odolnosti.
Školení v oblasti jazykové a kulturní diverzity. Zajistit cílené vzdělávání učitelů v oblasti romského jazyka, kultury a specifik diagnostiky v multikulturním prostředí.
Kombinované a individualizované přístupy v hodnocení podporují aktivizaci žáků a zvyšují jejich zapojení do vzdělávacího procesu, což odpovídá současným pedagogicko-psychologickým přístupům orientovaným na podporu resilience a participativního učení (Oláh & Šimek, 2025). Učitelé, by měli flexibilně kombinovat různé formy hodnocení tak, aby co nejpřesněji zachytili skutečné kompetence každého žáka, zejména v sociokulturně heterogenních třídách.

Podpora psychologicky bezpečného třídního klimatu, odolnost žáků se rozvíjí v prostředí důvěry a psychologického bezpečí; pedagogická diagnostika by měla aktivně přispívat k vytváření takového prostředí, nikoliv ho narušovat stresujícím hodnocením.
Reflexe hodnoticích strategií učitelé by měli pravidelně reflektovat vlastní diagnostické přístupy z hlediska jejich dopadu na odolnost žáků a ochoty učit se z chyb.
Zapojení rodiny jako zdroje odolnosti. Diagnostika by měla mapovat rodinné prostředí žáka nejen jako rizikový faktor, ale i jako potenciální zdroj odolnosti, a systematicky podporovat spolupráci s rodinami romských žáků.

Doporučení pro další výzkum
Rozšíření výzkumného vzorku, zahrnout širší a diverzifikovanější vzorek učitelů a škol.
Longitudinální sledování, mapovat vztah mezi diagnostickými přístupy a vývojem odolnosti žáků v průběhu celé jejich školní docházky.
Hlubší prozkoumání vztahu sebeúčinnosti a odolnosti žáků. Potřeba detailnějšího zkoumání, jak sebeúčinnost učitelů ovlivňuje jejich schopnost vytvářet odolnost-podporující diagnostické prostředí.
Multikulturní aspekty diagnostiky. Systematický výzkum zaměřený na specifika pedagogické diagnostiky v multikulturním prostředí s důrazem na validitu diagnostických nástrojů pro žáky z různých kulturních prostředí.
Současná pedagogická diagnostika musí reagovat také na rostoucí význam digitálních technologií a umělé inteligence ve vzdělávání, které mohou významně ovlivňovat způsob hodnocení, individualizaci výuky i rozvoj studijní autonomie žáků (Oláh & Šimek, 2025).

Závěr
Pedagogická diagnostika představuje významný nástroj poznávání žáka v celé komplexnosti jeho osobnosti, sociálního prostředí i vzdělávacích potřeb. Jak uvádí Zelinková (2011), diagnostikování nelze redukovat pouze na testování výkonu, ale je třeba jej chápat jako prostředek pedagogického působení založeného na porozumění individuálním potřebám žáka. Výsledky předloženého výzkumu potvrzují, že způsob pedagogické diagnostiky a volba hodnoticích strategií významně ovlivňují nejen školní úspěšnost žáků, ale také rozvoj jejich odolnosti, sebedůvěry a vztahu ke vzdělávání.
Výzkum ukázal, že romští žáci dosahovali lepších výsledků při ústním hodnocení než při hodnocení písemném. Tento poznatek potvrzuje význam jazykově a kulturně senzitivního přístupu v pedagogické diagnostice. Merhaut et al. (2022) upozorňují, že jazyková bariéra představuje jeden z hlavních faktorů školního neúspěchu romských žáků, přičemž standardizované písemné formy hodnocení mohou vést ke zkreslenému obrazu jejich skutečných kompetencí. Výsledky současně podporují závěry Kaleji (2008), který doporučuje využívání individualizovaných a interaktivních forem vzdělávání odpovídajících komunikačním specifikům romské komunity.
Významnou roli v procesu podpory resilience sehrává také osobnost učitele a kvalita pedagogického klimatu. (Šimek, 2025) zdůrazňuje, že pedagogicko-psychologický přístup učitele významně ovlivňuje školní klima, motivaci žáků i jejich schopnost zvládat opakovaný neúspěch. Pozitivní a bezpečné vzdělávací prostředí přitom představuje jeden z nejvýznamnějších protektivních faktorů resilience Masten (2014).
Současně se potvrzuje potřeba rozvoje diagnostických kompetencí učitelů v oblasti inkluzivního vzdělávání a práce s diverzitou. Jak uvádí Budayová (2023), pedagogická diagnostika by měla být založena na individualizovaném, podpůrném a kulturně senzitivním přístupu, který umožňuje rozpoznat silné stránky žáka a podporovat jeho aktivní zapojení do vzdělávacího procesu.

Výsledky výzkumu současně potvrzují význam formativního hodnocení jako nástroje rozvoje resilience. Ďuriš a Stadirucker (2019) upozorňují, že kontinuální zpětná vazba podporuje rozvoj seberegulace, vnitřní motivace a schopnosti pracovat s chybou. Právě tyto schopnosti představují základní složky školní odolnosti. Pokud pedagogická diagnostika respektuje individuální a kulturní specifika žáků a vytváří podmínky pro bezpečné zažívání úspěchu, může se stát významným prostředkem podpory inkluzivního vzdělávání i dlouhodobého osobnostního rozvoje žáků.

Pedagogická diagnostika tak nepředstavuje pouze nástroj hodnocení výkonu, ale především prostředek vytváření vzdělávacího prostředí, ve kterém mohou i žáci ze sociálně znevýhodněného prostředí rozvíjet svou odolnost, motivaci a důvěru ve vlastní schopnosti.

Seznam použité literatury

August, D., Carlo, M., & Snow, C. (2005). The critical role of vocabulary development for English language learners. Learning Disabilities Research & Practice, 20(1), 50–57. https://doi.org/10.1111/j.1540-5826.2005.00120.x

Balvín, J., Tancoš, J., et al. (2021). Asistent pedagoga v inkluzivním vzdělávání. Praha: Portál.

Belešová, M. (2014). Pedagogická diagnostika v predprimárnom vzdelávaní. Bratislava: Metodicko-pedagogické centrum.

Braun, R. (2014). Pedagogická diagnostika. Brno: Paido.

Budayová, Z. (2023). Pedagogy of pupils with specific learning disabilities. *Pedagogika Katolicka, 32*(1), 119–131. https://doi.org/10.62266/PK.1898-3685.2023.32.10

Budayová, Z. (2021). *Selected aspects of the Roma minority poverty and social work*. Scriptum.

Česká školní inspekce. (2024). Odolnost žáků základních a středních škol. Praha: ČŠI.

Droščák, M. (2015). Didaktický test ako nástroj hodnocení. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika.

Ďuriš, M., & Stadirucker, R. (2019). Formativní hodnocení žáků. Pedagogická revue, 71(1), 47–57.

Gavora, P. (2010). Akí sú moji žiaci? Pedagogická diagnostika žiaka. Nitra: Enigma Publishing.

Gibson, S., & Dembo, M. H. (1984). Teacher efficacy: A construct validation. Journal of Educational Psychology, 76(4), 569–582. https://doi.org/10.1037/0022-0663.76.4.569

Hajnalová, E., Buvalová, M., & Rohn, T. (2013). Diagnostika predškolského dieťaťa. Prešov: Prešovská univerzita.

Hrabal, V. (2002). Pedagogická psychologie. Praha: Karolinum.

Huxham, M., Campbell, F., & Westwood, J. (2012). Oral versus written assessments: A test of student performance and attitudes. Assessment & Evaluation in Higher Education, 37(1), 125–136. https://doi.org/10.1080/02602938.2010.515013

Janík, T., & Slavík, J. (2009). Obsah, subjekt a interakce: Klíčové kategorie kurikula. Pedagogika, 59(2), 5–21.

Kaleja, M. (2008). Specifika vzdělávání Romů. In J. Klenková & M. Vítková (Eds.), Inkluzivní vzdělávání (s. 156–178). Brno: Paido.

Kasáčová, B. (2014). Reflexívna výučba a profesijný rozvoj učiteľa. Banská Bystrica: Belianum.

Kouteková, M. (2011). Pedagogická diagnostika. Bratislava: Univerzita Komenského.

Kožuchová, M., Gavora, P., Wiegerová, A., Majerčíková, J., & Hirschnerová, B. (2011). Diagnostika v predškolskej pedagogike. Bratislava: Univerzita Komenského.

Kusý, P. (2019). Základy pedagogickej diagnostiky. Nitra: UKF.

Magová, L. (2019). Rodina a inkluzívne vzdelávanie. Pedagogická revue, 68(2), 213–222.

Masten, A. S. (2014). Ordinary magic: Resilience in development. New York: Guilford Press.

Merhaut, J., Fulková, M., & Rudorfer, M. (2022). Jazykové bariéry romských žáků. Pedagogika, 72(4), 465–482.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2024). Zpráva ke zjišťování kvalifikovaných odhadů počtu romských žáků. Praha: MŠMT.
Oláh, A., & Šimek, V. (2025). Activating teaching methods within contemporary pedagogical and psychological frameworks. In K. Wojtanowicz & M. Duda (Eds.), *Holistyczne wsparcie dziecka i rodziny. Interdyscyplinarna perspektywa społeczna* (pp. 69–84). Uniwersytet Papieski Jana Pawła II w Krakowie. https://doi.org/10.15633/9788383701097.05
Oláh, A., & Šimek, V. (2025). The appropriate use of artificial intelligence in student learning. *Łódzkie Studia Humanistyczne, 3*, 95–104. https://doi.org/10.32782/2956-333X/2025-3-13
Orbánová, D. (2019). Funkcie hodnotenia. Pedagogická revue, 68(3), 254–268.
Orosová, R., Ganajová, M., Szarka, K., & Babinčáková, M. (2019). Formatívní a sumatívní hodnocení. Scientia in educatione, 10(1), 17–32.
Panadero, E., Garcia-Pérez, D., & Fernández, M. (2022). Parental involvement as a hidden resource for Roma pupils' resilience. Educational Psychology Review, 34(2), 881–903.
Pěnička, J. (2020). Zpětná vazba v pedagogickém procesu. Pedagogika, 70(3), 296–301.
Porubčanová, D., & Zapletal, J. (2022). Pedagogická diagnostika. Bratislava: Wolters Kluwer.
Průcha, J. (2009). Pedagogická encyklopedie. Praha: Portál.
Ruiz, P., Panadero, E., & Garcia-Pérez, D. (2022). Teachers' assessment practices and experience. Assessment in Education, 29(5), 606–621. https://doi.org/10.1080/0969594X.2022.2078977
Sándor, I., & Szokol, I. (2009). Hodnotová orientace učitelů. Pedagogická orientace, 19(3), 14–17.
ŠIMEK, V. (2025). Pedagogicko-psychologické přístupy učitele ke snižování agresivity ve školní třídě. Praha: Eastern University of Management and Education Inc. ISBN 978-80-909497-2-0.
Tomegová, M. (2012). Sumatívní a formatívní hodnocení. Pedagogika, 62(1), 58–71.
Turek, I. (2010). Didaktika. Bratislava: Iura Edition.
Westhoff, K. (2002). Oral versus written examinations in psychology. European Psychologist, 7(4), 287–296. https://doi.org/10.1027//1016-9040.7.4.287
Zelinková, O. (2011). Pedagogická diagnostika a individuální vzdělávací program. Praha: Portál.

HARDSHIP OF FAMILY-BASED CARE

Hilda Gönczöl Tóthová
external PhD. student
St. Elizabeth University of Health and Social Work in Bratislava
Palackého 1, 811 01 Bratislava

Abstract
Introduction: Population ageing represents a significant demographic and social challenge that increasingly affects health and social care systems. Home care for seniors is becoming a preferred form of long-term care; however, its quality is strongly influenced by housing conditions, availability of compensatory aids, economic factors, and perceived safety.
Aim: The aim of the study was to analyze how housing conditions, compensatory resources, and economic circumstances influence the quality of home care for seniors, with a focus on caregivers' perspectives.
Methods: The research was conducted using a qualitative-quantitative approach. The sample consisted of 24 caregivers aged 47–56 years with 3–6 years of experience in nursing care. Data were collected through structured assessment of care conditions and categorized into thematic areas: physical housing conditions, compensation conditions, economic factors, and perceived safety. Descriptive analysis and frequency counts were used for evaluation.
Results: The findings show that inadequate housing conditions (e.g., poor technical state, lack of ventilation, poor heating, and narrow hygiene spaces) significantly reduce the quality of care. Spatial barriers such as narrow doorways, stairs, and inaccessible bathrooms limit mobility and increase caregiver burden. Access to assistive devices is often restricted by financial barriers (high costs, low pensions) and long waiting times for prescriptions. Economic constraints were identified as a major limiting factor, particularly regarding the affordability of professional caregiving services. Furthermore, unsafe housing conditions were strongly associated with reduced perceived safety and increased fear of falls among seniors.
Conclusion: The study confirms that home care for seniors is strongly influenced by the interaction of environmental, economic, and assistive factors. Improving housing accessibility, ensuring timely provision of compensatory aids, and strengthening financial support systems are essential for enhancing the quality of life and safety of older adults in home care settings.

Keywords: Family-based care. Ageing. Social and Health Care.

Introduction
Social, economic, educational and health advances during the 20th and 21st centuries have fundamentally influenced the demographic structure of the population. These developments have led to a significant increase in life expectancy and a decline in birth rates, which has caused the phenomenon of population ageing, which is considered one of the most significant demographic changes in human history (Fernández-Mayoralas et al., 2015). Population ageing today represents a global challenge that affects not only individuals and families, but also entire societies and their social, economic and health systems. Despite increased migration, which may to some extent affect the age structure of the population, this phenomenon cannot balance the population ageing process. The consequence is increasing pressure on pension systems, health care and social services, especially in developed countries (Kamanová, 2007). Forecasts indicate that this trend will continue in the future. By 2050, the number of people over 60 years of age is expected to reach approximately 2 billion, with a significant increase in the number of people over 80 years of age and centenarians (Robine, Michel, 2004).

According to the World Health Organization, the proportion of older people in the total world population will increase from 12% in 2015 to approximately 22% in 2050. By 2030, older people will constitute a significant part of the population, which will require fundamental changes in access to health care, social services and public policies (WHO, 2015). In this context, it is important to emphasize that the elderly population is not homogeneous. There are significant differences in the health status, functional abilities and level of independence of individuals. While some people remain active and independent in old age, others need intensive assistance already in the earlier stages of old age.

This suggests the need for comprehensive and multidisciplinary policies that reflect the diversity of needs of the elderly population. The World Health Organization emphasizes the importance of supporting the functional capacity of individuals, adapting health systems, creating supportive environments, and improving monitoring of the aging process (WHO, 2015). The aim of these measures is to enable older people to live a quality life, maintain their autonomy, and actively participate in society.

Despite the challenges associated with population aging, there are also optimistic views. Some authors point to the concept of morbidity compression, according to which the period of illness and dependence can be shortened and shifted to an older age, thereby improving the quality of life in old age (Fries, Crapo, 1981). This approach emphasizes the importance of prevention, healthy lifestyles, and effective public policies.

Ageing

Respect for older adults has been lost over the years, their participation and importance have ceased to be essential for this, and for many communities that previously cared for their well-being, it is therefore important to make them participate again in their localities, improve and contribute to their social stability.

Aging is a natural, universal and inevitable process that accompanies a person throughout life. Despite the fact that it is a biologically conditioned phenomenon, its course and manifestations vary significantly between individuals. These differences are influenced by several factors, such as genetic predispositions, health status, lifestyle, social environment or personality characteristics. As a result, we can observe considerable variability between people of the same age – while some maintain a high level of physical and psychological vitality, others face more significant limitations (Gadušová, 2017).

Old age represents the last developmental stage of human life, which is usually associated with the age of around 60 years, and its precise definition is not clear. In addition to the biological aspect, old age also has a significant social dimension. Society often defines the beginning of old age through social events, such as retirement, which is often associated with a change in the social role, lifestyle and identity of the individual. This change can be difficult for some people and requires an adaptation process during which the individual seeks a new place in society (Čeledová, 2016). Social old age is currently often associated with the age of around 65 years, while the threshold for the perception of "old age" is moving up to approximately 80 years, from the perspective of the provision of social services, we observe a trend of longevity of seniors who require health care.

The perception of old age in society plays a significant role in shaping the status of older people. Social stereotypes and prejudices often lead to the fact that old age is associated primarily with losses - physical, psychological and social. On the other hand, there is also a view that emphasizes the positive aspects of this period, such as life experiences, wisdom and insight. Nevertheless, in modern societies oriented towards performance, youth and productivity, a rather negative perception of old age prevails, which can lead to marginalization and discrimination of older people (Balogová, 2016).

Such negative attitudes are reflected in behavior towards seniors and can affect their self-esteem, quality of life and opportunities for active participation in social events. This derogatory way of perceiving older people is referred to as ageism in gerontology and can lead to increased vulnerability of older people. Human aging is the result not only of biological inheritance, but also of individual behavior and the influence of social, environmental, economic and political factors (Gadušová, 2017).
Aging and old age are therefore multidimensional phenomena that cannot be reduced to age or biological changes alone. They involve the interaction of biological, psychological and social factors that together shape the individual experience of each person. Understanding these connections is crucial, especially for professionals working with older people, but also for society as a whole, which should create conditions for dignified, active and quality aging.

Methods
The research focused on identifying and analyzing key factors that influence the provision of home care for seniors, with particular emphasis on their living conditions. The research focused on how physical, material, and social aspects of the home environment affect the quality of care, the level of independence of seniors, and the possibility of them remaining in their natural home environment. Special attention was also paid to barriers in housing, such as architectural obstacles, insufficient technical household equipment, or unadapted hygiene facilities that can reduce the safety and comfort of seniors.
The main objective of the research was to determine what specific housing conditions support or, conversely, limit effective home care for seniors. Another objective was to identify the needs of seniors in the area of housing modifications and the availability of aids that would contribute to increasing their self-sufficiency and quality of life. The research also sought to highlight the importance of linking health and social care in the home environment and the need for systematic support from the family, community, and public institutions.
A partial objective was also to assess the extent to which senior households are prepared to provide long-term care and what measures could contribute to improving existing conditions. The research results are intended to serve as a basis for making recommendations in the field of social policy, service planning and supporting the concept of aging in the home environment.
The research was conducted in the form of interviews with 24 caregivers and family members in the Komárno district who provide nursing home care. Research focused on home care for seniors in terms of housing conditions can be divided into several key areas:
• Physical housing conditions – technical condition of the dwelling, barrier-free, spatial arrangement and overall safety of the environment.
• Material and technical equipment of the household – availability of compensatory aids.
• Economic aspects of housing – financial possibilities of the senior to secure suitable housing, household modifications and necessary services.
• Psychological and subjective perception of housing – feeling of security, satisfaction, privacy and emotional connection to the home environment.
Together, these areas create a comprehensive picture of how housing conditions affect the quality and effectiveness of home care for seniors.

Sample
The research sample consisted of 24 caregivers aged 47-56 years with 3-6 years of experience in nursing care. The average age of the seniors who were provided with care was 84.5 years, requiring care for 9.5 hours a day. The caregivers were involved in providing regular, long-term care to seniors in a home environment, which allowed them to observe not only the immediate physical conditions of housing but also their long-term impact on care quality and senior well-

being. Their relatively similar length of practice contributed to a degree of consistency in their perspectives, while still allowing for variation based on individual caregiving contexts.
Regarding the care recipients, the average age of the seniors was 84.5 years, placing them in the category of the "oldest-old," a group typically characterized by increased frailty, multimorbidity, and a higher likelihood of functional limitations. This demographic detail is important, as individuals in this age group often require more intensive and complex care. The seniors included in the study required an average of 9.5 hours of care per day, which indicates a high level of dependency and suggests that most of them were not fully self-sufficient in activities of daily living.
The intensity of care provision highlights the demanding nature of the caregiving role and underscores the importance of adequate housing conditions. Caregivers working under these circumstances are more likely to encounter physical and environmental barriers that directly influence both the efficiency of care and the safety of the senior. At the same time, prolonged daily contact between caregivers and seniors provided participants with in-depth insight into how environmental factors—such as space limitations, accessibility, and technical conditions—affect routine care activities.

Results
Overall, the composition of the research sample ensured that the data collected were grounded in practical experience, reflecting real-life caregiving situations involving highly dependent elderly individuals. This strengthens the relevance and applicability of the findings, particularly in understanding how housing conditions interact with the demands of intensive home care.
One of the major issues relates to the technical condition and spatial layout of housing. Caregivers reported that many homes showed visible wear and insufficient maintenance, which negatively impacts safety. In particular, inappropriate spatial layout, especially narrow spaces, was mentioned in 6 cases. Such conditions make movement within the home difficult for seniors, particularly those using mobility aids, and simultaneously complicate caregiving tasks such as transferring, assisting with walking, or handling daily routines.
A frequently occurring problem was the lack of ventilation (N=11). Poor air circulation was associated with reduced air quality, unpleasant odors, and overall discomfort in the home environment. Caregivers noted that seniors often ventilate insufficiently, either due to habits or physical limitations. This results in stale air and, in some cases, dampness, which can negatively affect respiratory health and general well-being.
The most commonly reported issue was related to poor heating conditions (N=13). Inadequate heating leads to thermal discomfort, with seniors often experiencing a persistent feeling of cold. This is sometimes linked to financial constraints, leading to reduced heating usage. Caregivers also associated insufficient warmth with health risks, such as poorer blood circulation and increased vulnerability to illness. From a care perspective, a cold environment can further reduce the senior's mobility and overall comfort.
Another significant area concerns narrow and inadequate hygiene spaces (N=8). Small, cramped bathrooms or toilets were found to limit the independence of seniors and increase the risk of accidents, particularly falls. These conditions make it more difficult for caregivers to assist with personal hygiene, often requiring more time, physical effort, and careful maneuvering in restricted spaces.

Research question 1: How do physical conditions affect the conditions of care for a senior at home?

physical conditions	Codes	Statements	N

Technical condition of housing	Spatial layout	Housing shows wear and tear and insufficient maintenance, which reduces the comfort and safety of the senior. The layout of the apartment is not adapted to the needs of the senior and makes it difficult to move around the home - narrow spaces	6
	Lack of ventilation	Ventilation negatively affects air quality, seniors ventilate little, odors in the home, stale walls,	11
	Poor heating conditions	Inadequate heating in the home, thermal discomfort, saving money and less heating, deficit of the feeling of warmth in seniors, poor blood circulation	13
	Narrow spaces for hygiene	Crammed hygiene spaces limit independence and increase the risk of accidents.	8

The research results indicate that housing conditions play a crucial role in the quality and implementation of home care for seniors. The findings show that the most significant problems are concentrated in the area of physical and spatial barriers, which directly affect the level of independence of seniors and the level of care provided.

In terms of physical housing conditions, it was shown that several senior households do not meet the basic requirements for safe and comfortable housing. Respondents pointed out in particular the unsatisfactory technical condition of housing, which includes worn-out equipment, insufficient maintenance or outdated equipment. A significant problem was also the inappropriate spatial arrangement, which makes it difficult to move around the household, especially with reduced mobility. Lack of ventilation and inadequate heating conditions proved to be factors that negatively affect not only the comfort but also the health of seniors. Narrow and unadapted sanitary spaces were particularly problematic, which increase the risk of injuries and limit the ability to perform basic daily activities.

In the area of compensatory conditions, the research identified specific barriers that complicate the use of aids and reduce the efficiency of care. The most common were narrow entrances and insufficient door width (N=7), which significantly restrict the movement of seniors with compensatory devices. Cramped bathroom conditions (N=5) represented another significant problem, especially in terms of hygiene safety. Stairs at the entrance to a house or apartment (N=3) were identified as a significant architectural barrier that complicates access to the home and increases the risk of falls. A less frequent, but still relevant problem was the inappropriate height of the bed (N=2), which makes it difficult to get up and lie down.

The results also point to significant variability between individual households. While some seniors live in a relatively adapted environment, others face multiple cumulative barriers that significantly reduce their quality of life. It has been shown that inadequate housing adaptation leads to increased dependence on the help of other people, thereby increasing the burden on both the family and social services.

It has been shown that unadapted housing conditions represent a significant limiting factor in home care. Research has confirmed the need for systematic measures aimed at removing barriers, improving the technical condition of housing and supporting the use of compensatory devices. These measures could significantly contribute to increasing the independence of seniors, reducing the risk of injuries and overall improving their quality of life in the home environment.

Compensation conditions	Codes	Statements	N
Spatial conditions	Narrow entrances and door widths	Narrow entrances and insufficient door width limit safe movement of seniors and make the use of mobility aids difficult.	7
	Cramped bathroom conditions	Limited bathroom space restricts safe personal hygiene and increases the physical burden on both seniors and caregivers.	5
	Stairs to the entrance of the house/apartment	Stairs at the entrance reduce accessibility of the home and often require assistance or structural modifications.	3
	Low bed height	An inappropriate bed height complicates getting in and out of bed and increases the risk of instability or falls.	2
	Using assistive devices – crutches, wheelchair	Assistive devices support mobility and independence of seniors, but their effectiveness depends on adequate spatial conditions in the home.	4

Caregivers emphasized that mobility aids such as walkers are widely used, but not always effectively adapted to the home setting. In narrow or cluttered spaces, their use can even increase instability rather than reduce it. This suggests that assistive devices alone cannot compensate for inadequate spatial conditions and must be combined with appropriate environmental adjustments to achieve their intended effect.
Similarly, the absence or poor quality of adjustable beds represents a significant limitation in care provision. Caregivers reported increased physical strain when beds are not adjustable, particularly during repositioning, hygiene care, or transfers. This finding underscores the importance of ergonomic equipment not only for the comfort of seniors but also for the prevention of caregiver overload and musculoskeletal strain.
Portable toilets and hoists were identified as important compensatory tools, especially for immobile or highly dependent seniors. However, their effectiveness is frequently reduced by practical limitations such as insufficient space, hygiene concerns, or financial constraints. In cases where hoists are unavailable, caregivers are forced to rely on manual lifting, which increases the risk of injury for both caregivers and seniors. This reflects a broader systemic issue of unequal access to essential care equipment.

Bathroom accessibility emerged as one of the most critical problem areas. Even when assistive devices are available, poorly adapted bathrooms—with narrow doors, slippery surfaces, and lack of supportive fixtures—significantly compromise safety. Caregivers reported that personal hygiene is one of the most physically demanding and risky aspects of home care, particularly in inadequately designed spaces.
Communication-related compensation, such as the use of hearing aids, also showed limitations. While hearing aids can significantly improve interaction and orientation, caregivers noted inconsistent use, poor maintenance, or complete absence of such devices.

Compensation conditions	Codes	Statements	N

Health conditions	Walker	The walker supports mobility and helps maintain a higher level of independence in daily movement within the home.	11
	Adjustable bed	An adjustable bed facilitates positioning, improves comfort, and supports caregiving during rest and transfers.	17
	Portable toilet	A portable toilet increases accessibility and reduces the need for frequent movement to the bathroom, especially at night.	9
	Hoist	The hoist enables safe transfer of immobile or severely limited seniors, reducing physical strain on caregivers and risk of injury.	5
	Bathroom accessibility	Improved bathroom accessibility ensures safer hygiene routines and reduces the risk of falls during personal care activities.	12
	Hearing aid	The hearing aid improves communication between the senior and caregiver, supporting orientation and social interaction.	6

Research question 2: What is the availability of compensatory aids?
The most prominent problem was financial barriers (N=13). Caregivers reported that high co-payments for compensatory devices pose a significant burden for seniors, as their pension income is often insufficient to cover them. This factor significantly limits the ability to provide the necessary household equipment, which in turn reduces the level of independence of seniors and increases the complexity of care.
Another significant finding was the long waiting times for a prescription for devices (N=10). Caregivers pointed out that the process of obtaining compensatory devices is administratively and time-consuming, as it requires medical examinations and approvals. Delays in their provision lead to seniors remaining longer without the necessary support, which can worsen their health and functional status.
In terms of household equipment (N=7), the research showed that the availability of basic devices, such as adjustable beds, lifts or wheelchairs, significantly improves care conditions. However, their availability was not ensured in all cases, which caused uneven quality of care between households.
Another significant finding was the limited usability of aids in old age (N=9). Caregivers reported that some seniors, due to deterioration in their health, stop actively using even available aids. These seniors become completely dependent on the care of other people, often remain bedridden and require complex nursing care.

Compensation conditions	Codes	Statements	N
Availability of aids	Waiting times	Long waiting times for appointments with doctors to prescribe compensatory aids	10
	Financial availability	Relatively high co-payments for compensatory aids, for which the senior does not have enough money from his pension	13
	Household equipment	Adequate health care for the senior, mainly in the form of adjustable beds, lifts, wheelchairs, etc.	7

	Usability in old age	The health of seniors often deteriorates so much that they do not use the mobility aids they have been provided with, because they remain dependent and bedridden in the home and dependent on full care	9

Research question 3: What is the relationship between housing conditions and the financial situation of a senior?

The highest number of occurrences was recorded for high costs of caregivers in the home environment (N=16), which was assessed as a factor with a high impact. Caregivers stated that the price of professional care is financially unsustainable for many families, which often leads to a limitation of the scope of care provided or its complete replacement by informal family care.

Low pensions (N=15), which represent a fundamental barrier to providing necessary services and aids, were also a significant problem. Insufficient financial security of seniors limits their ability to finance health care, compensatory aids or housing modifications, thereby increasing their dependence on the family.

Another important finding was dependence on financial assistance from the family (N=12). This dependence was assessed as a moderately strong factor, which, however, significantly affects the stability of care. In many cases, family members replace the missing financial resources of seniors, which can lead to long-term financial and psychological burden on families.

High healthcare costs (N=8) were also identified as a significant barrier. The costs of medicines, examinations and healthcare services often exceed the means of seniors, which can lead to postponing or limiting necessary care.

Conversely, quality of life in the home environment (N=7) was assessed as a factor with a lower but still present influence. Despite financial constraints, some seniors prefer to remain at home, even at the cost of a lower level of services, because the home environment provides them with a greater sense of security, familiarity and emotional comfort.

Financial situation	Codes	Statements	N
Low pension	High impact	The average pension for seniors is lower than the average pension in Slovakia, which creates differences in the availability and quality of services for seniors	15
Independence on family financial help	Medium impact	A common phenomenon is that family members have to help and pay extra financially in providing care at the expense of quality of life	12
High prices of health care	High impact	Healthcare is spatially accessible, but seniors cannot afford to pay extra for medicines, diapers or other compensatory aids, which are replaced by the family.	8
High prices of caregivers in home environment	Medium impact	The price of care services is increasing, while the valorization of pensions is low, which means that many seniors are unable to pay for care in the number of hours they would actually need	16
Quality of life at home	low impact	There is a direct connection between life satisfaction and a senior's low financial situation, lower income (e.g. low pension) often leads to:	7

		limited access to healthcare and medicines, worse housing options and its modifications, higher dependence on family or social services, less participation in social life, higher levels of stress and feelings of insecurity.	

Research question 4: What is the relationship between housing conditions and the sense of safety of seniors?

The most striking finding was the risk of falls in the home environment (N=10), which was rated as a factor with a high impact. Caregivers reported that slippery floors, various obstacles, and especially stairs significantly increase the likelihood of injuries. This factor directly reduces the sense of safety of seniors, as it leads to a constant fear of falling during normal daily activities.

The absence of barrier-free housing (N=13), which was the most frequently identified problem, also had a significant impact. Insufficiently adapted housing limits the independent movement of seniors, which leads to increased dependence on the help of other people. This dependence was associated with a feeling of insecurity and reduced self-confidence when moving around the home.

Another finding was the quality of lighting and visibility (N=5), which was rated as a less frequent but still important factor. Insufficient lighting impairs orientation in space, especially in the evening or in darker parts of the home, which increases the fear of tripping or falling.

Similarly, the unavailability of support devices (N=7), such as handrails, support handles or other compensatory aids, was identified. Their absence reduces stability during movement and complicates the performance of daily activities, thereby negatively affecting the subjective sense of safety of seniors.

Finally, the importance of the emotional perception of safety (N=9) was also shown. Seniors living in an inappropriately adapted environment often feel fear of injury or falling, which leads to a decrease in psychological well-being and overall satisfaction with housing. This factor indicates that safety is not only a physical, but also a psychological category.

Security	Codes	Statements	N
Fall risk in the home environment	High	An inadequately designed home environment (slippery floors, obstacles, stairs) significantly increases the risk of falls, which reduces the sense of safety of seniors.	10
Barrier-free accessibility of housing	Medium	The absence of barrier-free adjustments in the home limits the independent movement of seniors and creates a feeling of dependence and insecurity.	13
Quality of lighting and visibility in living spaces	Low	Insufficient lighting and poor visibility in the home reduce the orientation of seniors in space and increase their fear of falling.	5
Availability of supportive equipment (handrails, grab bars, aids)	Low	The lack of support devices, such as handrails or support devices, reduces stability during movement and negatively affects the subjective sense of safety.	7
Perceived emotional safety and fear of injury at home	medium	Seniors in an inappropriately designed environment often feel fear of safety, which reduces their psychological well-being and	9

		overall sense of security in the home environment.	

Discussion

The historical development of social services shows that the way of caring for people dependent on the help of others has gradually changed and expanded over time. As Ludvigh Cintulová et al. (2022) state, there is currently a constant increase in the number of people who are dependent on care services provided in social service facilities. This trend is mainly a consequence of the demographic aging of the population, increasing life expectancy and the increasing incidence of chronic diseases and functional limitations in old age.

In addition to the increase in institutional care, there is also a slight increase in interest in informal care, which is provided mainly by family members or close people in the home environment. This type of care remains an important part of the system, because many seniors prefer to remain in their natural home environment and the family often plays a key role in providing everyday assistance.

In connection with the above research, it can be added that the issue of care for older people is closely linked to the need for a comprehensive approach to social work. As Bundzelová, Ludvigh Cintulová and Buzalová (2023) state, social work with seniors focuses not only on addressing their current social and health needs, but also on supporting their dignity, independence and quality of life in old age. The authors emphasize the importance of multidisciplinary cooperation in providing care for older people, paying special attention to the connection between formal and informal care.

At the same time, they point out that the growing number of seniors creates pressure on the social service system, which must respond flexibly to the changing needs of the older population. In this context, it is important to support not only institutional forms of care, but also to strengthen family and community care, which plays a key role in keeping seniors in their home environment and maintaining their social ties.

The findings of this study provide a comprehensive view of how housing conditions, compensation resources, and economic factors interact to shape the quality of home care for older adults and their perceived safety and well-being. Overall, the results consistently demonstrate that inadequate housing conditions combined with limited access to supportive resources significantly constrain both the effectiveness of caregiving and the independence of seniors.

Regarding physical housing conditions, the results clearly indicate that structural deficiencies such as poor technical maintenance, inadequate spatial layout, insufficient ventilation, and suboptimal heating conditions create substantial barriers to care delivery. Narrow and poorly designed spaces, particularly in hygiene areas, were repeatedly identified as critical obstacles. These environmental limitations not only reduce comfort but also directly increase caregiving demands and compromise safety. Caregivers emphasized that such conditions often require additional physical effort and increase the risk of accidents, particularly during personal care activities.

In terms of compensation conditions related to spatial barriers and assistive devices, the findings highlight that while assistive technologies (e.g., wheelchairs, crutches, portable toilets, hoists, and adjustable beds) play an important role in supporting daily functioning, their effectiveness is highly dependent on the suitability of the home environment. Narrow doorways, cramped bathrooms, stairs at entrances, and inappropriate bed height frequently limit the usability of these aids. This suggests that assistive devices alone are insufficient if the physical environment is not adapted accordingly. The results also show that even when such devices are available, their use may be inconsistent due to environmental constraints or advanced deterioration in the health status of seniors.

A further important dimension concerns the availability and accessibility of compensatory aids. The study identified significant systemic barriers, including long waiting times for medical prescriptions and high financial costs associated with acquiring assistive devices. These factors often delay or completely prevent access to necessary equipment. As a result, seniors may remain dependent on family caregivers or experience prolonged periods without adequate support. Even when aids are provided, their utilization may decline due to worsening health conditions, leading to full dependency and increased care burden. Bundzelova a kol. (2026) in the study showed that caring for vulnerable groups significantly affects not only the quality and organization of social services, but also places considerable demands on caregivers in terms of physical, psychological, and organizational burden.

The economic conditions of care emerged as one of the most influential determinants of home care quality. Low pensions, high costs of healthcare services, and particularly the high financial burden of professional caregiving services were identified as major limiting factors. These constraints frequently shift the responsibility of care to family members, increasing both emotional and financial strain. Although quality of life at home was generally valued positively by seniors, it often exists in tension with financial limitations that restrict access to optimal care arrangements. Balogová (2004) highlights the close interconnection between the economic situation of older adults and their overall quality of life, emphasizing that financial security is a key determinant of autonomy, dignity, and access to adequate care in old age. Ludvigh Cintulová a kol. (2024) further points out that economic constraints significantly shape the possibilities of long-term care provision, particularly in the home environment, where insufficient financial resources often lead to increased dependence on family members and reduced access to professional support services.

Finally, the results regarding housing conditions and perceived safety clearly demonstrate a strong relationship between the physical environment and seniors' sense of security. Fall risk, lack of barrier-free accessibility, insufficient lighting, and absence of supportive equipment were all associated with increased fear of injury and reduced subjective safety. Importantly, safety was not only understood as a physical construct but also as an emotional experience. Seniors living in inadequately adapted environments reported higher levels of anxiety and reduced psychological well-being, which further limits their mobility and independence.

The analysis of compensation conditions shows how environmental barriers in the home are partially managed or compensated for through physical adjustments of the environment and the use of assistive devices. These factors play an important role in maintaining the mobility, independence, and safety of seniors, as well as in facilitating the work of caregivers.

The most frequently reported issue was narrow entrances and door widths (N=7). These spatial limitations significantly restrict movement within the household, especially for seniors who use mobility aids such as walkers or wheelchairs. Caregivers noted that such conditions often complicate daily transfers between rooms and reduce the overall accessibility of the living space.

Another important barrier was cramped bathroom conditions (N=5). Limited space in sanitary facilities makes personal hygiene more difficult and increases the physical strain on both seniors and caregivers. In many cases, caregivers must assist in very restricted conditions, which also raises safety concerns, particularly the risk of slipping or falling.

Stairs at the entrance to the house or apartment (N=3) were identified as a significant architectural obstacle. They limit independent access to the home and often require physical assistance or external modifications such as ramps. This barrier is particularly problematic for seniors with reduced mobility, as it can restrict their ability to leave or return to their home independently.

A less frequent but still relevant issue was the low height of the bed (N=2). An inappropriate bed height complicates sitting down and standing up, increasing the risk of imbalance and falls.

Caregivers highlighted that even such seemingly minor factors can significantly affect daily functioning and the level of required assistance.
In contrast to environmental barriers, the use of assistive devices such as crutches or wheelchairs (N=4) represents an important compensatory strategy. These devices help to partially overcome mobility limitations and improve independence. However, their effectiveness is often dependent on the suitability of the physical environment; in poorly adapted homes, even assistive devices cannot fully compensate for spatial constraints.

Conclusion

Population ageing is often presented as a problem, especially in terms of the economic burden on social and health systems. However, such a view can be simplistic and one-sided. On the one hand, it is undeniable that the growing number of older people brings increased costs for healthcare, pensions and social services. On the other hand, the older population also represents significant social and economic potential, for example through volunteering, family care or the transfer of experience and knowledge.
The key question remains to what extent current societies are prepared to respond to this demographic development. An effective response requires not only the reform of social security systems, but also a change in the social perception of old age. Promoting active and healthy ageing, investing in prevention and creating an inclusive environment can significantly contribute to mitigating the negative consequences of population ageing. Developments in the fields of medicine, lifestyle and public policies will be decisive in this regard. From this perspective, population aging is not only a challenge, but also an opportunity for innovation and improving the quality of life of all generations.

References

BALOGOVÁ, B. 2004. *Kvalita života seniorov/iek vstupujúcich do dôchodku z aspektu sociálnej andragogiky.* Bratislava: [s.n.], 2004. 163 s.
BALOGOVÁ, B. 2016. *Sociálne témy a dilemy seniorov.* Prešov : Prešovská univerzita, 2016. 136 s.
BUNDZELOVÁ, K., LUDVIGH CINTULOVÁ, L., BUZALOVÁ, S. 2023. Sociálna práca s osobami vyššieho veku. Nové Zámky: Vysoká škola zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety, 2023. 119 s.
BUNDZELOVÁ, K., GREY, E., LUDVIGH CINTULOVÁ, L. 2026. Factors influencing the adaptation of seniors in the nursing home. *Revue Internationale des Sciences humaines et naturelles* Vol. 16, No. 1 (2026), pp. 50-68
ČELEDOVÁ, L. 2016. *Člověk ve zdraví i v nemocni.* Praha: Univerzita Karlova, Nakladatelství Karolinum, 2017. 511 p.
FERNÁNDEZ-MAYORALAS, G. et al. 2015. Active ageing and quality of life: factors associated with participation in leisure activities among institutionalized older adults, with and without dementia. In: *Aging and Mental Health.* Vol. 19, No. 11: 1031-1041
FRIES, J. F., CRAPO, L. M. 1981. Vitality and Aging: Implications of the Rectangular Curve. San Francisco: W.H. Freeman, 1981.
GADUŠOVÁ, M. 2017. *Vybrané kapitoly z geriatrie*. Ružomberok: Verbum, 2017. 135 p.
KAMANOVÁ, I. 2007. *Inštitucionálne sociálne služby a kvalita života seniorov.* Ružomberok: Katolícka univerzita v Ružomberku, 2007. 87 p.
LUDVIGH CINTULOVÁ L., BUDAYOVÁ, Z. 2024. Social Work Methods: Tailoring approaches to diverse client needs. Kraków : Scientia Ars Educatio in Cracovia. ISBN 978-83-65547-26-2, p. 140.

LUDVIGH CINTULOVÁ L., BUDAYOVÁ, Z., BUZALOVÁ, S. 2022. Historical development and transformation of senior social services in Slovakia. Ireland, Dublin: ISBCRTI, 2022. 266s. ISBN 978-1-9989986-2-3.
ROBINE, J. M., MICHEL, J. P. 2004. Looking forward to a general theory on population aging: population aging: the benefit of global versus local theory. IN: *The Journals of Gerontology Series A Biological Sciences and Medical Sciences*. Vol. 59, No. 6: 616-620.
WHO. 2015. *World Health Statistics 2015.* Luxemburg: WHO, 2015. 161 p.

MENTÁLNÍ PŘÍPRAVA ROZHODČÍCH V KARATE: JAK PSYCHOLOGICKÁ PŘÍPRAVA OVLIVŇUJE VÝKON ROZHODČÍCH A SPRAVEDLNOST HODNOCENÍ

MENTAL PREPARATION OF REFEREES IN KARATE: HOW PSYCHOLOGICAL PREPARATION AFFECTS THE PERFORMANCE OF REFEREES AND THE FAIRNESS OF EVALUATIONS

David Havlík
ORCID: https://orcid.org/0009-0009-2934-6375
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti
Hovorčovická 1281/11 182 00 Praha 8
Česká republika
davidhavlik70.dh@gmail.com

Jiří Mulač
ORCID: https://orcid.org/0009-0004-9468-995X
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti
Hovorčovická 1281/11 182 00 Praha 8
Česká republika
jiri@mulac.info

Abstrakt: Psychologická příprava a duševní rovnováha sportovce představují významné faktory ovlivňující kvalitu, stabilitu a dlouhodobou udržitelnost sportovního výkonu. Sportovní výkon nelze chápat pouze jako výsledek tělesné připravenosti, technických dovedností, taktické vyspělosti a tréninkového zatížení, protože do jeho průběhu významně vstupují také psychické procesy, osobnostní charakteristiky, emoční regulace, zvládání stresu, motivace a kvalita komunikace v tréninkovém prostředí. Současná sportovní psychologie proto věnuje stále větší pozornost vztahu mezi psychologickou přípravou a sportovním výkonem, zejména u sportů, kde jsou rozdíly ve fyzické a technické připravenosti závodníků minimální a o výsledku rozhodují psychická odolnost, koncentrace, sebedůvěra a emoční stabilita.
Cílem příspěvku je analyzovat vztah psychologické přípravy a duševní rovnováhy ke sportovnímu výkonu v karate a identifikovat faktory, které mohou přispívat ke zlepšení mentální odolnosti, koncentrace, sebedůvěry, emoční stability a subjektivně vnímané výkonové stability sportovců. Teoretická část práce vymezuje sportovní psychologii jako interdisciplinární obor, popisuje postavení sportovního psychologa v přípravě sportovce, analyzuje psychické faktory ovlivňující výkon v karate a zaměřuje se na metody psychologické přípravy, komunikaci mezi trenérem a sportovcem a rozdíly mezi individuálními a týmovými sporty. Zvláštní pozornost je věnována disciplínám kata a kumite, které kladou odlišné požadavky na koncentraci, emoční regulaci, rozhodování a zvládání stresu.
Empirická část práce je koncipována jako šetření realizované na souboru N = 19 respondentů sloužilo výhradně k ověření srozumitelnosti položek, časové náročnosti administrace a organizační proveditelnosti sběru dat. Výzkum se zaměřuje na vztah mezi psychologickou přípravou, motivací, komunikací s trenérem, psychickou pohodou, sebedůvěrou a subjektivně vnímanou výkonovou stabilitou. Zkoumá, zda závodníci v karate vnímají psychologickou přípravu jako významnou součást tréninkového procesu, zda hodnocení psychologické přípravy souvisí s výkonovou stabilitou, zda vnitřní motivace souvisí s přijetím psychologické přípravy, zda komunikace s trenérem ovlivňuje psychickou stabilitu a motivaci a zda frekvence využívání psychologických metod souvisí s psychickou pohodou a sebedůvěrou.

Výsledky příspěvku jsou následně využity k formulaci doporučení pro tréninkovou praxi karate klubů. Příspěvek propojuje teoretické poznatky, empirická zjištění a aplikační rovinu a usiluje o odborně podložený příspěvek k systematičtějšímu začleňování psychologické přípravy do sportovní praxe v karate.

Klíčová slova: psychologická příprava, duševní rovnováha, sportovní psychologie, karate, sportovní výkon, mentální odolnost, motivace, sebedůvěra, emoční stabilita, koncentrace, komunikace trenéra, psychická pohoda, kata, kumite, stresová regulace

Abstract: The psychological preparation and mental balance of an athlete are significant factors influencing the quality, stability and long-term sustainability of sports performance. Sports performance cannot be understood only as the result of physical preparation, technical skills, tactical maturity and training load, because psychological processes, personality characteristics, emotional regulation, stress management, motivation and quality of communication in the training environment also significantly enter into its course. Contemporary sports psychology therefore pays increasing attention to the relationship between psychological preparation and sports performance, especially in sports where the differences in the physical and technical preparation of competitors are minimal and the result is determined by psychological resilience, concentration, self-confidence and emotional stability.

The aim of the paper is to analyze the relationship between psychological preparation and mental balance to sports performance in karate and to identify factors that can contribute to the improvement of mental resilience, concentration, self-confidence, emotional stability and subjectively perceived performance stability of athletes. The theoretical part of the work defines sports psychology as an interdisciplinary field, describes the position of a sports psychologist in the preparation of an athlete, analyzes psychological factors influencing performance in karate and focuses on methods of psychological preparation, communication between the coach and the athlete and differences between individual and team sports. Special attention is paid to the disciplines of kata and kumite, which place different demands on concentration, emotional regulation, decision-making and stress management.

The empirical part of the work is designed as a survey conducted on a set of N = 19 respondents and served exclusively to verify the comprehensibility of the items, the time-consuming nature of the administration and the organizational feasibility of data collection. The research focuses on the relationship between psychological preparation, motivation, communication with the coach, psychological well-being, self-confidence and subjectively perceived performance stability. It examines whether karate competitors perceive psychological preparation as an important part of the training process, whether the evaluation of psychological preparation is related to performance stability, whether intrinsic motivation is related to the acceptance of psychological preparation, whether communication with the coach affects psychological stability and motivation, and whether the frequency of using psychological methods is related to psychological well-being and self-confidence.

The results of the paper are subsequently used to formulate recommendations for the training practice of karate clubs. The paper connects theoretical knowledge, empirical findings and the application level and strives for a professionally based contribution to a more systematic integration of psychological preparation into karate sports practice.

Keywords: psychological preparation, mental balance, sports psychology, karate, sports performance, mental resilience, motivation, self-confidence, emotional stability, concentration, coach communication, psychological well-being, kata, kumite, stress regulation

Úvod

Duševní rovnováha sportovce zahrnuje schopnost zvládat zátěž, vyrovnávat se s neúspěchem, obnovovat výkonovou jistotu po chybě, regulovat emoční napětí a udržovat přiměřenou míru motivace i v obdobích, kdy se nedostavuje okamžitý výsledkový úspěch. Význam uvedené oblasti narůstá především ve výkonnostním a závodním sportu, kde se sportovec dlouhodobě setkává s náročným tréninkovým režimem, tlakem na výsledek, hodnocením trenéra, soupeřů, rozhodčích i sportovního okolí. Psychická odolnost, schopnost koncentrace, práce s úzkostí a stabilita sebedůvěry se proto stávají faktory, které mohou rozhodovat o tom, zda sportovec dokáže v soutěžním prostředí využít potenciál získaný tréninkem. V odborném pojetí nelze duševní rovnováhu chápat pouze jako nepřítomnost psychických obtíží, protože zahrnuje také aktivní schopnost sportovce řídit vlastní psychický stav, rozpoznávat zátěžové signály, pracovat s emocemi a dlouhodobě chránit vlastní psychické zdroje (Gustafsson et al., 2017).

Psychologická příprava představuje soubor cílených metod, postupů a intervenčních strategií, jejichž účelem je podporovat sportovce při zvládání psychických nároků tréninku a soutěže. Mezi často využívané metody patří mentální trénink, vizualizace, relaxační a dechové techniky, práce s vnitřním dialogem, nastavování cílů, vedení sportovního deníku a rozvoj strategií zvládání zátěže. Uvedené postupy nepůsobí izolovaně, ale nabývají významu především tehdy, když jsou systematicky začleněny do tréninkového procesu a propojeny s fyzickou, technickou a taktickou přípravou sportovce. Psychologická příprava proto nemá být využívána pouze nárazově před důležitou soutěží nebo až po výkonovém selhání, ale má se stát pravidelně rozvíjenou součástí sportovního tréninku. Právě dlouhodobost, pravidelnost a návaznost na konkrétní výkonové situace rozhodují o tom, zda sportovec dokáže mentální dovednosti skutečně využít v situaci zvýšeného tlaku (Hardy, Jones & Gould, 1996).

Význam psychologické přípravy je zvlášť patrný u sportů, v nichž jsou rozdíly ve fyzické a technické připravenosti mezi závodníky relativně malé a kde o výsledku rozhodují drobné odchylky v koncentraci, emoční kontrole, rychlosti rozhodování a schopnosti zachovat sebedůvěru v rozhodujícím okamžiku. Karate jako individuální bojový sport představuje prostředí, v němž se psychické faktory výkonu uplatňují mimořádně výrazně. Závodník nese přímou odpovědnost za svůj výkon, musí regulovat stresovou aktivaci, zachovat technickou přesnost, rychle vyhodnocovat soutěžní situaci a současně zvládat tlak spojený s očekáváním výsledku. Disciplíny kata a kumite přitom kladou na sportovce odlišné psychické nároky. Kata vyžaduje stabilní koncentraci, rytmus, přesnost, vnitřní kontrolu a zvládání tlaku na bezchybný průběh sestavy, zatímco kumite je spojeno s kontaktem se soupeřem, anticipací, taktickým rozhodováním, regulací impulzivity a schopností adaptovat se na proměnlivý průběh zápasu. Psychologická příprava v karate proto musí být chápána diferencovaně a musí respektovat specifika obou disciplín (Pain & Harwood, 2004; Cox, 2012). Důležitým prvkem psychologické přípravy je také kvalita komunikace mezi sportovcem a trenérem. Trenér nepředává pouze technické instrukce, ale významně ovlivňuje motivaci, sebedůvěru, vztah sportovce k chybě, schopnost přijímat zpětnou vazbu a celkové psychické nastavení před výkonem i po něm. Komunikační styl trenéra může podporovat autonomii, pocit kompetence a vnitřní motivaci sportovce, avšak při nadměrně kritickém, nejasném nebo pouze direktivním vedení může zvyšovat nejistotu, soutěžní úzkost a obavu ze selhání. V individuálním sportu, jakým je karate, má trenérská komunikace zvláštní význam, protože závodník sice v rozhodující chvíli výkonu jedná samostatně, avšak jeho dlouhodobé psychické nastavení je formováno způsobem vedení, zpětnou vazbou a kvalitou vztahu v tréninkovém prostředí (Jowett & Cockerill, 2003; Gould, 2016).

Hlavním cílem příspěvku je analyzovat vztah psychologické přípravy a duševní rovnováhy ke sportovnímu výkonu v karate a identifikovat oblasti, které mohou přispívat ke zlepšení mentální odolnosti, koncentrace, sebedůvěry, emoční stability a subjektivně vnímané výkonové stability závodníků. Teoretická část práce vymezuje sportovní psychologii jako interdisciplinární obor,

popisuje postavení sportovního psychologa v pří pravě sportovce, analyzuje psychické faktory ovlivňující výkon v karate a věnuje se metodám psychologické přípravy, komunikaci a rozdílům mezi individuálními a týmovými sporty. Empirická část je koncipována jako kvalitativní průřezové šetření. Pilotní ověření na souboru N = 19 sloužilo výhradně ke kontrole srozumitelnosti položek, časové náročnosti administrace a organizační proveditelnosti sběru dat, nikoli jako základ pro ověřování hypotéz nebo formulaci hlavních závěrů.

Psychologie sportu jako interdisciplinární obor

Psychologie sportu představuje aplikovaný psychologický obor, který se zabývá vztahem mezi psychickými procesy, chováním člověka, pohybovou aktivitou a sportovním výkonem. Z odborného hlediska nejde pouze o zkoumání toho, jak psychika ovlivňuje výkonnost sportovce, ale také o analýzu opačného vztahu, tedy působení sportovní činnosti na osobnost, emoční prožívání, sebepojetí, sociální fungování a celkovou psychickou pohodu jedince. Sportovní výkon je proto nutné chápat jako komplexní jev, ve kterém se propojují tělesné předpoklady, technická a taktická připravenost, tréninkové zatížení, sociální prostředí a psychická regulace výkonu. Sportovní psychologie směřuje především k optimalizaci sportovního výkonu prostřednictvím rozvoje koncentrace, motivace, sebedůvěry, emoční stability a schopnosti zvládat stresové situace. Významnou oblastí jejího působení je také podpora duševního zdraví sportovců, zejména prevence syndromu vyhoření, úzkostných a depresivních stavů, ztráty motivace nebo maladaptivního vztahu k výkonu. Nedílnou součástí sportovní psychologie je rovněž rozvoj osobnosti sportovce, který zahrnuje posilování sebevědomí, psychické odolnosti, tedy resilience, sociálních dovedností, schopnosti přijímat zpětnou vazbu a schopnosti dlouhodobě zvládat nároky tréninkového i soutěžního prostředí (Weinberg & Gould, 2019; Slepička, Hošek & Hátlová, 2010). Sportovní psychologie se řadí mezi relativně mladé, avšak dynamicky se rozvíjející disciplíny, jejichž význam se zvyšuje společně s rostoucími nároky současného sportu.

Výkonnostní a vrcholový sport klade na sportovce nejen požadavky tělesné a technické, ale také požadavky psychické, sociální a hodnotové. Sportovec se musí vyrovnávat s tlakem na výsledek, očekáváním trenéra, rodiny či sportovního prostředí, s možností selhání, zraněním, konkurencí i s nutností dlouhodobě udržovat motivaci. Sportovní psychologie se proto zaměřuje na porozumění psychickým procesům, chování a prožívání jedince v kontextu sportovní činnosti a současně hledá způsoby, jak lze tyto procesy cíleně rozvíjet prostřednictvím psychologických intervencí, mentálního tréninku, poradenské práce a podpůrné komunikace (Slepička & Hošek, 2010).

Interdisciplinární povaha oboru

Psychologie sportu má výrazně interdisciplinární charakter, protože sportovní výkon nelze vysvětlit pouze prostřednictvím jedné vědní disciplíny. Výkon sportovce je výsledkem vzájemného působení biologických, psychologických, sociálních, pedagogických, zdravotních a kulturních faktorů. Zařazení tabulky 1 má proto význam především z hlediska zpřehlednění odborného rámce sportovní psychologie. Přehled ukazuje, které disciplíny se podílejí na porozumění sportovnímu výkonu, jaký konkrétní přínos pro sportovní psychologii poskytují a jak se jejich poznatky promítají do praktické přípravy sportovce. Sportovní psychologie není izolovanou disciplínou, ale oblastí, která čerpá z více odborných zdrojů a propojuje je při analýze i podpoře sportovního výkonu. Interdisciplinární přístup je pro sportovní psychologii zásadní, protože sportovec nevstupuje do výkonové situace pouze jako tělo vykonávající pohyb, ale jako osobnost s emocemi, motivací, zkušeností, sociálními vztahy, zdravotním stavem a hodnotovým nastavením.

Komplexní pojetí umožňuje přesněji rozlišit, zda výkonový problém souvisí především s nedostatečnou technickou přípravou, nepřiměřenou aktivační úrovní, ztrátou motivace,

komunikačním napětím, únavou, obavou ze selhání nebo jiným faktorem. V praxi tím vzniká prostor pro efektivnější volbu intervence, protože sportovec může potřebovat jinou formu podpory při soutěžní úzkosti, jinou při ztrátě motivace, jinou při návratu po zranění a jinou při dlouhodobém výkonovém stagnování.

V kontextu karate má interdisciplinární pojetí mimořádný význam, protože výkon v bojovém sportu vyžaduje současné propojení techniky, tělesné připravenosti, taktiky, rychlého rozhodování, emoční kontroly, respektu k pravidlům a schopnosti zvládat přímou konfrontaci se soupeřem. Psychologická příprava zde nemůže být oddělena od fyzické, technické a pedagogické roviny tréninku. Právě propojení těchto oblastí umožňuje sportovci rozvíjet nejen výkon, ale také stabilitu, sebedůvěru, odolnost, disciplínu a schopnost dlouhodobě fungovat v náročném soutěžním prostředí. Sportovní psychologie se tak profiluje jako obor, který propojuje teoretické poznání s praktickými potřebami současného sportu a současně přispívá k tomu, aby sportovní výkon nebyl chápán pouze jako výsledek fyzické připravenosti, ale jako komplexní projev celé osobnosti sportovce.

Postavení sportovního psychologa v přípravě sportovce

Sportovní psycholog zaujímá v současném sportu významné postavení, protože psychická připravenost sportovce je stále častěji chápána jako součást komplexního tréninkového procesu, nikoli jako okrajová nebo dodatečná oblast podpory. Moderní sportovní příprava se neomezuje pouze na rozvoj tělesné výkonnosti, technické úrovně a taktické vyspělosti, ale zahrnuje také cílenou práci s motivací, koncentrací, emoční regulací, sebedůvěrou, zvládáním stresu a psychickou odolností. Cílem práce sportovního psychologa je podporovat takové psychické předpoklady, které sportovci umožňují stabilně využívat vlastní výkonový potenciál v tréninku i v soutěžních situacích. Význam této role narůstá zejména v prostředí výkonnostního a vrcholového sportu, kde jsou sportovci vystaveni dlouhodobému zatížení, tlaku na výsledek, soutěžní nejistotě, riziku zranění a nutnosti opakovaně zvládat neúspěch (Weinberg & Gould, 2019).

Postavení sportovního psychologa se v posledních desetiletích proměňuje od příležitostné podpůrné role směrem k systematičtějšímu začlenění do širšího realizačního týmu. Sportovní psycholog může spolupracovat s trenérem, kondičním specialistou, fyzioterapeutem, lékařem, nutričním poradcem a dalšími odborníky, kteří se podílejí na přípravě sportovce. Interdisciplinární charakter této spolupráce je důležitý proto, že výkon sportovce vzniká souběhem tělesných, psychických, sociálních a situačních faktorů. Psychologická intervence proto nemůže být oddělena od konkrétního tréninkového prostředí, výkonnostní úrovně, sportovní disciplíny a individuálních potřeb sportovce. Birrer a Morgan (2010) zdůrazňují význam psychologických dovedností v komplexní přípravě sportovců, zejména v souvislosti s jejich dlouhodobou výkonovou stabilitou a schopností zvládat zátěž.

Hlavní oblasti činnosti sportovního psychologa zahrnují diagnostiku psychických determinant výkonu, rozvoj mentálních dovedností, podporu motivace, práci s emocemi a stresem, posilování sebedůvěry, trénink koncentrace, podporu komunikace mezi trenérem a sportovcem a pomoc při zvládání krizových nebo přechodových situací. Diagnostická rovina spočívá v poznávání psychických faktorů, které mohou výkon podporovat nebo oslabovat, například míry soutěžní úzkosti, stability sebedůvěry, způsobu zvládání tlaku, úrovně motivace, kvality vnitřního dialogu nebo schopnosti soustředit se na výkonový úkol. Intervenční rovina následně zahrnuje nácvik konkrétních psychologických strategií, mezi které patří vizualizace, dechová a relaxační cvičení, práce s cíli, regulace vnitřního dialogu, zvládání negativních myšlenek a příprava na specifické soutěžní situace. Poradenská rovina se zaměřuje na podporu sportovce při řešení obtíží spojených s motivací, vztahy v tréninkovém prostředí, výkonovým tlakem, návratem po zranění nebo kariérními přechody.

Konkrétní postavení sportovního psychologa závisí na typu sportu, výkonnostní úrovni sportovce, tradici daného sportovního prostředí, postoji trenéra a dostupnosti odborné psychologické péče. V individuálních sportech, mezi které patří také karate, bývá psychologická příprava zvlášť významná, protože sportovec nese přímou odpovědnost za vlastní výkon a v rozhodujících momentech soutěže nemůže opřít výsledek o bezprostřední výkon spoluhráčů. Psychické faktory se zde promítají do schopnosti zvládat samostatné rozhodování, tlak na výsledek, obavu ze selhání, nutnost rychlé reakce a schopnost obnovit koncentraci po chybě. Behncke (2004) poukazuje na význam psychologických dovedností v individuální sportovní přípravě, protože právě samostatnost výkonové situace zvyšuje nároky na seberegulaci, odolnost a vnitřní stabilitu sportovce.

V bojových sportech, mezi které patří karate, se uplatňují specifické psychologické nároky vyplývající z přímé konfrontace se soupeřem, nutnosti rychlé reakce a požadavku na současnou kontrolu síly, emocí a technického provedení. Sportovec musí zvládat anticipační úzkost před utkáním, regulovat strach z kontaktu nebo porážky, pracovat s impulzivitou, udržet koncentraci a současně respektovat pravidla, soupeře i rozhodnutí rozhodčích. Pain a Harwood (2004) poukazují na význam mentálních dovedností v bojových sportech, protože úspěšný výkon je zde spojen nejen s fyzickou připraveností, ale také s psychickou kontrolou, sebeovládáním a schopností zachovat funkční úroveň aktivace. V karate se proto práce sportovního psychologa může zaměřovat na regulaci soutěžního napětí, nácvik předstartovních rutin, obnovu koncentrace po chybě, posilování sebedůvěry, zvládání tlaku při kumite i udržení vnitřní kontroly při technicky přesném provedení kata.

Postavení sportovního psychologa v přípravě sportovce je tedy významné především proto, že propojuje výkonovou, preventivní a rozvojovou rovinu sportovní přípravy. Výkonová rovina směřuje ke stabilizaci sportovního projevu a k lepšímu využití potenciálu sportovce v soutěžních podmínkách. Preventivní rovina se zaměřuje na omezení rizik spojených s dlouhodobým stresem, psychickým přetížením, ztrátou motivace a syndromem vyhoření. Rozvojová rovina podporuje osobnostní růst sportovce, jeho seberegulaci, odpovědnost, odolnost a schopnost samostatně pracovat s psychickými nároky výkonu. V kontextu karate je tato role zvlášť důležitá, protože psychologická připravenost zde přímo ovlivňuje schopnost spojit technickou kvalitu, tělesnou aktivaci, taktické rozhodování a emoční kontrolu do stabilního soutěžního výkonu.

Z hlediska psychologických nároků je vhodné rozlišovat disciplíny kata a kumite, protože každá z nich klade na sportovce odlišné požadavky. Disciplína kata je založena na přesném provedení předem daných pohybových sekvencí, správném rytmu, načasování, dynamice, koordinaci a vnitřní kontrole výkonu. Významnou roli zde má koncentrace pozornosti, schopnost udržet mentální obraz celé sestavy, práce s dechem, plynulost pohybu a schopnost minimalizovat rušivé myšlenky. Psychická zátěž v kata se často pojí s nárokem na bezchybnost, protože každé zaváhání, ztráta rytmu nebo narušení pozornosti se může bezprostředně promítnout do výsledného hodnocení. Kumite naopak představuje interakční disciplínu, v níž sportovec reaguje na živého soupeře, měnící se vzdálenost, tempo, možnost útoku a riziko protiútoku. Psychické nároky zde zahrnují schopnost anticipace, rychlého rozhodování, kontroly strachu z fyzického kontaktu, zvládání frustrace, regulace agresivních impulzů a adaptace na strategii soupeře. Právě situační nejistota, proměnlivost zápasu a nutnost okamžité reakce zvyšují kognitivní i emoční zatížení sportovce, a tím také nároky na jeho mentální připravenost (Pain & Harwood, 2004; Weinberg & Gould, 2019; Cox, 2012).

Schopnost anticipace, tedy předvídání soupeřovy akce, patří v kumite k významným předpokladům úspěšného výkonu, protože rozhodování v bojovém sportu probíhá ve velmi krátkých časových intervalech a sportovec musí vyhodnocovat posturální signály soupeře, jeho rytmus, vzdálenost, předchozí chování i pravděpodobný záměr. Nideffer (1976) zdůrazňuje význam pozornostních procesů ve sportovním výkonu, přičemž karate vyžaduje pružné

přepínání mezi širším situačním vnímáním a úzkým zaměřením na rozhodující podnět. Selektivní pozornost, zkušenostní orientace a schopnost potlačit rušivé vnější i vnitřní podněty se tak stávají podstatnou součástí výkonové připravenosti. Rušivé podněty mohou mít podobu diváků, soupeře, prostředí, rozhodčích nebo hluku, ale také podobu vnitřních faktorů, například úzkosti, negativního vnitřního dialogu, pochybností nebo nadměrného sebehodnocení. Úroveň koncentrace se proto významně promítá jak do technického provedení kata, tak do reakční pohotovosti a taktického rozhodování v kumite (Nideffer, 1976; Weinberg & Gould, 2019).

Metody psychologické přípravy

Psychologická příprava sportovce zahrnuje soubor metod, které směřují k rozvoji mentálních dovedností, stabilizaci emočního prožívání, posílení koncentrace, regulaci stresu a podpoře dlouhodobé motivace. Jednotlivé metody nelze chápat jako izolované techniky, které se použijí pouze krátce před soutěží, protože jejich účinnost závisí především na pravidelném nácviku, návaznosti na tréninkový proces a schopnosti sportovce přenést osvojené postupy do reálných výkonových situací. Mezi často využívané postupy patří vizualizace, tedy mental imagery, mentální trénink, tedy mental skills training, relaxační a dechové techniky, práce s vnitřním dialogem, tedy self-talk, vedení sportovního deníku, nastavování cílů a systematická práce s komunikací mezi sportovcem, trenérem a případně sportovním psychologem (Weinberg & Gould, 2019; Hardy, Jones & Gould, 1996). Význam těchto metod spočívá v tom, že sportovci pomáhají lépe zvládat výkonový tlak, udržovat pozornost, regulovat emoční aktivaci, posilovat sebedůvěru a vytvářet stabilnější vztah k tréninku i soutěži.

Volba konkrétních metod psychologické přípravy musí vycházet z věku sportovce, jeho výkonnostní úrovně, sportovní zkušenosti, osobnostních charakteristik, aktuálních obtíží a specifických požadavků dané disciplíny. V karate je tato individualizace zvlášť důležitá, protože disciplíny kata a kumite kladou na sportovce odlišné psychické nároky. Kata vyžaduje vysokou míru vnitřní koncentrace, přesnosti, rytmu, kontroly pohybu a schopnosti udržet stabilní výkon bez přímé interakce se soupeřem, zatímco kumite předpokládá rychlé rozhodování, anticipaci, zvládání kontaktu, regulaci strachu a pružnou reakci na proměnlivý průběh zápasu. Psychologická příprava proto musí pracovat jak s technicky orientovanou mentální stabilitou, tak s psychickou připraveností na soutěžní konfrontaci, přičemž vhodně zvolené metody mohou sportovci pomoci propojovat tělesnou, technickou, taktickou a psychickou složku výkonu.

Součástí psychologické přípravy není pouze individuální práce sportovce se sebou samým, ale také kvalita jeho vztahu s trenérem, způsob poskytování zpětné vazby a celkové nastavení tréninkového prostředí. Komunikace mezi sportovcem a trenérem ovlivňuje motivaci, sebedůvěru, schopnost přijímat korekce, zvládání chyby i ochotu dlouhodobě pracovat na vlastním rozvoji. Psychologické metody proto získávají skutečný význam teprve tehdy, když jsou zasazeny do širšího kontextu tréninku a nejsou používány mechanicky nebo nahodile. V individuálních sportech, kde sportovec nese vysokou míru
osobní odpovědnosti za výkon, je nezbytné, aby psychologická příprava podporovala nejen samotnou výkonnost, ale také samostatnost, sebereflexi, odolnost a schopnost zvládat zátěž bez nadměrného psychického vyčerpání. Následující podkapitoly se proto zaměřují na vybrané metody psychologické přípravy, jejich odborné vymezení a možnosti uplatnění v tréninkovém i soutěžním procesu sportovce.

Rozdíly mezi individuálními a týmovými sporty

Psychologická příprava sportovce se významně liší podle charakteru sportovní disciplíny, protože individuální a týmové sporty vytvářejí odlišné výkonové podmínky, rozdílnou míru odpovědnosti i specifické nároky na psychickou regulaci. Individuální sporty, například karate, tenis nebo atletika, staví sportovce do situace, v níž je jeho výkon přímo spojen s osobní

připraveností, aktuálním psychickým nastavením a schopností samostatně reagovat na průběh soutěže. Týmové sporty, například fotbal, basketbal nebo volejbal, jsou více založeny na koordinaci, spolupráci, sdílené odpovědnosti a interakci mezi členy týmu. Psychologická příprava proto nemůže být ve všech sportovních odvětvích nastavena jednotně, protože musí zohledňovat rozdílný charakter výkonu, míru samostatného rozhodování, komunikační požadavky, způsob zvládání tlaku a význam sociální opory ve sportovním prostředí (Weinberg & Gould, 2019).

Individuální sporty jsou charakteristické vyšší mírou osobní odpovědnosti, protože úspěch nebo neúspěch je bezprostředně spojován s výkonem konkrétního sportovce. Sportovec se v těchto podmínkách musí vyrovnávat s tlakem na vlastní rozhodování, s nutností udržet koncentraci bez podpory spoluhráčů a se skutečností, že chyba bývá přímo viditelná a obtížně kompenzovatelná výkonem druhých. Klíčovou roli zde sehrává emoční regulace, zvládání soutěžní úzkosti, práce s frustrací, schopnost obnovit pozornost po chybě, sebereflexe a dlouhodobá psychická odolnost. Významné jsou také metody mentální přípravy, například vizualizace, pozitivní vnitřní dialog, relaxační techniky, dechová regulace a vedení sportovního deníku, protože podporují schopnost sportovce samostatně pracovat s psychickými stavy a stabilizovat výkon i v situacích zvýšeného tlaku (Hardy, Jones & Gould, 1996). V karate se uvedené nároky projevují jak v disciplíně kata, kde sportovec potřebuje udržet přesnost, rytmus, soustředění a vnitřní kontrolu, tak v kumite, kde musí rychle vyhodnocovat soupeřovu akci, rozhodovat se pod tlakem a regulovat emoční napětí spojené s kontaktním bojem.

Týmové sporty jsou naopak založeny na sdíleném výkonu, koordinaci a vzájemné závislosti členů týmu. Odpovědnost za výsledek zde neleží výhradně na jednom sportovci, protože výkon jednotlivce je zasazen do širší strategie, komunikace a spolupráce celého týmu. Chyba jednotlivce může být částečně kompenzována výkonem spoluhráčů, avšak současně může narušit týmovou dynamiku, důvěru a celkovou souhru. Psychologická příprava v týmových sportech se proto výrazněji zaměřuje na interpersonální komunikaci, týmovou kohezi, důvěru, přijímání rolí, sdílenou motivaci a zvládání sociálního tlaku uvnitř skupiny (Carron & Eys, 2012). Psychologická podpora zde často probíhá nejen prostřednictvím trenéra a sportovního psychologa, ale také prostřednictvím spoluhráčů, kteří poskytují zpětnou vazbu, povzbuzení, emoční oporu i korekci chování v rámci týmové interakce. Rozdíl mezi individuálním a týmovým sportem tedy nespočívá v tom, že by jeden typ sportu byl psychologicky náročnější než druhý, ale v odlišném rozložení psychické zátěže, odpovědnosti a sociálních zdrojů podpory.

Výzkumná část

Empirická část příspěvku je koncipována jako kvalitativní průřezové šetření zaměřené na vztah mezi psychologickou přípravou, duševní rovnováhou a subjektivně vnímaným sportovním výkonem závodníků v karate. Výzkumné zaměření vychází z odborného předpokladu, že sportovní výkon v individuálním bojovém sportu nelze posuzovat pouze prostřednictvím fyzické připravenosti, technické úrovně a soutěžních zkušeností, protože do jeho stability významně vstupují také psychické faktory. U závodníků v karate se jedná především o motivaci, sebedůvěru, emoční regulaci, schopnost zvládat soutěžní tlak, kvalitu komunikace s trenérem a míru využívání psychologických metod v tréninkovém i soutěžním procesu. Výzkumná část proto navazuje na teoretická východiska práce a převádí je do empirického šetření, jehož cílem je zachytit, jak sportovci psychologickou přípravu vnímají, jak ji spojují se svým výkonem a jaké oblasti se ukazují jako významné pro praktickou práci v karate. Výzkum byl uspořádán jako pilotní fáze. Pilotní ověření proběhlo na souboru N = 19 respondentů a sloužilo výhradně ke kontrole srozumitelnosti položek, časové náročnosti administrace, organizační proveditelnosti sběru dat a vnitřní logiky dotazníku.

Cíle výzkumu, výzkumné otázky a hypotézy

Hlavním cílem empirické části příspěvku je analyzovat vztah mezi psychologickou přípravou, duševní rovnováhou a subjektivně vnímaným sportovním výkonem u závodníků v karate ve věku 16 až 25 let. Výzkumné zaměření vychází z odborného předpokladu, že výkon v karate nelze posuzovat pouze prostřednictvím fyzické kondice, technické vyspělosti a taktických dovedností, protože do soutěžního projevu sportovce významně vstupují také psychické faktory, zejména schopnost zvládat zátěž, udržet koncentraci, regulovat emoční napětí, pracovat se sebedůvěrou, využívat motivační zdroje a přijímat trenérskou zpětnou vazbu. Karate jako individuální bojový sport vytváří prostředí, v němž sportovec často nese bezprostřední odpovědnost za výkon, musí reagovat na proměnlivé soutěžní podmínky a současně zvládat tlak spojený s očekáváním výsledku, hodnocením rozhodčích, kontaktem se soupeřem nebo nutností přesného provedení techniky.

Empirická část proto nesleduje psychologickou přípravu pouze jako obecně deklarovanou složku tréninku, ale usiluje o zachycení jejího vztahu k výkonové stabilitě, duševní rovnováze, motivaci, komunikaci s trenérem, psychické pohodě a sebedůvěře sportovce. Dílčí cíle výzkumu zpřesňují hlavní výzkumný záměr a vytvářejí základ pro navazující formulaci výzkumných otázek i hypotéz. První dílčí cíl se zaměřuje na zjištění, jak závodníci v karate hodnotí význam psychologické přípravy v tréninkovém procesu a zda ji vnímají jako podstatnou součást sportovní přípravy, nikoli pouze jako doplňkovou nebo okrajovou oblast. Druhý dílčí cíl sleduje, zda psychologická příprava souvisí se subjektivně vnímanou výkonovou stabilitou, protože právě stabilita výkonu představuje ve sportu s vysokou mírou individuální odpovědnosti důležitý ukazatel schopnosti zvládat tlak a udržet kvalitu výkonu i v náročných situacích. Třetí dílčí cíl se vztahuje k vnitřní motivaci, která je významná pro dlouhodobé setrvání ve sportu, pravidelnou tréninkovou angažovanost, ochotu překonávat překážky a schopnost pracovat na vlastním rozvoji i v období stagnace nebo neúspěchu. Čtvrtý dílčí cíl se soustředí na komunikaci s trenérem, psychickou stabilitu a motivaci sportovce, protože kvalita komunikačního vztahu může ovlivňovat způsob, jak sportovec přijímá zpětnou vazbu, pracuje s chybou, zvládá nejistotu a rozumí požadavkům tréninkového procesu. Pátý dílčí cíl se zaměřuje na vztah mezi využíváním psychologických metod, psychickou pohodou a sebedůvěrou, protože právě konkrétní mentální postupy, například vizualizace, relaxace, dechové techniky, vnitřní dialog nebo práce se sportovním deníkem, mohou tvořit praktický most mezi teoreticky uznávaným významem psychologické přípravy a jejím reálným uplatněním v tréninku i soutěži.

První výzkumná otázka se vztahuje k tomu, jak závodníci v karate hodnotí význam psychologické přípravy jako součásti tréninkového procesu, přičemž její smysl spočívá v zachycení obecného postoje respondentů k psychologické složce sportovní přípravy.

Druhá výzkumná otázka se zaměřuje na to, zda psychologická příprava souvisí se subjektivně vnímanou výkonovou stabilitou, protože stabilní výkon v karate předpokládá nejen osvojenou techniku, ale také schopnost regulovat stres, pozornost a emoční aktivaci.

Třetí výzkumná otázka se zabývá vztahem mezi vnitřní motivací a hodnocením psychologické přípravy, jelikož sportovci s vyšší mírou vnitřní motivace mohou být otevřenější systematické práci na mentálních dovednostech a současně mohou psychologickou přípravu vnímat jako součást vlastního sportovního růstu.

Čtvrtá výzkumná otázka analyzuje vztah mezi kvalitou komunikace s trenérem, psychickou stabilitou a motivací sportovce, protože trenérská komunikace může významně formovat nejen výkonové nastavení, ale také jistotu, důvěru a schopnost zvládat tlak soutěžního prostředí.

Pátá výzkumná otázka doplňuje analytický rámec o vztah mezi frekvencí využívání psychologických metod, psychickou pohodou a sebedůvěrou, čímž umožňuje posoudit, zda konkrétní praktiky psychologické přípravy souvisejí s tím, jak sportovec hodnotí své psychické nastavení a vlastní výkonovou jistotu.

Výzkumný vzorek

Výzkumný soubor tvořili závodníci v karate ve věkovém rozmezí 16 až 25 let, kteří se aktivně věnovali tréninkové a soutěžní činnosti a měli přímou zkušenost se závodním prostředím. Věkové vymezení souboru bylo zvoleno s ohledem na charakter práce, protože období pozdní adolescence a mladé dospělosti představuje ve výkonovém sportu vývojově i sportovně významnou etapu, v níž se často zvyšují nároky na samostatnost, stabilitu výkonu, zvládání soutěžního tlaku a dlouhodobé rozhodování o pokračování ve sportovní kariéře. Do výzkumu byli zařazeni respondenti, kteří byli schopni samostatně reflektovat vlastní tréninkovou zkušenost, soutěžní zátěž, komunikaci s trenérem a využívání psychologické přípravy. Výběr měl záměrný charakter, protože empirická část nebyla zaměřena na obecnou populaci sportujících osob, ale na specifickou skupinu závodníků s přímou zkušeností z individuálního bojového sportu. Takto vymezený soubor odpovídá cíli práce, jelikož právě závodníci v karate mohou relevantně hodnotit vztah mezi psychologickou přípravou, duševní rovnováhou a subjektivně vnímaným sportovním výkonem.

Výzkumný nástroj

Pro standardizované měření motivace ve sportu byl vyvinut dotazník SMS, jehož původní verzi představili Pelletier et al. (1995) a jehož revidované znění validovali Pelletier et al. (2013).Výzkumným nástrojem byl strukturovaný dotazník vlastní konstrukce, který byl vytvořen na základě teoretických poznatků sportovní psychologie a zaměřen na oblasti psychologické přípravy, subjektivně vnímaného výkonu, motivace, komunikace s trenérem, využívání psychologických metod, psychické pohody a sebedůvěry.

Konstrukce dotazníku vycházela z odborného rámce příspěvku, nikoli z klinicko-diagnostického záměru. Výsledky dotazníku proto nelze interpretovat jako objektivní psychometrické měření osobnostních vlastností, míry úzkosti, mentální odolnosti nebo sportovní motivace, ale jako sebehodnotící výpovědi respondentů o jejich zkušenosti s psychologickou přípravou a soutěžním výkonem, kdy uvedené vymezení je metodologicky důležité, protože dotazník vlastní konstrukce může přinést užitečný orientační vhled do sledované oblasti, avšak nemůže bez plné validizace nahrazovat standardizované nástroje sportovní psychologie.

Před použitím v hlavním šetření byl dotazník předběžně ověřen v pilotní fázi na souboru N = 19 respondentů. Účelem pilotního ověření nebylo statistické testování hypotéz ani formulace hlavních závěrů příspěvku, ale posouzení srozumitelnosti položek, přiměřenosti formulací, časové náročnosti administrace a organizační proveditelnosti sběru dat. Pilotní fáze měla tedy kontrolní a přípravnou funkci, protože umožnila ověřit, zda respondenti rozumějí položkám v zamýšleném významu a zda dotazník odpovídá prostředí závodního karate.

Výsledky výzkumu

Výsledková část příspěvku vychází výhradně z pilotního souboru N = 19 kdy je používán jako zdroj výsledků, protože jeho metodologická funkce spočívala pouze v předběžném ověření srozumitelnosti položek, časové náročnosti administrace a organizační proveditelnosti sběru dat. Výsledky jsou uspořádány podle jednotlivých hypotéz, protože takové členění umožňuje sledovat přímou návaznost mezi výzkumnou otázkou, zvoleným statistickým postupem, tabulkovým přehledem, odbornou interpretací a následným využitím zjištění v návrhové části práce. U hypotézy H1 je použito deskriptivní vyhodnocení, protože tato hypotéza sleduje, zda závodníci v karate vnímají psychologickou přípravu jako významnou součást tréninkového procesu. U hypotéz H2 až H5 je využita korelační analýza, protože dané hypotézy se zaměřují na vztahy mezi psychologickou přípravou, výkonovou stabilitou, vnitřní motivací, komunikací s trenérem, psychickou pohodou, sebedůvěrou a využíváním psychologických metod. Rozlišení

deskriptivního a vztahového vyhodnocení je důležité proto, aby výsledky nebyly interpretovány jednotným způsobem tam, kde mají jednotlivé hypotézy odlišnou metodologickou povahu.
Interpretace výsledků je vedena s ohledem na průřezový charakter výzkumu a dotazníkovou povahu získaných dat. Korelační vztahy proto nejsou vykládány jako důkaz přímého kauzálního působení, nýbrž jako statisticky zachycené souvislosti mezi sledovanými oblastmi. Zjištění, že určité proměnné spolu souvisejí, například hodnocení psychologické přípravy a subjektivně vnímaná výkonová stabilita, neznamená samo o sobě, že jedna proměnná jednoznačně způsobuje druhou. Odborně přiměřená interpretace musí zohledňovat, že sportovní výkon v karate vzniká souběhem technických, fyzických, psychických, sociálních a situačních faktorů, a proto je nutné výsledky chápat jako podklad pro hlubší analýzu, nikoli jako zjednodušené tvrzení o přímém účinku jedné izolované proměnné.
Význam výsledkové části spočívá také v tom, že vytváří empirický základ pro navazující návrhová opatření. Zjištěné výsledky proto nejsou posuzovány pouze z hlediska statistické významnosti, ale také z hlediska praktické využitelnosti v tréninkovém procesu.
Odborně podstatné je zejména rozlišit, zda se psychologická příprava v souboru respondentů projevuje pouze jako obecně kladně hodnocená oblast, nebo zda se její význam ukazuje také ve vztahu k výkonové stabilitě, motivaci, komunikaci, psychické pohodě a sebedůvěře. Právě propojení výsledků s jejich následnou analýzou umožňuje formulovat návrhová opatření, která nebudou působit formálně, ale budou vycházet z konkrétních empirických souvislostí zjištěných u závodníků v karate.

Analýza výsledků a návrhová opatření

Empirická zjištění ukázala, že psychologická příprava je závodníky v karate vnímána jako významná součást tréninkového procesu, přičemž její vztah k výkonové stabilitě, vnitřní motivaci, psychické pohodě, sebedůvěře a trenérské komunikaci vytváří dostatečný základ pro formulaci cílených aplikačních doporučení.
Výchozím principem návrhové části je skutečnost, že psychologická příprava nemůže být v karate chápána pouze jako krátkodobá intervence před soutěží nebo jako pomocný prostředek využívaný až v situaci výkonového selhání. Výsledky výzkumu ukazují, že význam psychologické přípravy je širší, protože souvisí se stabilitou výkonu, schopností zvládat soutěžní tlak, sebedůvěrou, motivací a kvalitou vztahového prostředí mezi sportovcem a trenérem. Návrhová opatření proto musí směřovat k dlouhodobému a systematickému ukotvení psychologické přípravy v tréninkovém procesu, nikoli pouze k nahodilému doporučení vizualizace, dechových technik nebo sportovního deníku.
Odborně obhajitelný návrh musí vycházet z toho, že psychologická příprava je účinná především tehdy, jestliže je pravidelná, srozumitelná, přizpůsobená disciplíně, reflektovaná ve spolupráci s trenérem a propojená s konkrétními výkonovými cíli sportovce.
Empirické výsledky umožňují rozlišit tři základní roviny návrhových opatření. První rovinu tvoří individuální mentální příprava sportovce, která zahrnuje vizualizaci, dechovou regulaci, práci s vnitřním dialogem, stanovování cílů, sportovní deník a systematickou reflexi výkonu. Význam této roviny vyplývá zejména ze zjištění, že hodnocení psychologické přípravy pozitivně souviselo s výkonovou stabilitou, sebedůvěrou před závodem a zvládáním soutěžního tlaku. Druhou rovinu představuje trenérsko-komunikační prostředí, protože výsledky ukázaly výrazné vztahy mezi motivační podporou trenéra, kvalitou komunikace, psychickou stabilitou, vnitřní motivací a sebedůvěrou sportovce. Právě tato rovina je pro praxi mimořádně důležitá, protože psychologická příprava se v každodenním tréninku nepřenáší pouze prostřednictvím technik, ale také prostřednictvím způsobu, jakým trenér komunikuje, poskytuje zpětnou vazbu, pracuje s chybou a podporuje autonomii sportovce. Třetí rovinu tvoří klubový systém podpory, který má zajistit pravidelnost, organizační ukotvení, základní monitoring psychického stavu, vzdělávání trenérů a diferenciaci psychologické přípravy podle disciplíny kata a kumite.

Systematické začlenění psychologické přípravy do tréninkového cyklu

Systematické začlenění psychologické přípravy do tréninkového cyklu představuje jedno z klíčových návrhových opatření, protože výsledky výzkumu ukázaly pozitivní vztah mezi hodnocením psychologické přípravy a subjektivně vnímanou výkonovou stabilitou. Mentální trénink by proto neměl být využíván pouze nárazově, například bezprostředně před důležitou soutěží nebo až v situaci, kdy sportovec opakovaně selhává pod tlakem. Odborně vhodnější je dlouhodobé, pravidelné a tréninkově ukotvené zapojení psychologické přípravy, které odpovídá logice sportovní přípravy jako celku. Stejně jako se technika, kondice nebo taktika nerozvíjejí jednorázově, ale prostřednictvím opakovaného nácviku a postupného upevňování, také mentální dovednosti vyžadují pravidelnost, návaznost a průběžnou reflexi. Psychologická příprava se tak nemá stát mimořádnou intervencí určenou pouze pro krizové situace, nýbrž běžnou součástí tréninkového režimu, která pomáhá sportovci stabilizovat výkon, zvládat soutěžní tlak, pracovat s chybou a udržet důvěru ve vlastní schopnosti.

Do tréninkové praxe karate klubů lze zařadit krátké bloky psychologické přípravy dvakrát až třikrát týdně, aniž by došlo k výraznému narušení časové struktury běžného tréninku. Před technickou částí tréninku může být využita dechová regulace, krátké zaměření pozornosti a mentální nastavení na konkrétní výkonový úkol, například přesnost techniky, stabilitu postoje, kontrolu rytmu nebo práci s reakcí po chybě. Před nácvikem kumite může být vhodné zařadit krátkou vizualizaci taktických situací, v níž si sportovec představuje vstup do zápasu, práci se vzdáleností, reakci na soupeřův útok, obnovu koncentrace po bodové ztrátě nebo zachování taktického plánu při změně tempa. Po tréninku může následovat stručná reflexe výkonu do sportovního deníku, která by neměla být pouhým záznamem výsledku, ale měla by zahrnovat také hodnocení koncentrace, emočního napětí, využitých mentálních strategií, reakce na chybu a subjektivního pocitu výkonové stability. Výhodou tohoto modelu je nízká časová náročnost, snadná opakovatelnost a přímá návaznost na konkrétní tréninkové situace.

Rozdílné požadavky disciplín kata a kumite vyžadují, aby psychologická příprava nebyla nastavena jednotně pro všechny závodníky, ale aby respektovala charakter výkonu. U kata by měl být důraz kladen především na mentální představu celé pohybové sekvence, stabilizaci rytmu, práci s dechem, udržení pozornosti a zvládání anticipační úzkosti před nástupem. V této disciplíně je důležité, aby sportovec dokázal propojit technickou přesnost s vnitřní kontrolou, protože drobné narušení koncentrace se může projevit v rytmu, dynamice i celkové kvalitě sestavy. Vizualizace zde může sloužit k mentálnímu průchodu sestavou, k upevnění návaznosti jednotlivých prvků a k nácviku soutěžního provedení v podmínkách zvýšeného tlaku. U kumite by se psychologická příprava měla více zaměřovat na regulaci aktivační úrovně, práci s impulzivitou, zvládání kontaktu se soupeřem, rychlé zotavení po chybě, kontrolu frustrace a schopnost udržet taktickou pozornost při proměnlivém průběhu zápasu. Dechové techniky, krátké předzávodní rutiny a funkční vnitřní dialog zde mohou sportovci pomoci zabránit tomu, aby se nechal strhnout emocemi, tempem soupeře nebo okamžitým vývojem skóre.

Pravidelné začlenění psychologické přípravy do tréninkového cyklu má význam také z hlediska prevence výkonové nestability. Sportovec, který se s mentálními technikami setká pouze výjimečně, je v soutěžním tlaku často nedokáže použít automaticky a funkčně. Naopak opakovaný nácvik v běžném tréninku umožňuje, aby se dechová regulace, vizualizace, práce s pozorností, vnitřní dialog a krátká reflexe výkonu staly přirozenou součástí sportovcova repertoáru. Mentální příprava má proto být plánována podobně jako ostatní složky tréninku, tedy s ohledem na přípravné období, soutěžní období, regenerační fázi a individuální potřeby závodníka. V přípravném období může být větší prostor pro osvojování technik a práci se sportovním deníkem, zatímco v soutěžním období je vhodné zaměřit se na krátké, prakticky použitelné postupy, které sportovec zvládne využít před výkonem, mezi zápasy nebo bezprostředně po chybě. Systematické zařazení psychologické přípravy tak podporuje nejen

samotný výkon, ale také dlouhodobou seberegulaci, větší samostatnost sportovce a schopnost přenášet mentální dovednosti z tréninku do soutěžního prostředí.

Limitace výzkumu

Výzkum přináší relevantní poznatky o vztahu psychologické přípravy, vnitřní motivace, trenérské komunikace, psychické pohody, sebedůvěry a subjektivně vnímané výkonové stability u závodníků v karate, avšak interpretace jeho závěrů musí respektovat několik metodologických omezení. Limitace nejsou oslabujícím prvkem příspěvku, nýbrž nezbytnou součástí odborného výkladu, protože přesně vymezují rozsah platnosti zjištění a brání nepřiměřenému zobecňování výsledků mimo rámec sledovaného souboru. U kvalitativního dotazníkového šetření zaměřeného na psychologické aspekty sportovní přípravy je uvedení limitací zvláště důležité, jelikož sledované proměnné, například motivace, sebedůvěra, psychická pohoda nebo vnímaná stabilita výkonu, mají subjektivní povahu a mohou být ovlivněny aktuálním rozpoložením sportovce, jeho předchozí zkušeností, sociálním prostředím i způsobem, jakým rozumí vlastnímu sportovnímu výkonu. Přesné vymezení limitů proto umožňuje interpretovat výsledky věcně, přiměřeně a v souladu s metodologickou povahou výzkumu.První omezení souvisí se záměrným výběrem respondentů, kdy výzkumný soubor nevznikl náhodným výběrem z celé populace závodníků karate, ale byl vytvořen na základě dostupnosti respondentů, kteří splňovali kritéria výzkumu, aktivně se věnovali karate, měli zkušenost se závodní činností a nacházeli se ve věkovém rozmezí 16 až 25 let. Zvolený způsob výběru byl vzhledem k zaměření práce prakticky opodstatněný, protože umožnil oslovit specifickou skupinu sportovců s přímou zkušeností z individuálního bojového sportu, avšak současně omezuje možnost zobecnit zjištění na všechny karatisty, všechny věkové kategorie, rekreační sportovce, začátečníky nebo závodníky odlišné výkonnostní úrovně. Nejvyšší vypovídací hodnotu mají proto výsledky ve vztahu k mladým závodníkům karate, kteří již disponují soutěžní zkušeností a jsou schopni samostatně reflektovat vlastní psychologickou přípravu, motivaci, komunikaci s trenérem a subjektivně vnímaný výkon.

Druhé omezení představuje použití dotazníku vlastní konstrukce, kdy dotazník byl vytvořen na základě teoretických východisek sportovní psychologie, tematicky odpovídal zaměření příspěvku a před hlavním šetřením prošel pilotním ověřením na souboru N = 19 respondentů, avšak nejedná se o plně standardizovaný a psychometricky validovaný nástroj. Nebyla ověřena reliabilita jednotlivých škál, faktorová struktura, konstruktová validita ani srovnatelnost výsledků s etablovanými nástroji sportovní psychologie. Výsledky proto nelze interpretovat jako objektivní psychodiagnostické měření soutěžní úzkosti, mentální odolnosti, motivace nebo osobnostních vlastností, ale jako subjektivní sebehodnotící výpovědi respondentů o jejich zkušenosti s psychologickou přípravou, trenérskou komunikací a výkonovou stabilitou. Pilotní ověření zvýšilo srozumitelnost a organizační připravenost dotazníku, avšak samo o sobě nepředstavuje důkaz psychometrické validity nástroje.

Třetí omezení souvisí se sebehodnotící povahou získaných dat, kdy respondenti hodnotili vlastní motivaci, psychickou pohodu, sebedůvěru, komunikaci s trenérem, využívání psychologických metod i subjektivně vnímanou stabilitu výkonu. Sebehodnocení je v psychologickém výzkumu legitimním zdrojem dat, protože umožňuje zachytit vnitřní prožívání sportovce, avšak zároveň může být ovlivněno řadou zkreslení. Odpovědi mohly být ovlivněny aktuální náladou, nedávným soutěžním úspěchem nebo neúspěchem, mírou únavy, vztahem k trenérovi, paměťovým zkreslením, snahou prezentovat se pozitivně nebo obavou přiznat psychickou nejistotu. V prostředí výkonového sportu může být navíc psychická stabilita vnímána jako žádoucí součást sportovní identity, což může zvyšovat tendenci některých respondentů nadhodnocovat vlastní odolnost, motivaci nebo spokojenost s tréninkovým prostředím. Objektivitu výkladu by posílilo doplnění dat o trenérské hodnocení, opakované měření, tréninkovou dokumentaci, soutěžní výsledky nebo kvalitativní rozhovory se sportovci.

Závěr

Tento příspěvek se zaměřil na psychologickou přípravu a duševní rovnováhu sportovce ve vztahu ke sportovnímu výkonu v karate. Zvolená tematika vychází z předpokladu, že sportovní výkon nelze vysvětlit pouze prostřednictvím fyzické kondice, technické úrovně, taktických dovedností a tréninkové praxe, protože do jeho kvality významně vstupují také psychické faktory. V karate, které spojuje individuální odpovědnost, technickou přesnost, rychlé rozhodování, kontakt se soupeřem, disciplínu a tlak soutěžního hodnocení, nabývají psychologické aspekty výkonu zvláštní důležitosti.

Cílem příspěvku bylo analyzovat vztah psychologické přípravy, duševní rovnováhy a subjektivně vnímaného sportovního výkonu u závodníků v karate a na základě teoretických i empirických zjištění formulovat návrhová opatření využitelná v tréninkové praxi.

Teoretická část práce vymezila sportovní psychologii jako interdisciplinární obor, který propojuje poznatky psychologie, fyziologie, pedagogiky, neurověd, sociologie, medicíny a dalších disciplín. Uvedené pojetí umožnilo chápat sportovní výkon jako komplexní jev, ve kterém se propojuje tělesná připravenost, technika, taktika, motivace, emoční regulace, koncentrace, sebedůvěra, psychická odolnost a kvalita sportovního prostředí. Práce dále popsala postavení sportovního psychologa v přípravě sportovce, význam mentálních dovedností, roli trenéra a důležitost komunikace v tréninkovém procesu. Zvláštní pozornost byla věnována psychickým faktorům ovlivňujícím výkon v karate, zejména rozdílům mezi kata a kumite. Kata byla vymezena jako disciplína náročná na koncentraci, rytmus, přesnost, vnitřní kontrolu a zvládání tlaku na bezchybný výkon, zatímco kumite bylo popsáno jako disciplína vyžadující anticipaci soupeře, rychlé rozhodování, regulaci impulzivity, zvládání kontaktu a adaptaci na proměnlivý průběh zápasu.

Empirická část příspěvku byla koncipována jako kvalitativní průřezové šetření. Pilotní ověření na souboru N = 19 sloužilo výhradně ke kontrole srozumitelnosti položek, časové náročnosti administrace a organizační proveditelnosti sběru dat. Data byla zpracována pomocí popisné statistiky a Spearmanova koeficientu pořadové korelace, což odpovídalo charakteru dotazníkových položek a výzkumných hypotéz.

Výsledky ukázaly, že závodníci ve věku 16 až 25 let vnímají psychologickou přípravu jako významnou součást tréninkového procesu. Hypotéza H1 byla podpořena, protože všechny sledované položky dosáhly mediánu 4 a podíl souhlasných odpovědí překročil stanovenou hranici 60 %. Výsledek naznačuje, že psychologická příprava není sportovci vnímána pouze jako okrajový nebo krizový doplněk, ale jako oblast, která má v závodním karate své místo. Závodníci ji spojují nejen s obecným tréninkovým významem, ale také s mentálním tréninkem, vizualizací, soutěžní připraveností a schopností odlišit se od soupeřů.

Seznam použité literatury

BEHNCKE, L. (2004). Mental skills training for sports: A brief review. *Athletic Insight*, 6(1), 1–15.

BIRRER, D., & MORGAN, G. (2010). Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20(S2), 78–87.

CARRON, A. V., & EYS, M. A. (2012). *Group Dynamics in Sport* (4th ed.). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

COX, R. H. (2012). *Sport Psychology: Concepts and Applications* (7th ed.). New York: McGraw-Hill.

GOULD, D. (2016). Reflections on the current status of applied sport psychology. *Journal of Sport Psychology in Action*, 7(1), 1–11.

GUSTAFSSON, H., DEFRANCE, T., & MADIGAN, D. J. (2017). Athlete burnout: Review and recommendations. *Current Opinion in Psychology*, 16, 109–113.

HARDY, L., JONES, G., & GOULD, D. (1996). *Understanding Psychological Preparation for Sport: Theory and Practice of Elite Performers*. Chichester: Wiley.
JOWETT, S., & COCKERILL, I. M. (2003). Olympic medallists' perspective of the athlete–coach relationship. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 313–331.
NIDEFFER, R. M. (1976). Test of attentional and interpersonal style. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34(3), 394–404.
PAIN, M. A., & HARWOOD, C. G. (2004). Knowledge and perceptions of sport psychology within English soccer. *Journal of Sports Sciences*, 22(9), 813–826.
PELLETIER, L. G., FORTIER, M. S., VALLERAND, R. J., TUSON, K. M., BRIÈRE, N. M., & BLAIS, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 35–53.
PELLETIER, L. G., ROCCHI, M. A., VALLERAND, R. J., DECI, E. L., & RYAN, R. M. (2013). Validation of the revised Sport Motivation Scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(3), 329–341.
SLEPIČKA, P., HOŠEK, V., & HÁTLOVÁ, B. (2010). *Psychologie sportu* (3. vyd.). Praha: Karolinum.
WEINBERG, R. S., & GOULD, D. (2019). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (7th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

ARTETERAPIE V SOCIÁLNÍ PRÁCI ANEB CESTA K PSYCHICKÉ STABILITĚ DĚTÍ Z OHROŽENÝCH RODIN

ART THERAPY IN SOCIAL WORK OR THE PATH TO MENTAL STABILITY FOR CHILDREN FROM VULNERABLE FAMILIES

Eva Hegarová
PaedDr. Mgr., PhD., DT
ORCID: https://orcid.org/ 0009-0001-6820-5526
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti,
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha,
Česká republika
eva.hegarova@seznam.cz

Marie Beníčková
PaedDr. Mgr., Ph.D., DT
ORCID: https://orcid.org/0009-0008-8361-5487
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti,
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha,
Česká republika
mariebenickova@seznam.cz

Abstrakt: Článek se zabývá propojením sociální práce a arteterapie jako specifického nástroje psychologické podpory dětí z ohrožených rodin. Vychází z předpokladu, že děti vyrůstající v rizikovém prostředí čelí zvýšenému riziku traumatizace, sociální izolace a poruch emoční regulace. Sociální práce plní roli ochrannou i podpůrnou a arteterapie nabízí kreativní prostředky k vyjádření emocí i zpracování obtížných zkušeností. Zaměřujeme se na psychologické aspekty arteterapie, na její vliv na rozvoj resilience, sebevědomí a schopnosti komunikace. Uvádíme příklady využití arteterapie v praxi sociálních služeb a důraz klademe na multidisciplinární spolupráci mezi sociálními pracovníky, psychology a terapeuty. Na závěr arteterapii představujeme jako perspektivní metodu, která významně přispívá k psychické stabilitě a sociální integraci ohrožených dětí.

Klíčová slova: arteterapie; děti z ohrožených rodin; psychologická podpora; sociální práce; sociální služby.

Abstract: This article examines the connection between social work and art therapy as a specific tool for the psychological support of children from at-risk families. It is based on the assumption that children growing up in high-risk environments face an increased risk of trauma, social isolation, and emotional regulation disorders. Social work plays both a protective and supportive role, while art therapy offers creative means to express emotions and process difficult experiences. This article focuses on the psychological aspects of art therapy, particularly its impact on the development of resilience, self-confidence, and communication skills. It provides examples of the use of art therapy in social services practice and emphasizes multidisciplinary collaboration between social workers, psychologists, and therapists. In conclusion, art therapy is presented as a promising method that significantly contributes to the psychological stability and social integration of at-risk children.

Keywords: art therapy; children from at-risk families; psychological support; social work; social services.

Úvod

Děti vyrůstající v ohrožených rodinách představují jednu z nejzranitelnějších skupin klientů sociálních služeb. Čelí zvýšenému riziku zanedbávání, domácího násilí, chudoby a sociální izolace, která se často odráží v jejich psychickém vývoji a schopnosti navazovat zdravé vztahy. Sociální práci zaměřujeme na zajištění základních životních potřeb a na podporu psychické stability i rozvoj osobnosti dítěte. V tomto kontextu více uplatňujeme arteterapie, která využívá výtvarný projev jako prostředek sebepoznání, komunikace a zpracování traumatických zkušeností.

Arteterapie dává dětem bezpečný prostor, kde mohou prostřednictvím kresby, malby či modelování vyjádřit pocity, které by jinak zůstaly skryté. Psychologický rozměr této metody spočívá v podpoře emoční regulace, posílení sebevědomí a rozvoji resilience, schopnosti zvládat obtížné životní situace. Propojení sociální práce a arteterapie tak vytváří multidisciplinární přístup, který dokáže efektivně reagovat na komplexní potřeby ohrožených dětí.

Sociální práce s dětmi z ohrožených rodin

Sociální práce představuje komplexní systém podpory, jehož cílem je chránit a rozvíjet potenciál jednotlivců i skupin, které se nacházejí v nepříznivé životní situaci. Děti z ohrožených rodin patří mezi nejrizikovější klienty, protože jejich vývoj je často narušen faktory, jako jsou chudoba, zanedbávání, domácí násilí, závislosti rodičů či sociální izolace. Uvedené podmínky mohou vést k psychickým obtížím, problémům v chování a snížené schopnosti navazovat zdravé mezilidské vztahy (Matoušek a kol., 2010). Podle mezinárodní definice (International Federation of Social Workers, 2014) je sociální práce profesí založenou na praxi a akademické disciplíně, která podporuje sociální změnu, rozvoj a posílení postavení lidí, které je u zranitelných dětí klíčové.

Úkolem sociální práce je intervenovat v krizových situacích a dlouhodobě podporovat dítě v jeho osobnostním a sociálním rozvoji. Sociální pracovníci se zaměřují na posílení ochranných faktorů, které mohou zmírnit negativní dopady rizikového prostředí. Například podpora školní docházky, rozvoj volnočasových aktivit, posílení rodinných vazeb či zajištění bezpečného prostředí (Matoušek, 2013; Musil, 2014; Navrátil, 2001). V souladu s Metodickým doporučením MPSV (2009) je nezbytné k ohrožené rodině přistupovat individualizovaně a s ohledem na specifické potřeby nezletilých dětí, u kterých může dojít k deprivačním syndromům (Matějček, 2007).

V kontextu včasné intervence a stabilizace dětí z ohrožených rodin je klíčové zaměřit se na systémové uchopení prevence, jak jej ve své monografii *Sociálna prevencia a príprava sociálnych pracovníkov v oblasti prevencie sociálno-patologických javov* vymezuje Budayová (2019). Autorka poukazuje na nezastupitelnou roli sociálních pracovníků při identifikaci rizikových faktorů v rodinném prostředí a podrobně analyzuje mechanismy primární a sekundární prevence. Preventivní kroky mají ochranný charakter a jejich primárním cílem je zajištění optimálních podmínek pro komplexní tělesný, psychický i sociální vývin jedince. Budayová (2019) v této souvislosti akcentuje potřebu cílené práce s rodinným systémem jako celkem. Přístup je nezbytným předpokladem pro eliminaci chronického stresu a předcházení sekundární traumatizaci dětí. Efektivní sociální prevence by měla u dětí systematicky rozvíjet kritické myšlení a mechanismy zvládání zátěže.

Navrátil (2001) zdůrazňuje, že sociální práce je založena na kombinaci teorie a praktických metod, které mají za cíl podporovat klienty při zvládání obtížných životních situací. Podle něj je důležité, aby sociální pracovník dokázal propojit individuální pomoc s širším sociálním kontextem, a přispíval k prevenci sociálních problémů. Důležitou součástí práce s ohroženými dětmi je multidisciplinární spolupráce. Sociální pracovníci působí v tandemu s psychology, pedagogy, zdravotníky a terapeuty, aby byla zajištěna komplexní péče. V tomto kontextu se

otevírá prostor pro využití arteterapie jako specifického nástroje, který dokáže propojit sociální a psychologickou rovinu podpory.

Arteterapie jako nástroj psychologické podpory

Arteterapie představuje specifickou formu psychologické podpory, která využívá tvůrčí proces jako prostředek k vyjádření emocí a vnitřních prožitků. Díky výtvarné činnosti mohou dětí z ohrožených rodin bezpečně ventilovat napětí, zpracovávat traumatické zkušenosti a posilovat svou sebedůvěru. Tvůrčí aktivity podporují rozvoj fantazie, komunikačních dovedností a schopnost hledat nové způsoby řešení problémů. Arteterapie funguje jako prostředek uvolnění, jako nástroj dlouhodobé psychické stabilizace a prevence sociálně patologických jevů. V odborné literatuře Šicková-Fabrici (2002) vyzdvihuje, že arteterapie je účinným prostředkem psychologické podpory, protože umožňuje klientům vyjádřit pocity a prožitky, které by jinak zůstaly skryté. Tvůrčí proces pomáhá uvolnit napětí, posílit sebevědomí a přispívá k celkové psychické stabilitě.

Na nutnost propojení sociálních služeb s bezprostřední krizovou intervencí a psychosociální pomocí v situacích rodinné krize upozorňuje Šimek (2025). Podle něj rodinná dysfunkce a akutní stres paralyzují běžné komunikační mechanismy členů rodiny. Krizové stavy následně vyžadují specifické odborné přístupy zaměřené na stabilizaci psychického stavu zasažených jedinců. Šimek (2025) v této souvislosti zdůrazňuje, že efektivní psychosociální pomoc musí klientům nabídnout bezpečné kanály pro vyjádření a ventilaci prožívané úzkosti i vnitřního napětí. Teoretický rámec krizové intervence přímo obhajuje implementaci expresivních a kreativních metod, jako je právě arteterapie. V kontextu sociální práce funguje jako prostředek stabilizace pro ohrožené děti a představuje bezpečné prostředí pro neverbální externalizaci traumatických zážitků, které by byly prostřednictvím klasického rozhovoru jen obtížně komunikovatelné.

Arteterapie vnímáme jako komplexní metodu psychologické podpory, která propojuje kreativní proces s terapeutickými cíli. Šicková-Fabrici (2002) zdůrazňuje, že arteterapie pomáhá klientům rozvíjet osobnost, posilovat sebevědomí a nacházet nové způsoby zvládání obtížných životních situací. Malchiodi (2012) doplňuje, že tvůrčí činnost umožňuje vyjádřit nevědomé obsahy a zpracovat traumatické zkušenosti, které vedou k posílení psychické odolnosti. Oba autoři se shodují, že arteterapie má význam nejen v klinické psychologii, ale i v sociální práci, kde podporuje děti i dospělé v hledání cesty k psychické stabilitě a odolnosti.

Význam arteterapie v sociální práci spočívá také v její preventivní funkci. Kreativní činnost pomáhá dětem rozvíjet pozitivní způsoby zvládání stresu a konfliktů a snižuje riziko vzniku sociálně patologických jevů např. agrese, závislosti nebo únikové chování. Arteterapie podporuje individuální psychickou odolnost a přispívá i k posilování sociálních vazeb i schopnosti spolupracovat s ostatními. V kontextu sociální práce je proto vnímána jako nástroj, který propojuje psychologickou podporu s praktickou prevencí.

Výzkumné šetření

Výzkumné šetření bylo realizováno jako kvalitativní výzkumná studie využívající design vícenásobné případové studie. Hlavním cílem bylo prozkoumat možnosti a limity arteterapeutických technik při stabilizaci psychického stavu a rozvoji sociálních dovedností u dětí z rizikového rodinného prostředí.

Pro dosažení cíle výzkumu byly stanoveny následující výzkumné otázky:

VO1: Jaké změny v oblasti prožívané úzkosti a emoční regulace lze pozorovat u vybraných dětí v průběhu arteterapeutické intervence?

VO2: Jakým způsobem se skupinová forma arteterapie odráží v komunikačních schopnostech a sociální integraci těchto dětí v kolektivu?

Metody sběru dat zahrnovaly zúčastněné pozorování výzkumníka v průběhu jednotlivých sezení zaměřené na chování, míru rigidity a zapojení do skupiny. Také obsahovou a formální analýzu výtvarných produktů dětí, které byly hodnoceny podle standardizovaných kritérií, jako jsou využití plochy, linie, barevná paleta a tematický obsah v souladu s metodikou Šickové-Fabrici (2002), a v neposlední řadě polostrukturované rozhovory s klíčovými osobami, konkrétně s pedagogy a rodiči, realizované před zahájením a po ukončení intervence, které sloužily k triangulaci dat a ověření přenosu změn do běžného života dětí.
Vzhledem k tomu, že výzkumný soubor tvořili nezletilí klienti pocházející z ohrožených rodin, byl striktně dodržen etický rámec výzkumu. Před zahájením šetření byl od všech zákonných zástupců získán písemný informovaný souhlas. Účast dětí byla plně dobrovolná. V textu je důsledně uplatněna anonymizace – veškerá jména a identifikační údaje dětí i organizace byly pozměněny, aby bylo chráněno soukromí zúčastněných.
Výzkumné šetření bylo zaměřeno na skupinu čtyř dětí ve věku 8–12 let (označených jako Klient A, B, C a D), které pocházely z ohrožených rodin. Tři z nich vyrůstaly v prostředí s nízkým socioekonomickým statusem, kde se potýkaly s nezaměstnaností rodičů a finančními problémy, jedno dítě žilo v rodině s rodičem závislým na alkoholu. Společným znakem všech účastníků byla zvýšená úzkostnost, nízká sebedůvěra, problémy v kolektivu a obtíže s koncentrací, což negativně ovlivňovalo jejich školní výkon i celkovou psychickou pohodu.
Intervence probíhala formou 12 pravidelných týdenních arteterapeutických sezení (každé v délce 90 minut) vedených sociálním pracovníkem s odborným arteterapeutickým výcvikem.
Děti se účastnily strukturovaných skupinových aktivit, které zahrnovaly malbu prsty a na velký formát zaměřenou na uvolnění motorického i psychického napětí, tvorbu mandal pro podporu koncentrace a vnitřní integrace a také práci s hlínou, která je vhodná pro externalizaci agresivních impulzů a ventilaci skrytých traumat. Zmíněné techniky jim umožnily vyjadřovat emoce neverbálně a postupně nacházet pocit bezpečí. Skupinová dynamika navíc podporovala spolupráci, sdílení a vzájemnou podporu mezi dětmi.
Výsledky analýzy dat ukázaly, že arteterapie měla pozitivní vliv na psychickou stabilitu účastníků. Při formální analýze výtvarných prací byl u všech dětí zaznamenán posun: zpočátku rigidní, silné, úzkostné linie a preference tmavých, chladných tónů byly v druhé polovině intervence vystřídány uvolněnější kompozicí a pestřejší chromatickou škálou s jasnějšími barvami. Posun ve výtvarném projevu tak indikuje snížení vnitřního napětí a úzkosti. Výstupy z rozhovorů s učiteli a rodiči potvrdily transfer těchto změn do každodenní reality. U tří klientů bylo zjištěno snížení projevů školní úzkosti a zlepšení schopnosti koncentrace při vyučování. V oblasti sociálních dovedností se projevila větší jistota při komunikaci s vrstevníky a snížení konfliktů v kolektivu. Arteterapie se tak projevila jako efektivní stabilizační nástroj.

Diskuse

Výzkumné šetření ukázalo, že arteterapie je v sociální práci účinným prostředkem podpory psychické stability dětí z ohrožených rodin. Všichni čtyři účastníci vykazovali na začátku zvýšenou úzkostnost, nízkou sebedůvěru a obtíže v kolektivu. Pravidelná arteterapeutická sezení dětem umožnila ventilovat emoce, které jinak nedokázali pojmenovat, a postupně se naučili hledat bezpečný způsob sebevyjádření, což potvrzuje i Malchiodi (2012), podle které jsou neverbální formy komunikace a práce s výtvarným materiálem pro děti v zátěžových situacích přístupnější a bezpečnější než klasický verbální rozhovor, který může aktivovat obranné mechanismy Důležitým zjištěním je také role skupinové dynamiky. Děti se učily spolupracovat, respektovat tvorbu druhých a sdílet vlastní zkušenosti. Proces měl tak pozitivní vliv nejen na jejich sociální dovednosti, ale i na posílení pocitu sounáležitosti. Zvláště u dětí z rodin s nízkým socioekonomickým statusem se ukázalo, že možnost tvořit v bezpečném prostředí a získat pozitivní zpětnou vazbu od vrstevníků významně přispívá k jejich sebevědomí. To plně koresponduje s pojetím rozvoje resilience podle Šickové-Fabrici (2002).

Je třeba zdůraznit, že arteterapie sama o sobě není univerzálním řešením komplexních sociálních problémů. Její efektivita závisí na pravidelnosti, kontinuitě a přímém propojení s dalšími formami sociální podpory a případové práce V případě dítěte z rodiny s rodičem závislým na alkoholu bylo patrné, že arteterapie sice pomohla zmírnit symptomatickou úzkost a posílit sebevyjádření, ale dlouhodobá stabilizace klienta vyžaduje komplexní zásah zahrnující intenzivní sociální práci s celým rodinným systémem a koordinaci s dalšími odborníky v rámci multidisciplinárního týmu (Matoušek, 2013). Diskuse tedy potvrzuje, že arteterapie je cenným nástrojem sociální práce a nejlépe funguje jako součást širší, provázané podpůrné strategie.

Závěr

Výzkumná případová studie potvrdila, že arteterapie představuje významný a komplementární nástroj sociální práce při podpoře psychické stability dětí z ohrožených rodin. U sledovaného souboru dětí se prokázalo, že cílená arteterapeutická intervence přispívá ke snížení úzkosti, posílení internalizovaného pocitu bezpečí a rozvoji schopnosti adekvátního sebevyjádření. Děti, které na počátku vykazovaly nízkou sebedůvěru a izolaci, získaly prostřednictvím kreativního procesu větší jistotu v interakci. Zásadní roli sehrála skupinová forma práce, která vytvořila přirozený prostor pro nácvik kooperace, empatie a posílení sociálních kompetencí. Tím se posílily individuální psychické zdroje dětí a jejich schopnost fungovat ve školním i vrstevnickém kolektivu. Arteterapie představuje jedinečný způsob, jak propojit tvůrčí proces s psychosociální podporou. V kontextu dětí z ohrožených rodin pomáhá tato metoda překonávat komunikační bariéry tam, kde slova selhávají. Její integrace do praxe sociálních služeb má významný preventivní i terapeutický potenciál, protože propojováním psychologického a sociálního rozměru pomáhá minimalizovat rizika sociálního vyloučení a podporuje zdravý osobnostní vývoj dětí vyrůstajících v nepříznivých životních podmínkách.

Bibliografie

Budayová, Z. (2019). *Sociálna prevencia a príprava sociálnych pracovníkov v oblasti prevencie sociálno-patologických javov*. Vysoká škola zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety.
International Federation of Social Workers. (2014). *Global Definition of Social Work*. Bern: IFSW. Dostupné z: https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work
Malchiodi, C. A. (2012). *The Handbook of Art Therapy*. New York: Guilford Press.
Matějček, Z. (2007). *Psychologie nemocných a zdravotně postižených dětí*. Praha: H+H.
Matoušek, O. (2013). *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál.
Matoušek, O., Jozífková, E., Pazlarová, H., & Dziamová, V. (2010). Ohrožené rodiny a dětí: přehled protektivních a rizikových faktorů. *Fórum sociální politiky*, 4(3), 2–8.
Ministerstvo práce a sociálních věcí. (2009). *Metodické doporučení č. 9/2009 k sociální práci s ohroženou rodinou*. Praha: MPSV.
Musil, L. (2014). *Profese sociální práce v ČR*. Brno: Masarykova univerzita.
Navrátil, P. (2001). *Teorie a metody sociální práce*. Brno: Doplněk.
Šicková-Fabrici, J. (2002). *Arteterapia: Teória, metódy a prax*. Bratislava: Iris.
Šimek, V. (2025). Problémové chování ve školním prostředí jako výzva pro vzdělávací praxi a systémovou transformaci. Eastern University of Management and Education Inc. ISBN 978-80-909497-0-6.

PILOTNÁ ŠTÚDIA SOCIÁLNYCH KOMPETENCIÍ A ČŔT TEMNEJ TRIÁDY OSOBNOSTI ADOLESCENTOV

PILOT STUDY OF SOCIAL COMPETENCE AND DARK TRIAD TRAITS OF PERSONALITY OF ADOLESCENTS

Ondrej Hronský
Mgr, doktorand
ORCID: https://orcid.org/0009-0007-2229-9364
Paneurópska vysoká škola, Fakulta psychológie
Tomášikova 20, Bratislava 82102
xhronsky@paneurouni.com

Abstrakt: V článku predostierame pilotný výskum vzťahov sociálnych kompetencií a čŕt temnej triády osobnosti v populácii adolescentov. Črty temnej triády – machiavelizmus, psychopatia a narcizmus, predstavujú sociálne averzívne osobnostné charakteristiky so skutočnými implikáciami na medziľudské interakcie. Sociálne kompetencie sú na druhej strane zručnosti, ktoré ľudia využívajú v ich v rozširovaní a budovaní sociálnych vzťahov. Výskum sme realizovali na 45 adolescentoch (19 chlapcov, 26 dievčat) z bratislavského gymnázia. Zvolili sme dotazníkovú metódu zberu dát. Významné vzťahy sme identifikovali pri dimenzii machiavelizmu a prevzatia perspektívy, počúvania. Psychopatia podľa našich zistení tiež významne súvisí s prevzatím perspektívy, počúvaním, sebakontrolou a nepriamou pozornosťou k sebe. Pri narcizme konštatujeme tri významné vzťahy so sebakontrolou, emocionálnou stabilitou a sebaprezentáciou. Diskutujeme o možných vysvetleniach týchto zistení, ale tiež o dôsledkoch vyplývajúcich z nášho výskumu. Uvádzame aj limitácie štúdie, ako aj ďalšie výskumné možnosti v tejto oblasti.

Kľúčové slová: sociálne kompetencie, temná triáda, adolescencia

Abstract: This article presents a pilot study examining the relationships between social competencies and the traits of the Dark Triad in an adolescent population. The Dark Triad traits—machiavellianism, psychopathy, and narcissism—represent socially aversive personality characteristics with real implications for interpersonal interactions. In contrast, social competencies refer to the skills individuals use to initiate, develop, and maintain social relationships. The study was conducted on a sample of 45 adolescents (19 boys, 26 girls) from a secondary school in Bratislava. A questionnaire method of data collection was employed. Significant associations were identified between machiavellianism and the dimensions of perspective-taking and listening. Psychopathy was also found to be significantly related to perspective-taking, listening, self-control, and indirect self-awareness. In the case of narcissism, three significant relationships were observed with self-control, emotional stability, and self-presentation. Possible explanations for these findings are discussed, along with their broader implications. The study's limitations are acknowledged, and directions for future research in this area are proposed.

Keywords: social competence, dark triad, adolescence

Úvod

Sociálne kompetencie a črty temnej triády sú konštrukty, ktoré sú v posledných dekádach pomerne často skúmané. Výskumníkov zaujímajú súvislosti medzi osobnostnými črtami a sociálnymi zručnosťami adolescentov. V našom pilotnom výskume sme sa zamerali na

relatívne malú vzorku adolescentov z neklinickej populácie. Keďže adolescencia je obdobím frekventovaných zmien vo viacerých oblastiach jednotlivca, sú črty temnej triády a sociálne kompetencie aktuálnymi výskumnými témami.

Teoretické východiská riešenej problematiky

Adolescenti sú jednotlivci v mimoriadne náročnom vývinovom štádiu človeka, ktorí viackrát prechádzajú turbulentnými obdobiami. Charakteristické sú fyziologické, sociálne a v neposlednom rade aj psychologické zmeny. V adolescentnom veku jednotlivci dozrievajú jednak sexuálne, s čím veľmi blízko súvisí funkcia endokrínnej sústavy. Intenzívny je tiež sociálny vývin, pričom je typická vyššia potreba nezávislosti od rodičovskej kontroly a autonómie v rozhodovaní za seba. V rámci psychologického vývinu sú značné zmeny v emocionálnom prežívaní a kognitívnych funkciách. Čo sa týka vekového vymedzenia, vychádzame z periodizácie Svetovej zdravotníckej organizácie (2001), ktorá adolescentov definuje vo vekovom rozmedzí 10 až 19 rokov.

Spomenuli sme sociálny vývin, pri ktorom sa okrem vzťahov s najbližšou rodinou formujú intenzívne vrstovnícke väzby. Sociálnymi kompetenciami označuje Kanning (2009) schopnosti a zručnosti jednotlivca funkčne existovať v spoločenských vzťahoch, využívať v nich rôzne stratégie a nadobudnuté zvyky. V užšom vymedzení je sociálna kompetencia potenciál správať sa istým spôsobom v sociálnej interakcii. Prevzatie perspektívy znamená vnímať svet očami druhého človeka (Galinsky et al., 2005). Počúvaním rozumieme komunikačnú stratégiu, schopnosť počúvať potreby a postoje s toleranciou a rešpektom. Schopnosť presadiť sa vnímame ako dispozíciu človeka vypočuť si druhú stranu, prijať jej názor, vyjadriť ten svoj a vyvodiť kompromisné riešenie. Extraverzia je schopnosť aktívne vyhľadávať a iniciovať sociálne interakcie pomocou komunikatívnosti a energickosti (Kanning, 2009). Jednotlivec, ktorý disponuje sebakontrolou, chápe svoje možnosti regulovať a nasmerovať svoje správanie v závislosti od cieľov alebo hodnôt (Li et al., 2019). Emocionálna stabilita predstavuje náladu bez prílišných výkyvov (Bubić & Ivanišević, 2016). Sebaprezentácia znamená schopnosť vystupovať pred inými tak, ako chceme, aby nás vnímali (Leary & Allen, 2011). Nepriamou pozornosťou k sebe jednotlivec reflektuje svoje vlastné správanie podľa reakcií komunikačných partnerov (Kanning, 2009).

Črty temnej triády osobnosti predstavujú tri sociálne averzívne osobnostné črty – machiavelizmus, psychopatia a narcizmus (Paulhus & Williams, 2002). Typickým znakom machiavelizmu sú napr. nemorálne správanie, emocionálny chlad, podlosť, cynizmus a vypočítavosť (Christie & Geis, 1970). Psychopatiu charakterizuje impulzivita, absencia pociťovania úzkosti, empatie a výčitiek svedomia (Paal & Bereczkei, 2007). Miller et al., (2011) narcizmus charakterizujú vzťahovačným správaním, nadhodnoteným sebaobrazom, prehnaným exhibicionizmom a grandiozitou.

Metódy

Výskumu sa zúčastnilo 45 adolescentov (M_{vek} = 16.91; SD = 1.621; 19 chlapcov, 26 dievčat), ktorí navštevovali v čase zberu dát všeobecné gymnázium v Bratislave. Vzhľadom na realizáciu a ciele výskumu sme zvolili zámerný výberový postup s inklúznym kritériom veku od 10 do 19 rokov a podpísanie informovaného súhlasu. Dáta sme zbierali osobne v decembri 2023 počas vyučovania po dohode s vyučujúcimi. Rodičia neplnoletých adolescentov boli informovaní o výskume a ich podpis informovaného súhlasu bol nevyhnutným kritériom pre zaradenie participanta do výberového súboru. Účasť vo výskume bola dobrovoľná a údaje boli anonymné. Výskum sme realizovali v rámci diplomovej práce a bol schválený Etickou komisiou Paneurópskej vysokej školy (rozhodnutie č. RE-200/2023).

Pre účely výskumu sme administrovali participantom dotazníkovú batériu. Do úvodu batérie sme zaradili sociodemografické premenné (pohlavie a vek). Sociálne kompetencie sme merali

Inventárom sociálnych kompetencií (Kanning, 2009; v slovenskej modifikácii od Letovancovej, 2019). Táto rozsiahla metóda originálne obsahuje 17 primárnych a 4 sekundárne subškály. Vo finálnej skrátenej 50-položkovej verzii Inventára sociálnych kompetencií sme teda pracovali s ôsmimi primárnymi dimenziami (prevzatie perspektívy, počúvanie, schopnosť presadiť sa, extraverzia, sebakontrola, emocionálna stabilita, sebaprezentácia, nepriama pozornosť k sebe). Participanti vyjadrujú mieru stotožnenia sa s daným tvrdením na štvorstupňovej Likertovej škále (1 = vôbec neplatí až 4 – úplne platí). Psychometrické vlastnosti v podobe odhadu vnútornej konzistencie overila Letovancová (2019) s akceptovateľnou hodnotou Cronbachovho koeficientu vnútornej konzistencie (α = .87). Druhou zvolenou metódou s cieľom merať črty temnej triády osobnosti bol Dotazník Dirty Dozen (Jonason & Webster, 2010). Týmto 12-položkovým dotazníkom možno merať machiavelizmus, narcizmus a psychopatiu. Každú dimenziu zastupujú štyri položky. Participanti na Likertovej škále označujú mieru súhlasu s výrokom (1 = silno nesúhlasím po 9 – silno súhlasím). Autori metódy overili aj psychometrické vlastnosti. Diskriminačnú validitu metódy predstavuje absencia vzťahu so sebaúctou. Naopak dôkaz konvergentnej validity metódy znázorňuje silný a pozitívny vzťah s agresivitou. Vnútorná konzistencia škály bola tiež akceptovateľná (α = .90). Cieľom výskumu je zistiť vzťahy medzi dimenziami sociálnych kompetencií a čŕt temnej triády osobnosti. Vzhľadom na tento cieľ formulujeme tri výskumné otázky:

1. Aký je vzťah medzi sociálnymi kompetenciami a machiavelizmom?
2. Aký je vzťah medzi sociálnymi kompetenciami a psychopatiou?
3. Aký je vzťah medzi sociálnymi kompetenciami a narcizmom?

Aktuálny výskumný dizajn je kvantitatívny, korelačný s exploračným charakterom. Dáta sme spracovali v štatistickom programe SPSS 25. V sekcii Výsledky uvádzame deskriptívnu štatistiku, v rámci ktorej sme generovali priemery, štandardné odchýlky, mediány, medzikvartilové rozpätia, koeficienty šikmosti, špicatosti a McDonaldov koeficient vnútornej konzistencie. Vecnú významnosť vzťahov sme posudzovali na základe Spearmanovho korelačného koeficientu. Reliabilitu pre jednotlivé subškály sme počítali pomocou McDonaldovho koeficientu vnútornej konzistencie ω.

Výsledky

V Tabuľke 1 a 2 uvádzame deskriptívnu štatistiku aj hodnoty McDonaldovej omegy pre sociálne kompetencie a črty temnej triády osobnosti. Okrem troch dimenzií (sebaprezentácia, emocionálna stabilita, sebakontrola) boli hodnoty koeficientov akceptovateľné. Pri týchto konkrétnych dimenziách sme identifikovali niektoré položky so slabšími koreláciami k iným položkám.

Tabuľka 1 *Deskriptívna štatistika dimenzií sociálnych kompetencií adolescentov (N = 45)*

Premenná	Mdn	IQR	Špicatosť	Šikmosť	ω
Prevzatie perspektívy	19	5	.233	.032	.866
Počúvanie	17	4	.201	.074	.736
Schopnosť presadiť sa	18	4.5	-.065	.686	.767
Extraverzia	13	7.5	-.249	-.150	.821
Sebakontrola	16	3.5	-.486	-.315	.625
Emocionálna stabilita	15	4	-.950	.143	.666
Sebaprezentácia	21	5.5	-.039	.763	.606
Nepriama pozornosť k sebe	19	3	-.070	-.115	.812

Tabuľka 2 *Deskriptívna štatistika čŕt temnej triády adolescentov (N = 45)*

Premenná	Mdn	IQR	Špicatosť	Šikmosť	ω
Machiavelizmus	15	12.5	-.878	.326	.835
Narcizmus	20	13.5	-.236	.087	.779
Psychopatia	14	10	-.488	.534	.731

Hodnoty Spearmanových korelačných koeficientov uvádzame v Tabuľke 3. Stredne silný negatívny vzťah (r_s = -.428; p = .003) sme zistili medzi machiavelizmom a počúvaním. Slabý negatívny vzťah (r_s = -.295; p = .049) bol medzi machiavelizmom a prevzatím perspektívy. V rámci dimenzie psychopatie sme zistili stredne silný negatívny vzťah s prevzatím perspektívy (r_s = -.515; p ≤ .001). Pri nepriamej pozornosti k sebe (r_s = -.460; p = .001) a počúvaní (r_s = -.303; p = .043) išlo o stredne silné a negatívne vzťahy. Stredne silná a pozitívna korelácia bola medzi psychopatiou a sebakontrolou (r_s = .329; p = .028). Pri narcizme sme identifikovali tri štatisticky významné vzťahy. Pozitívny a stredne silný vzťah bol medzi narcizmom a sebaprezentáciou (r_s = .439; p = .003). Negatívne a tiež stredne silné vzťahy sme zistili pri dimenzii sebakontroly (r_s = -.378; p = .010) a emocionálnej stability (r_s = -.360; p = .015).

Tabuľka 3 *Korelácie sociálnych kompetencií a čŕt temnej triády adolescentov*

Premenná	Machiavelizmus	Psychopatia	Narcizmus
Prevzatie perspektívy	-.295*	-.515***	-.068
Počúvanie	-.428**	-.303*	-.149
Schopnosť presadiť sa	.173	.038	.052
Extraverzia	-.029	-.190	.115
Sebakontrola	-.276	.329*	-.378*
Emocionálna stabilita	-.084	.275	-.360*
Sebaprezentácia	.261	-.259	.439**
Nepriama pozornosť k sebe	-.197	-.460***	.281

* p < 0,05; ** p < 0,01; *** p ≤ 0,001

Tiež uvádzame korelácie, ktoré z hľadiska sily vzťahu môžeme označiť za nezanedbateľné. Tieto vzťahy sme zistili medzi machiavelizmom a sebakontrolou (r_s = -.276; p = .067), sebaprezentáciou (r_s = .261; p = .083), psychopatiou a emocionálnou stabilitou (r_s = .275; p = .067), sebaprezentáciou (r_s = -.259; p = .086), a medzi narcizmom a nepriamou pozornosťou k sebe (r_s = .281; p = .061).

Diskusia

V Diskusii sa venujeme predovšetkým interpretácii významných výskumných zistení. V prvej výskumnej otázke sme zisťovali vzťahy medzi sociálnymi kompetenciami a machiavelizmom. Identifikovali sme dve sociálne kompetencie, pri ktorých sme zistili významné zistenia. Prevzatie perspektívy predstavuje schopnosť vnímať svet očami druhého. Je veľmi blízko spätý s empatiou. Na druhej strane machiavelizmus je charakteristický cynizmom, manipulatívnosťou, podlosťou a emocionálnym chladom. Naše zistenie podporuje viac predošlých výskumov. Wai a Tiliopoulos (2011) zistili napríklad stredne silný negatívny vzťah medzi afektívnou empatiou a machiavelizmom. Podobne aj Ali a Chamorro-Premuzic (2010) vysvetľujú všeobecne minimálnu schopnosť ľudí s vysokou mierou machiavelizmu prejaviť súcit, vyjadriť sympatie a tiež sa úprimne zaujímať o stav druhých. Pri sociálnej kompetencii počúvania ide o veľmi podobnú situáciu, kedy má jednotlivec autentickú potrebu byť sociálne prepojený s ostatnými ľuďmi. Počúvaním dáva najavo svoj záujem o potenciálne ďalšie

rozvíjanie vzťahu. Ako tvrdia Jonason a Krause (2013), ľudia s vysokou mierou machiavelizmu majú tendenciu k alexitýmii – neschopnosti prejaviť, popísať a spracovať svoje vlastné emócie. Tento predpoklad výrazne zapadá do obrazu nášho zistenia negatívneho vzťahu počúvania a machiavelizmu. K efektívnemu počúvaniu v sociálnej interakcii jednotlivec totiž potrebuje jasne verbálne a neverbálne vyjadriť, prečo aktuálne pociťuje určitú emóciu. Na druhej strane je však potrebné spomenúť aj protichodné tvrdenia. Podľa Czibora a Bereczkeia (2012) sa s machiavelizmom spája aj vysoká miera sociálnej inteligencie v zmysle vypočítavosti a citlivosti na sociálne vodítka. Umožňuje týmto jednotlivcom vhodnejšie zareagovať a tým zefektívniť dosahovanie svojich cieľov.

Druhou výskumnou otázkou sme sa zamerali na súvislosti sociálnych kompetencií a psychopatie. Významné negatívne vzťahy psychopatie a prevzatia perspektívy je možné s ohľadom na mierne odlišnosti konštruktov interpretovať v rovnakej rovine. Vysoká miera psychopatie podľa Richella et al. (2003) súvisí s nedostatočnou teóriou mysle. V reálnych interakciách s ľuďmi sa títo jednotlivci nevedia vžiť do pozície iných. K podobným záverom prišli aj Mullins-Nelson et al. (2006). V ich výskume však podporili iba explicitne negatívny vzťah empatie a psychopatie. Jednotlivci, ktorí sú schopní počúvať ostatných ľudí v rozhovore, sú tiež schopní prejaviť voči nim empatiu. Téza je v súlade s Draytonom et al. (2017), ktorí súvislosť psychopatie a neschopnosti prevzatia perspektívy interpretujú najmä v behaviorálnej a kognitívnej rovine. Nepriama pozornosť k sebe v podaní Kanninga (2009) indikuje, že je človek schopný vnímať samého seba očami druhých. Dokáže teda interpretovať signály a spätnú väzbu z okolia. Najbližší pojem v dostupnej vedeckej literatúre je sebamonitoring. Medzi psychopatiou a nepriamou pozornosťou k sebe sme v našom výskume zistili negatívny vzťah. Protichodné je zistenie Kowalskeho et al. (2018), ktorí identifikovali medzi konštruktmi pozitívny vzťah. Argumentujú sociálnou obratnosťou a všímavosťou ľudí s vysokou mierou psychopatie. Alternatívnym vysvetlením nášho zistenia by mohol byť špecifický atribút psychopatie - absencia obáv a úzkosti z toho, čo si o nich myslia iní ľudia. Tiež sme zistili, že psychopatia a sebakontrola navzájom spolu pozitívne súvisia. Z aktuálneho stavu poznatkov o psychopatii je možné premostiť aj na sebakontrolu. Z neurologického hľadiska je psychopatia typická excitovanou aktivitou v prefrontálnej kôre, ktorá je centrom plánovania a tiež sebakontroly (Gao & Raine, 2010). Táto téza je však nekonzistentná vzhľadom na iné teoretické poznatky. Nízka schopnosť sebakontroly je totiž jeden z prediktorov kriminálneho a maladaptívneho správania, závislostí alebo problémov v škole (De Lisi et al., 2016).

V poslednej výskumnej otázke sme sa zamerali na vzťahy narcizmu so sociálnymi kompetenciami. Pre narcizmus sú príznačné náhle a účelové zmeny správania – tzv. pretvarovanie sa. Sledujú ním svoje vlastné záujmy a je prostriedkom, ktorým sa môžu dostať k cieľu. Toto správanie upravujú podľa spätnej väzby zo svojho okolia. Zo svojej podstaty sociálnou kompetenciou sebaprezentácie jednotlivec dokáže meniť svoj vonkajší sebaobraz podľa potrieb ostatných ľudí. Ide o sociálne žiaduce správanie, ktoré je časté u jednotlivcov s vysokou mierou narcizmu. Ako vyplýva z viacerých empirických výskumov, narcizmus je úzko spätý so schopnosťou sebakontroly. Je adaptačne výhodné disponovať touto schopnosťou, nakoľko ju jednotlivci s vysokou mierou narcizmu vedia využiť vo svoj prospech a ohýbať svoj vonkajší sebaobraz v požadovanú formu (Bogaerts et al., 2021; Ames & Kammrath, 2004; Kowalski et al., 2018). Keďže sme medzi konštruktmi zistili negatívny vzťah, naše zistenie je protichodné voči týmto zisteniam. Ako však vysvetľujú autori čŕt temnej triády, sprievodným znakom narcizmu často býva aj impulzivita s cieľom okamžitej odmeny a dosiahnutia svojich cieľov (Paulhus & Williams, 2002). Nagler et al. (2014) skúmali emocionálnu reguláciu v kontexte narcizmu. Medzi konštruktmi zistili negatívny vzťah, čo podporuje tiež naše zistenie. Naopak Cheshure et al. (2020) zistili pozitívny vzťah narcizmu a emocionálnej kontroly. Oba tieto konštrukty sú blízke emocionálnej stabilite, no nie sú identické. Vzhľadom

na potrebu jednotlivcov s vysokou mierou narcizmu javiť sa navonok dokonalo potrebujú okrem veľkej sebadôvery aj stabilitu v nálade (Sedikides et al., 2004).
Dôležitým faktorom výskumu je jeho pilotný charakter. Ide teda o štúdiu s malým počtom participantov z jediného gymnázia. Zistenia nie je možné zovšeobecniť na širokú populáciu adolescentov z neklinickej populácie. Zachytili sme veľmi malú časť populácie, ktorá nie je reprezentatívna. Skresľujúci faktor nízkeho počtu participantov vnímame aj z hľadiska a priori power analýzy. Pre konštatovanie stredne silného vzťahu by sme potrebovali výberový súbor rozšíriť navyše o 37 participantov. Limitom je taktiež neideálna vnútorná konzistencia dimenzií sebaprezentácie, emocionálnej stability a sebakontroly. Pri týchto dimenziách jednotlivé položky navzájom spolu súviseli v slabšej miere, ako je ideálne.

Záver

Našim výskumným cieľom bolo zistiť možnú existenciu vzťahov medzi sociálnymi kompetenciami a črtami temnej triády. Výskumná oblasť súvislostí sociálnych kompetencií a čŕt temnej triády adolescentov je pomerne nepreskúmaná. Našimi zisteniami tak prispievame do fondu vedeckých poznatkov, predostierame ďalším výskumníkom základ pre psychologický výskum v populácii adolescentov. Vyvodzovať praktické dopady tohto výskumu považujeme aktuálne za neadekvátne z dôvodu limitujúcich faktorov a obmedzení zovšeobecnenia zistení. V kontexte budúcich výskumných zámerov teda odporúčame ďalším vedcom predovšetkým rozšíriť výberový súbor.

Zoznam použitej literatúry

Ali, F., & Chamorro-Premuzic, T. (2010). Investigating Theory of Mind deficits in nonclinical psychopathy and Machiavellianism. *Personality and Individual Differences*, *49*(3), 169–174. https://doi.org/10.1016/J.PAID.2010.03.027

Ames, D. R., & Kammrath, L. K. (2004). Mind-Reading and Metacognition: Narcissism, not Actual Competence, Predicts Self-Estimated Ability. *Journal of Nonverbal Behavior, 28*(3), 187–209. https://doi.org/10.1023/B:JONB.0000039649.20015.0e

Ashton, M. C., Lee, K., & Paunonen, S. v. (2002). What is the central feature of extraversion? Social attention versus reward sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *83*(1), 245–252. https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.1.245

Back, M. D., Küfner, A. C. P., Dufner, M., Gerlach, T. M., Rauthmann, J. F., & Denissen, J. J. A. (2013). Narcissistic admiration and rivalry: Disentangling the bright and dark sides of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology, 105*(6), 1013–1037. https://doi.org/10.1037/a0034431

Bogaerts, S., Garofalo, C., Caluwé, E.D. & Janković, M. (2021). Grandiose and vulnerable narcissism, identity integration and self-control related to criminal behavior. *BMC Psychology, 9*, 191.

Bubić, A., & Ivanišević, K. (2016). The role of emotional stability and competence in young adolescents' career judgments. *Journal of Career Development, 43*(6), 498–511. https://doi.org/10.1177/0894845316633779

Czibor, A., & Bereczkei, T. (2012). Machiavellian people's success results from monitoring their partners. *Personality and Individual Differences*, *53*(3), 202–206. https://doi.org/10.1016/J.PAID.2012.03.005

DeLisi, M., Tostlebe, J., Burgason, K., Heirigs, M., & Vaughn, M. (2018). Self-Control Versus Psychopathy. *Youth Violence and Juvenile Justice*, *16*(1), 53–76. https://doi.org/10.1177/1541204016682998

Drayton, L. A., Santos, L. R., & Baskin-Sommers, A. (2018). Psychopaths fail to automatically take the perspective of others. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, *115*(13), 3302–3307.

https://doi.org/10.1073/PNAS.1721903115/SUPPL_FILE/PNAS.201721903SI.PDF
Galinsky, A. D., Ku, G., & Wang, C. S. (2005). Perspective-Taking and Self-Other Overlap: Fostering Social Bonds and Facilitating Social Coordination. *Group Processes & Intergroup Relations, 8*(2), 109–124. https://doi.org/10.1177/1368430205051060
Gao, Y., & Raine, A. (2010). Successful and unsuccessful psychopaths: a neurobiological model. *Behavioral Sciences & the Law*, *28*(2), 194–210. https://doi.org/10.1002/BSL.924
Christie, R., & Geis, F. L. (1970). *Studies in Machiavellianism*. Academic Press. Dostupné na: https://api.pageplace.de/preview/DT0400.9781483260600_A23866383/preview-9781483260600_A23866383.pdf
Jonason, P. K., & Krause, L. (2013). The emotional deficits associated with the Dark Triad traits: Cognitive empathy, affective empathy, and alexithymia. *Personality and Individual Differences*, *55*(5), 532–537. https://doi.org/10.1016/J.PAID.2013.04.027
Jonason, P. K., & Webster, G. D. (2010). The dirty dozen: A concise measure of the dark triad. *Psychological Assessment, 22*(2), 420–432. https://doi.org/10.1037/a0019265
Kanning, P. U. (2009). *Inventár sociálnych kompetencií*. Hogrefe
Kowalski, C. M., Rogoza, R., Vernon, P. A., & Schermer, J. A. (2018). The Dark Triad and the self-presentation variables of socially desirable responding and self-monitoring. *Personality and Individual Differences, 120,* 234–237. https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.09.007
Leary, M. R., & Allen, A. B. (2011). Personality and persona: Personality processes in self-presentation. *Journal of Personality, 79*(6), 889–916. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00704.x
Letovancová, E. (2019). *ISK – Inventár sociálnych kompetencií*. Hogrefe – Testcentrum
Li, J., Salcuni, S. & Delvecchio, E. (2019). Meaning in life, self-control and psychological distress among adolescents: A cross-national study. *Psychiatry Research, 272*, 122-129. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.033
Mullins-Nelson, J.L., Salekin, R.T., & Leistico, A.R. (2012). Psychopathy, Empathy, and Perspective-Taking Ability in a Community Sample: Implications for the Successful Psychopathy Concept. *International Journal of Forensic Mental Health, 5*, 133-149. https://doi.org/10.1080/14999013.2006.10471238
Nagler, U. K. J., Reiter, K. J., Furtner, M. R., & Rauthmann, J. F. (2015). Corrigendum to "Is there a 'dark intelligence'? Emotional intelligence is used by dark personalities to emotionally manipulate others" *Personality and Individual Differences*, *76*, 232. 47-52. https://doi.org/10.1016/J.PAID.2014.12.012
Paal, T., & Bereczkei, T. (2007). Adult theory of mind, cooperation, machiavellianism: The effect of mindreading on social relations. *Personality and Individual Differences, 43*(3), 541–551. https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.12.021
Paulhus, D. L., & Williams, K. M. (2002). The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism and psychopathy. *Journal of Research in Personality, 36*(6), 556–563. https://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00505-6
Richell, R. A., Mitchell, D. G. v, Newman, C., Leonard, A., Baron-Cohen, S., & Blair, R. J. R. (2003). Theory of mind and psychopathy: can psychopathic individuals read the "language of the eyes"? *Neuropsychologia*, *41*, 523–526. https://doi.org/10.1016/s0028-3932(02)00175-6
Sedikides, C., Rudich, E. A., Gregg, A. P., Kumashiro, M., & Rusbult, C. (2004). Are normal narcissists psychologically healthy?: self-esteem matters. *Journal of Personality and Social Psychology*, *87*(3), 400–416. https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.3.400
Svetová zdravotnícka organizácia. (2001). *The second decade: improving adolescent health and development*. Dostupné na:
https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/64320/WHO_FRH_?sequence=1

Wai, M., & Tiliopoulos, N. (2012). The affective and cognitive empathic nature of the dark triad of personality. *Personality and Individual Differences*, *52*(7), 794–799. https://doi.org/10.1016/J.PAID.2012.01.008

НАВЧАННЯ ІНКЛЮЗИВНИХ СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ

EDUCATION OF INCLUSIVE STUDENTS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS OF UKRAINE: CURRENT CHALLENGES AND DEVELOPMENT PROSPECTS

Климкова Ірина
Iryna Klimkova
prof. PhD. D. Ed.,
ORCID: https://orcid.org/ 0000-0003-4500-4868
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti, Lodž, Polsko
tel.: +48519861051,
iklimkova27@gmail.com

Анотація: У статті проаналізовано сучасний стан розвитку інклюзивної освіти у закладах вищої освіти України в умовах повномасштабної війни. Розглянуто нормативно-правові засади, основні проблеми та перспективи впровадження інклюзивного навчання, а також наукові підходи до забезпечення рівного доступу до освіти для осіб з особливими освітніми потребами. Особливу увагу приділено трансформації інклюзивної освіти під впливом воєнних викликів, розвитку цифрових технологій, психологічної підтримки та безбар'єрного середовища. На прикладі Національного університету «Львівська політехніка» та Університету «Україна» досліджено практичні механізми реалізації інклюзивної політики та визначено основні напрями підвищення ефективності інклюзивного освітнього середовища в українських закладах вищої освіти.

Ключові слова: інклюзивна освіта, заклади вищої освіти, особливі освітні потреби, безбар'єрне середовище, цифровізація освіти, соціальна інклюзія, воєнний стан.

Abstract: The article analyzes the current state of inclusive education development in Ukrainian higher education institutions under the conditions of the full-scale war. The study examines the legal framework, key challenges, and prospects for implementing inclusive education, as well as scientific approaches to ensuring equal access to education for students with special educational needs. Particular attention is paid to the transformation of inclusive education in response to wartime challenges, the development of digital learning technologies, psychological support services, and barrier-free educational environments. Using the examples of Lviv Polytechnic National University and University "Ukraine," the paper explores practical mechanisms for implementing inclusive policies and identifies key directions for improving the effectiveness of inclusive educational environments in Ukrainian higher education institutions.

Keywords: inclusive education, higher education institutions, special educational needs, barrier-free environment, digitalization of education, social inclusion, martial law.

Abstrakt: Článok analyzuje súčasný stav rozvoja inkluzívneho vzdelávania na vysokých školách na Ukrajine v podmienkach prebiehajúcej vojny. Skúma právny rámec, hlavné problémy a perspektívy implementácie inkluzívneho vzdelávania, ako aj vedecké prístupy k zabezpečeniu rovnakého prístupu k vzdelaniu pre študentov so špeciálnymi vzdelávacími potrebami. Osobitná pozornosť sa venuje transformácii inkluzívneho vzdelávania pod vplyvom vojnových výziev, rozvoju digitálnych technológií, psychologickej podpore a vytváraniu bezbariérového vzdelávacieho prostredia. Na príklade Národnej univerzity Ľvovská

polytechnika a Univerzity „Ukrajina“ sú analyzované praktické mechanizmy realizácie inkluzívnej politiky a identifikované hlavné smery zvyšovania efektívnosti inkluzívneho vzdelávacieho prostredia na ukrajinských vysokých školách.

Kľúčové slová: inkluzívne vzdelávanie, vysoké školy, špeciálne vzdelávacie potreby, bezbariérové prostredie, digitalizácia vzdelávania, sociálna inklúzia, vojnový stav.

Інклюзивна освіта є одним із ключових напрямів модернізації освітньої системи України, що ґрунтується на принципах рівності, недискримінації та забезпечення доступу до якісної освіти для всіх категорій здобувачів. Право осіб з особливими освітніми потребами на освіту закріплено міжнародними документами та українським законодавством, зокрема Конституцією України, Законом України «Про освіту» та нормативними актами щодо організації інклюзивного навчання.

У системі вищої освіти України інклюзивне навчання спрямоване на створення безбар’єрного освітнього середовища, адаптацію навчальних програм, використання спеціальних технологій та забезпечення психолого-педагогічного супроводу студентів з особливими освітніми потребами. Окремим нормативним механізмом є порядок організації інклюзивного навчання у закладах вищої освіти.

Попри позитивні зміни, які спричинені деякою мірою існує низка проблем:

- недостатня адаптованість освітньої інфраструктури;
- обмежене матеріально-технічне забезпечення;
- недостатня підготовка викладачів до роботи в інклюзивному середовищі;
- дефіцит сучасних цифрових інструментів підтримки;
- психологічні бар’єри та ризики соціальної ізоляції студентів.

В умовах воєнного стану особливого значення набувають дистанційні та змішані форми навчання, які можуть підвищити доступність освіти для студентів з особливими потребами за умови належного технічного забезпечення та педагогічного супроводу.

Розвиток інклюзивної освіти у закладах вищої освіти України потребує комплексного підходу, який поєднує правові, організаційні, технологічні та соціально-психологічні механізми підтримки студентів з особливими освітніми потребами. Реалізація таких підходів сприятиме формуванню доступного та справедливого освітнього середовища.

Проблеми інклюзивної освіти та навчання студентів з особливими освітніми потребами досліджують українські науковці, зокрема Алла Колупаєва, яка аналізує теоретичні засади, моделі та перспективи розвитку інклюзивної освіти в Україні. Її праці є базовими для формування сучасної системи інклюзивного навчання.

Олена Таранченко вивчає організацію навчання осіб з особливими освітніми потребами та методичне забезпечення інклюзивного освітнього середовища.

Тамара Ілляшенко досліджує психолого-педагогічний супровід осіб з особливими освітніми потребами та особливості їхнього розвитку в умовах інклюзивної освіти.

Ольга Ферт займається питаннями інклюзивної освіти, диференційованого навчання та реформування освітньої політики щодо осіб з особливими потребами.

Також вагомий внесок у дослідження проблем інклюзивного навчання роблять науковці Інституту спеціальної педагогіки і психології НАПН України, які розробляють методичне забезпечення та інноваційні підходи до інклюзивної освіти.

Серед європейських дослідників проблем інклюзивної освіти вагомий внесок зробив Mel Ainscow, який досліджує розвиток інклюзивних освітніх систем та рівний доступ до освіти. Його праці «Promoting Inclusion and Equity in Education: Lessons from International Experiences» (2020) та «Struggles for Equity in Education» присвячені питанням освітньої рівності та інклюзії.

Відомим дослідником є також Тоні Бут — співавтор праці “Index for Inclusion: Developing Learning and Participation in Schools”, у якій розкрито механізми створення інклюзивного освітнього середовища.
Окремий внесок зробила Маргаріда Сезар, яка вивчає соціальну взаємодію та доступність навчання для студентів з особливими освітніми потребами.
Крім того, Alan Dyson досліджує механізми впровадження інклюзивних практик у закладах освіти, зокрема у спільній праці «Understanding and Developing Inclusive Practices in Schools».
Аналізуючи праці вищезазначених науковців, а також, зважаючи на наявність прикладів практичної реалізації інклюзивного навчального процесу в українських вишах можна виділити вектори руху до підвищення ефективності інклюзивної освіти. В першу чергу це удосконалюення нормативно-правового забезпечення; розширення програм підготовки викладачів з інклюзивної педагогіки; модернізація освітнього простор відповідно до принципів безбар’єрності; розвиток цифрових технологій підтримки навчання; посилення психологічного супроводу та соціальної інтеграції студентів.
В умовах повномасштабної війни розвиток інклюзивної освіти у закладах вищої освіти України відбувається через адаптацію освітнього середовища до нових викликів: збільшення кількості студентів із травмами, інвалідністю, статусом внутрішньо переміщених осіб, а також необхідність забезпечення безперервного навчання під час повітряних тривог та переміщення населення. Основними напрямами розвитку стали цифровізація освіти, психологічна підтримка, розширення безбар’єрного середовища та індивідуалізація освітніх траєкторій.

Показовим прикладом є Національний університет «Львівська політехніка», де реалізується політика соціальної інклюзії через діяльність Служби доступності «Без обмежень». Університет адаптує освітні програми для осіб з інвалідністю, ветеранів та внутрішньо переміщених осіб, забезпечує індивідуальні навчальні траєкторії та працює над формуванням безбар’єрного середовища. В умовах війни це сприяє інтеграції нових категорій студентів, які потребують особливого супроводу.
«Львівська політехніка» реалізує політику соціальної інклюзії через Службу доступності до можливостей навчання «Без обмежень», яка функціонує з 2017 року. Основна мета служби полягає у забезпеченні рівного доступу до вищої освіти для студентів з інвалідністю та хронічними захворюваннями, а також у створенні безбар’єрного освітнього середовища. Діяльність служби охоплює індивідуальний супровід студентів, моніторинг архітектурної доступності університетських корпусів, консультаційну підтримку та організацію інклюзивних заходів.
Особливістю підходу Львівської політехніки є поєднання фізичної доступності з соціально-психологічною безбар’єрністю. Університет розглядає інклюзію не лише як адаптацію інфраструктури, а й як формування інклюзивної культури серед студентів і працівників. У 2023 році було затверджено Інклюзивну освітню політику університету, а функції її реалізації покладено саме на службу «Без обмежень». Це свідчить про системний характер інклюзивної політики та її інтеграцію в управлінську стратегію закладу.
Важливим напрямом роботи служби є розвиток соціальної інклюзії через волонтерські програми, просвітницькі заходи та підтримку участі студентів з особливими освітніми потребами в академічному й громадському житті університету. Такий підхід сприяє не лише доступу до освіти, а й повноцінній інтеграції студентів у студентську спільноту. Реальні приклади такого розвитку підтверджуються висвітленням на сайті університету в розділі Інклюзивного центру реальних заходів та подій, що постійно відбуваються в університеті. (5)

Іншим прикладом є Університет «Україна» — один із перших українських ЗВО інтегрованого типу, орієнтований на навчання осіб з особливими освітніми потребами. Університет розвиває Центр інклюзивних технологій навчання, використовує дистанційні формати освіти та системи супроводу студентів з інвалідністю. В умовах повномасштабної війни такі практики стали особливо актуальними через потребу підтримувати доступність освіти незалежно від місця перебування студентів.

Умови повномасштабної війни суттєво змінили підходи до реалізації інклюзивної освіти в українських ЗВО. Якщо до 2022 року основний акцент робився переважно на фізичній доступності освітнього середовища для осіб з інвалідністю, то зараз інклюзія охоплює також підтримку студентів із травматичним досвідом війни, ветеранів, внутрішньо переміщених осіб та тих, хто потребує психологічної адаптації. На цьому тлі діяльність Університету «Україна» є показовим прикладом практичного впровадження інклюзивної моделі освіти.

Університет «Україна» історично позиціонує себе як заклад інтегрованого типу, орієнтований на забезпечення рівного доступу до освіти для студентів з особливими освітніми потребами. Одним із ключових механізмів є діяльність Центру інклюзивних технологій навчання, який забезпечує супровід студентів із різними формами інвалідності та особливими освітніми потребами.

В умовах війни розвиток інклюзивної освіти в університеті проявляється у кількох напрямах:

1.Формування безбар'єрного середовища. Університет підтримує архітектурно-освітню доступність: облаштування приміщень, можливість безпечного пересування та адаптацію комунікаційного середовища. Це особливо важливо для студентів, які отримали інвалідність внаслідок війни або потребують спеціальних умов навчання.

2. Використання дистанційних та змішаних форматів навчання. Через повітряні тривоги, переміщення студентів та руйнування інфраструктури університет активно використовує дистанційні технології. Це дозволяє забезпечувати безперервність освіти для студентів, які перебувають у різних регіонах України або за кордоном.

3. Індивідуальний супровід студентів. Інклюзивна модель передбачає не лише адаптацію освітніх програм, а й персоналізований підхід до навчання, консультаційний супровід та допомогу в адаптації до освітнього процесу.

4. Розширення розуміння інклюзії. Під час війни інклюзія почала охоплювати не тільки осіб із традиційно визначеними особливими освітніми потребами, а й студентів із психологічними травмами, постстресовими станами та складними соціальними обставинами. Це потребує поєднання освітньої, психологічної та соціальної підтримки.

5. Реабілітаційний компонент освіти.Університет підкреслює зв'язок між інклюзивною освітою та реабілітацією, розглядаючи освітній простір як інструмент соціальної інтеграції, відновлення активності та професійної самореалізації осіб з інвалідністю.

Аналіз діяльності Університету «Україна» свідчить, що в умовах повномасштабної війни інклюзивна освіта трансформується з моделі забезпечення доступності у комплексну систему підтримки, яка поєднує безбар'єрність, цифровізацію, індивідуальний супровід, психологічну допомогу та реабілітаційні практики. Саме така модель дозволяє зберігати доступ до вищої освіти для найбільш уразливих категорій студентів.

Отже, війна прискорила трансформацію інклюзивної освіти у вищій школі України: від традиційного забезпечення доступності до комплексної моделі підтримки, яка поєднує цифрові технології, психологічний супровід, індивідуалізацію навчання та створення безпечного освітнього середовища.

Джерела

Кучай, О. В. Теоретичні засади інклюзивного навчання в Україні. https://pednauk.cusu.edu.ua/index.php/pednauk/article/view/151?utm_source=chatgpt.com

Світлана Коваленко. Ретроспективний аналіз дисертацій за темою «інклюзивна освіта». – Науково-педагогічні студії. освітаhttps://dnpb.gov.ua/ojs/article/view/250407/?utm_source=chatgpt.com

Ніколенко Л. Практика організації інклюзивного навчання в європейських закладах вищої освіти (приклад Чехії та Словаччини) // Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови. 2025. № 1(26). С. 138–152. DOI: 10.33189/epsn.v1i26.282

Давиденко Г. В. Організація освітнього процесу для осіб з інвалідністю у вищих навчальних закладах України: досвід Університету «Україна» // Педагогічні науки : збірник наукових праць Херсонського державного університету. 2017. Т. 2, № 77. С. 158–163.

https://lpnu.ua/inkliuzyvnyi-osvitnii-tsentr?utm_source=chatgpt.com

Пасічник В. В., Шестакевич Т. В. Структурне моделювання процесів інклюзивного навчання осіб з особливими потребами // Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Серія: Інформаційні системи та мережі. 2014. № 805. С. 180–195.Репозитарій

Пасічник В. В., Шестакевич Т. В. Моделювання інформаційно-технологічного супроводу інклюзивного навчання осіб з особливими потребами // Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Серія: Інформаційні системи та мережі. 2015. № 814. С. 120–129.

SYNERGIA PSYCHOSOCIÁLNEJ PODPORY A EFEKTÍVNEJ KOMUNIKÁCIE AKO DETERMINANT ODOLNOSTI V PROSTREDÍ BEZPEČNOSTNÝCH ZBOROV

SYNERGY OF PSYCHOSOCIAL SUPPORT AND EFFECTIVE COMMUNICATION AS A DETERMINANT OF RESILIENCE IN THE ENVIRONMENT OF SECURITY FORCES

Ernest Kováč
PhDr., PhD., MBA, LL.M.
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-8162-2578
Akadémia policajného zboru v Bratislave
Sklabinská 1, 835 17 Bratislava
ernest.kovac@akademiapz.sk

Abstrakt: Príspevok sa zaoberá problematikou budovania a posilňovania odolnosti v špecifickom prostredí bezpečnostných zborov. Analyzuje sa vzájomný vzťah medzi systémom psychosociálnej podpory a úrovňou komunikačných kompetencií ako kľúčových faktorov ovplyvňujúcich schopnosť jednotlivca i organizácie odolávať záťažovým situáciám. Psychosociálna práca a komunikácia sú vymedzené nie ako izolované disciplíny, ale ako synergické nástroje prevencie profesijného vyhorenia a sekundárnej traumatizácie. Príspevok poukazuje na potrebu integrácie psychologických poznatkov do komunikačných tréningov, čím sa zvyšuje nielen individuálna odolnosť príslušníkov, ale aj celospoločenská dôvera v bezpečnostné zložky. Cieľom je navrhnúť prístupy, ktoré v rámci vzdelávacieho procesu na policajnej akadémii prispievajú k efektívnejšiemu zvládaniu výziev súčasnej spoločnosti.

Kľúčové slová: odolnosť, psychosociálna podpora, komunikácia, bezpečnostné zbory, reziliencia, psychológia záťaže.

Abstract: The paper addresses the issue of building and strengthening resilience in the specific environment of security forces. It analyses the interrelationship between the psychosocial support system and the level of communication competencies as key factors influencing the ability of individuals and organisations to withstand stressful situations. Psychosocial work and communication are defined not as isolated disciplines, but as synergistic tools for preventing professional burnout and secondary traumatisation. The paper highlights the need to integrate psychological knowledge into communication training, thereby enhancing not only individual resilience but also public trust in security forces. The aim is to propose approaches that contribute to more effective management of contemporary societal challenges within the educational process at the police academy.

Keywords: resilience, psychosocial support, communication, security forces, resilience, stress psychology.

Úvod

Prostredie bezpečnostných zborov predstavuje z hľadiska psychológie záťaže jeden z najnáročnejších profesijných kontextov súčasnej spoločnosti. Príslušníci Policajného zboru, Hasičského a záchranného zboru, ako aj ďalších bezpečnostných a záchranných zložiek sú systematicky exponovaní situáciám, ktoré prekračujú bežný rámec ľudskej skúsenosti – konfrontácia so smrťou, násilím, utrpením a extrémnym tlakom pri rozhodovaní v reálnom čase. Tieto skutočnosti generujú kumulatívnu záťaž, ktorá pri absencii adekvátnych ochranných

mechanizmov vedie k profesijnému vyhoreniu, sekundárnej traumatizácii a dlhodobému poklesu výkonnosti (Figley, 1995; Maslach, Leiter, 2016). Psychická odolnosť príslušníkov bezpečnostných zborov nie je len individuálnou záležitosťou, ale predstavuje systémovú podmienku funkčnosti celej organizácie. Príslušník, ktorý nie je psychicky stabilný, nie je schopný plniť svoje úlohy na požadovanej úrovni, čo má priame dôsledky nielen pre jeho vlastné zdravie, ale aj pre bezpečnosť kolegov, efektivitu operácií a v konečnom dôsledku aj pre dôveru verejnosti v bezpečnostné zložky ako inštitúcie. Dôveryhodnosť Policajného zboru pritom nie je len otázkou výkonnosti, ale aj etického správania a komunikácie s verejnosťou (Dinušová, 2022). Táto previazanosť individuálnej odolnosti, organizačnej kultúry a verejnej dôvery vytvára komplexný systém, v ktorom žiadna z dimenzií nemôže byť analyzovaná izolovane. Napriek narastajúcemu vedeckému záujmu o problematiku psychickej odolnosti v kontexte pomáhajúcich profesií zostáva v prostredí bezpečnostných zborov pretrvávajúcim problémom dichotomické vnímanie psychosociálnej podpory a komunikácie ako dvoch navzájom nezávislých oblastí. Psychosociálna podpora je spravidla inštitucionalizovaná v podobe psychologických služieb, zatiaľ čo komunikácia je redukovaná na operačnú a taktickú rovinu. Tento príspevok argumentuje, že práve absencia synergického prepojenia týchto dvoch dimenzií predstavuje systémový deficit, ktorý limituje budovanie skutočnej organizačnej a individuálnej odolnosti. Súčasná spoločnosť čelí bezpečnostným výzvam, ktoré sú svojou povahou čoraz komplexnejšie a multidimenzionálne (Kurilovská, Krásná, 2025). Hybridné hrozby, dezinformačné kampane, rastúca miera psychickej záťaže spojenej s klimatickými katastrofami a pandémiami, ako aj narastajúca agresivita voči príslušníkom bezpečnostných zborov – to všetko sú faktory, ktoré zvyšujú nároky na psychickú odolnosť príslušníkov a zároveň komplikujú podmienky, v ktorých táto odolnosť musí byť budovaná a udržiavaná. V tomto kontexte je integrácia psychosociálnej podpory a efektívnej komunikácie do systému prípravy a každodenného fungovania bezpečnostných zborov nielen žiaduca, ale nevyhnutná.
Cieľom príspevku je teoreticky vymedziť a analyticky prepojiť tri kľúčové oblasti – sociálno-psychologickú dimenziu fungovania bezpečnostných zborov, systém psychosociálnej intervencie a efektívnu krízovú komunikáciu – a na základe ich syntézy navrhnúť integrovaný model, ktorého implementácia vedie k merateľným pozitívnym výsledkom na úrovni jednotlivca i organizácie. Príspevok vychádza z analýzy relevantnej vedeckej literatúry a z poznatkov aplikovanej psychológie, pričom osobitná pozornosť je venovaná špecifikám slovenského kontextu a legislatívnemu rámcu, v ktorom bezpečnostné zbory na Slovensku pôsobia.

Skupinová kohézia ako protektívny faktor

Bezpečnostné zbory sa vyznačujú špecifickou organizačnou kultúrou, ktorej ústredným prvkom je silná skupinová identita. Fenomén tzv. *my-pocitu* – teda vedomia príslušnosti k uzavretej profesijnej komunite – plní v kontexte psychológie záťaže nezanedbateľnú protektívnu funkciu. Výskumy v oblasti vojenskej psychológie a psychológie záchranných zložiek konzistentne preukazujú, že vysoká skupinová kohézia koreluje s nižšou mierou symptómov posttraumatickej stresovej poruchy (PTSD) a s vyššou schopnosťou zvládania akútneho stresu (Brit, Adler, Bartone, 2006).
Skupinová kohézia pôsobí prostredníctvom niekoľkých mechanizmov. V prvom rade zabezpečuje sociálnu oporu v situáciách akútnej záťaže – príslušník vie, že v prípade potreby sa môže spoľahnúť na kolegov, čo samo o sebe znižuje subjektívne prežívanie ohrozenia. V druhom rade posilňuje pocit zdieľaného zmyslu a kolektívnej kompetencie – vedomie, že skupina ako celok je schopná zvládnuť aj extrémne situácie, posilňuje individuálnu sebadôveru. V treťom rade vytvára normatívny rámec, v ktorom je vyhľadanie pomoci vnímané ako legitímne správanie, pokiaľ je táto norma aktívne kultivovaná vedením organizácie. Paradoxne však táto istá kohézia môže za určitých podmienok fungovať ako bariéra. Skupinové normy

maskulinity a stoicizmu, historicky zakorenené v kultúre bezpečnostných zborov, môžu potláčať otvorenú komunikáciu o psychických ťažkostiach, čo vedie k ich chronifikácii a k neskorej, resp. žiadnej intervencii (Karaffa, Tochkov, 2013). Tento paradox – skupinová kohézia ako súčasne protektívny aj rizikový faktor – je jedným z kľúčových argumentov pre potrebu aktívnej komunikačnej stratégie, ktorá normy skupiny vedome formuje smerom k psychologickej otvorenosti.
Etický kódex príslušníka Policajného zboru, vydaný nariadením Ministerstva vnútra Slovenskej republiky č. 41/2022, predstavuje v tomto kontexte dôležitý normatívny nástroj. Príručka k tomuto kódexu explicitne vymedzuje hodnoty a normy správania, ktoré majú byť internalizované každým príslušníkom (Dinušová, 2023). Z hľadiska skupinovej kohézie a psychosociálnej odolnosti je obzvlášť relevantné, že etický kódex kladie dôraz na vzájomný rešpekt, profesionalitu a zodpovednosť – hodnoty, ktoré vytvárajú normatívny základ pre kultúru psychologického bezpečia v rámci organizácie.

Autorita, velenie a psychické zdravie podriadených
Vzťah medzi štýlom velenia a psychickým zdravím príslušníkov bezpečnostných zborov predstavuje oblasť s narastajúcim množstvom empirických dôkazov. Autoritatívny, direktívny štýl velenia, charakteristický pre tradičné hierarchické štruktúry, je asociovaný s vyššou mierou pracovného stresu, nižšou pracovnou spokojnosťou a zvýšeným rizikom vyhorenia (Bass, Riggio, 2006). Naopak, transformačný štýl vedenia, ktorý kladie dôraz na individuálnu pozornosť, intelektuálnu stimuláciu a inšpiratívnu motiváciu, vykazuje signifikantné pozitívne korelácie s odolnosťou podriadených a ich ochotou vyhľadať psychosociálnu pomoc. Komunikačné kompetencie veliteľov a nadriadených sú v tomto kontexte kľúčovým premenným faktorom. Veliteľ, ktorý ovláda techniky efektívnej komunikácie – aktívne počúvanie, empatickú reflexiu, asertívne vyjadrovanie spätnej väzby – je schopný vytvárať pracovné prostredie, v ktorom sa príslušníci cítia bezpečne pri zdieľaní obáv a ťažkostí (Kováč, 2021). Naopak, veliteľ s deficitmi v komunikačných kompetenciách, aj keď má dobré úmysly, môže nevedomky posilňovať kultúru mlčania a potláčania, ktorá je živnou pôdou pre chronický stres a vyhorenie. Z hľadiska krízovej komunikácie je obzvlášť relevantná skutočnosť, že velitelia a nadriadení sú primárnymi zdrojmi informácií pre príslušníkov v záťažových situáciách. Spôsob, akým nadriadený komunikuje – či už v rovine obsahu, tónu alebo načasovania – priamo ovplyvňuje kognitívne hodnotenie situácie podriadenými a tým aj ich stresovú odpoveď (Lazarus, Folkman, 1984). Veliteľ, ktorý v krízovej situácii komunikuje jasne, pokojne a s rešpektom k emočnému stavu podriadených, efektívne moduluje ich stresovú odpoveď a zvyšuje ich operačnú kapacitu.
Intrapsychické a interpersonálne konflikty v manažérskej praxi bezpečnostných zborov predstavujú ďalší relevantný aspekt tejto problematiky. Kováč (2020) v kontexte vzdelávania príslušníkov bezpečnostných zborov poukazuje na to, že neriešené interpersonálne konflikty medzi nadriadenými a podriadenými generujú chronický stres, ktorý sa kumuluje a v záťažových situáciách môže viesť k závažným dysfunkciám. Prevencia a efektívne zvládanie týchto konfliktov prostredníctvom komunikačných zručností je preto integrálnou súčasťou systému budovania odolnosti.

Stigma a bariéry vyhľadania psychologickej pomoci
Jednou z najvýznamnejších bariér efektívnej psychosociálnej intervencie v bezpečnostných zboroch zostáva pretrvávajúca stigma spojená s vyhľadaním psychologickej pomoci. Táto stigma má dvojakú povahu: internalizovanú, kde jedinec sám vníma potrebu pomoci ako prejav slabosti, a sociálnu, kde prevláda obava z negatívneho hodnotenia zo strany kolegov a nadriadených. Výskum realizovaný v prostredí policajných zborov v severnej Amerike a západnej Európe dokumentuje, že až 40 % príslušníkov, ktorí vykazujú klinicky relevantné

symptómy psychickej záťaže, nevyhľadá odbornú pomoc práve z dôvodu stigmy (Hoge et al., 2004). Maskulínna kultúra bezpečnostných zborov, historicky konštituovaná okolo hodnôt sily, sebestačnosti a emocionálnej kontroly, vytvára normatívny tlak, ktorý je v priamom rozpore s požiadavkami efektívnej psychohygieny. Prekonanie tejto bariéry si vyžaduje systémový prístup, v ktorom komunikácia zohráva kľúčovú úlohu. Destigmatizácia psychologickej pomoci musí byť aktívne komunikovaná na všetkých úrovniach organizačnej hierarchie, pričom rozhodujúci je príklad nadriadených (Corrigan, 2004). Veliteľ, ktorý otvorene hovorí o vlastných skúsenostiach so záťažou a o využívaní psychosociálnej podpory, efektívnejšie búra stigmu než akákoľvek inštitucionálna kampaň. Dôveryhodnosť Policajného zboru ako inštitúcie je pritom neoddeliteľne spojená s tým, ako organizácia zaobchádza so svojimi príslušníkmi. Dinušová (2022) vo svojej analýze teoretických súvislostí skúmania dôveryhodnosti Policajného zboru poukazuje na to, že verejná dôvera v bezpečnostné zložky je podmienená nielen ich výkonnosťou, ale aj vnímanou integritou a etickým správaním. Organizácia, ktorá sa stará o psychické zdravie svojich príslušníkov a otvorene o tom komunikuje, vysiela smerom k verejnosti signál integrity a zodpovednosti, čo pozitívne ovplyvňuje jej dôveryhodnosť.
Komunikačný šum ako stresor predstavuje v tomto kontexte osobitne dôležitý fenomén. Nejasné rozkazy, protirečivé informácie alebo informačné vákuum aktivujú stresovú odpoveď organizmu, zvyšujú hladinu kortizolu a znižujú kapacitu prefrontálneho kortexu pre racionálne rozhodovanie (Sapolský, 2004). V situáciách, kde je rýchle a presné rozhodovanie otázkou života a smrti, má tento mechanizmus priame operačné dôsledky. Destigmatizácia pomoci a informačná hygiena sú preto vzájomne prepojené – organizácia, ktorá komunikuje jasne a transparentne, zároveň znižuje záťaž svojich príslušníkov a vytvára podmienky, v ktorých je vyhľadanie pomoci vnímané ako racionálne, nie slabošské správanie.

Systém včasného varovania a identifikácia záťaže

Efektívna psychosociálna intervencia v prostredí bezpečnostných zborov predpokladá existenciu funkčného systému včasného varovania, schopného identifikovať zmeny v správaní príslušníkov skôr, než dôjde k akútnemu psychickému zlyhaniu. Medzi behaviorálne indikátory zvýšenej psychickej záťaže patria sociálna izolácia, zvýšená agresivita alebo naopak apatia, pokles pracovného výkonu, zmeny v spánkovom režime a zvýšená konzumácia alkoholu (Van Der Kolk, 2014). Tieto indikátory sú spravidla pozorovateľné pre kolegov a nadriadených skôr, než si ich uvedomí samotný príslušník, čo zdôrazňuje dôležitosť psychologickej gramotnosti celého kolektívu. Implementácia systému včasného varovania si vyžaduje niekoľko predpokladov. Po prvé, psychologickú gramotnosť nadriadených a kolegov, ktorí sú schopní tieto zmeny rozpoznať a adekvátne na ne reagovať. Po druhé, jasnú a dôveryhodnú komunikačnú cestu, prostredníctvom ktorej môžu byť obavy bezpečne zdieľané bez rizika negatívnych dôsledkov pre dotknutého príslušníka. Po tretie, inštitucionálnu kultúru, v ktorej je takéto zdieľanie vnímané ako zodpovedné správanie, nie ako narušenie skupinovej lojality. Práve tu sa zreteľne manifestuje previazanosť psychosociálnej podpory a komunikácie – systém včasného varovania nemôže fungovať bez oboch komponentov súčasne. Sekundárna traumatizácia, teda psychická záťaž vznikajúca v dôsledku dlhodobej expozície traumatickým príbehom a skúsenostiam iných, predstavuje osobitné riziko pre príslušníkov bezpečnostných zborov, ktorí sú v každodennom kontakte s obeťami trestných činov, nehôd a katastrof (Krásna, 2019). Prevencia sekundárnej viktimizácie a sekundárnej traumatizácie si vyžaduje systémový prístup, ktorý zahŕňa nielen individuálnu psychologickú podporu, ale aj organizačné opatrenia – rotáciu príslušníkov na obzvlášť záťažových pozíciách, pravidelné supervízie a systematické debrífingové procedúry.

Peer support ako synergický nástroj

Program rovesníckej pomoci (*peer support*) predstavuje v súčasnosti jeden z najefektívnejšie zdokumentovaných prístupov k psychosociálnej intervencii v bezpečnostných zboroch. Jeho základný princíp spočíva vo využití prirodzených sociálnych väzieb na pracovisku – vyškolení kolegovia (*peer supporters*) pôsobia ako prvá línia psychosociálnej pomoci, pričom ich efektivita je podmienená práve ich príslušnosťou k rovnakej profesijnej komunite (Mitchell, Everly, 2001). Peer support programy vykazujú oproti tradičným formám psychologickej intervencie niekoľko špecifických výhod. V prvom rade vykazujú nižšiu prahovú hodnotu pre vyhľadanie pomoci – kolegovi sa zdôverí príslušník, ktorý by nikdy nevstúpil do psychologickej ambulancie, pretože kolega rozumie špecifikám profesie a zdieľa rovnaké skúsenosti. V druhom rade zabezpečujú vyššiu dôveryhodnosť zdieľaných informácií a skúseností, keďže peer supporter hovorí z vlastnej skúsenosti, nie z pozície externého odborníka. V treťom rade umožňujú poskytnúť podporu bezprostredne po traumatizujúcej udalosti, teda v čase, keď je intervencia najúčinnejšia (Digliani, 2022). Z analytického hľadiska peer support programy predstavujú paradigmatický príklad synergie psychosociálnej podpory a komunikácie. Ich efektivita je neoddeliteľne závislá od komunikačných kompetencií peer supporterov, ktorí musia ovládať techniky aktívneho počúvania, empatickej reflexie a nenásilnej komunikácie. Kováč (2021) v kontexte lektorských a komunikačných zručností zdôrazňuje, že efektívna komunikácia v záťažových situáciách si vyžaduje nielen technické zvládnutie komunikačných techník, ale aj hlboké porozumenie psychologickým procesom, ktoré komunikáciu sprevádzajú. Peer supporter, ktorý ovláda tieto kompetencie, je schopný vytvoriť bezpečný komunikačný priestor, v ktorom sa kolega môže otvorene zdieľať bez strachu z odsúdenia.

Koncept peer mediácie, ktorý Kováč a Slovačeková (2014) rozpracúvajú v kontexte mediačnej praxe, je v mnohých aspektoch aplikovateľný aj na prostredie bezpečnostných zborov. Peer mediátor – podobne ako peer supporter – využíva prirodzenú dôveru a sociálnu blízkosť na facilitáciu komunikácie a riešenia konfliktov, čím predchádza ich eskalácii a chronifikácii. Implementácia peer mediačných princípov do systému psychosociálnej podpory bezpečnostných zborov by mohla výrazne rozšíriť kapacitu systému a znížiť závislosť od externých odborníkov.

Od traumy k posttraumatickému rastu

Súčasná psychológia traumy prekračuje deficit-orientovaný model, ktorý vníma traumatickú skúsenosť výlučne ako zdroj patológie. Koncept posttraumatického rastu, rozpracovaný Tedeschiom a Calhounom (1996), dokumentuje, že konfrontácia s extrémnou záťažou môže za priaznivých podmienok viesť k pozitívnym psychologickým zmenám – k prehĺbeniu medziľudských vzťahov, k objaveniu nových možností, k posilneniu osobnej sily, k duchovnému rozvoju a k hlbšiemu oceneniu života. Podmienkou posttraumatického rastu nie je absencia utrpenia, ale prítomnosť adekvátnej sociálnej opory a kognitívneho spracovania traumatickej skúsenosti. Práve tu zohráva komunikácia nezastupiteľnú úlohu – štruktúrovaný debrífing po traumatizujúcom zásahu, realizovaný v bezpečnom a dôveryhodnom prostredí, vytvára podmienky pre naratívne spracovanie skúsenosti, ktoré je predpokladom posttraumatického rastu (Pennebaker, Seagel, 1999). Príslušník, ktorý je schopný integrovať traumatickú skúsenosť do koherentného životného naratívu, z nej nevychádza len nepoškodený, ale potenciálne silnejší a múdrejší.

Psychosociálna intervencia, ktorá integruje cieľ posttraumatického rastu, teda nepracuje len s redukciou symptómov, ale aktívne buduje odolnosť ako dlhodobú kapacitu. Tento prístup si vyžaduje zmenu paradigmy v systéme psychosociálnej podpory bezpečnostných zborov – od reaktívneho modelu, ktorý intervenuje až po vzniku problému, k proaktívnemu modelu, ktorý systematicky buduje psychologické zdroje príslušníkov a vytvára organizačné podmienky pre

posttraumatický rast. Sociálna práca v meniacom sa svete čelí novým výzvam a perspektívam, ktoré si vyžadujú práve takéto proaktívne a integrované prístupy (Rosenberg, Kováč, Králik, 2025).

Psychosociálna podpora v kontexte meniacej sa spoločnosti

Súčasné bezpečnostné výzvy, ktoré Kurilovská a Krásná (2025) analyzujú v kontexte slovenského právneho a bezpečnostného prostredia, kladú na príslušníkov bezpečnostných zborov nároky, ktoré v mnohých ohľadoch presahujú tradičné rámce ich prípravy. Hybridné hrozby, kybernetická kriminalita, organizovaný zločin s medzinárodným presahom a narastajúca agresivita voči príslušníkom bezpečnostných zborov – to všetko sú faktory, ktoré menia charakter záťaže, ktorej sú príslušníci vystavení, a tým aj nároky na systém psychosociálnej podpory. V tomto kontexte je obzvlášť dôležité, aby systém psychosociálnej podpory bol schopný adaptovať sa na meniace sa podmienky a poskytovať relevantné intervencie pre nové typy záťaže. Príslušníci, ktorí sú vystavení kybernetickým hrozbám alebo dezinformačným kampaniam, čelia iným typom psychickej záťaže než tí, ktorí sa stretávajú s fyzickým násilím – a systém podpory musí byť schopný reflektovať túto diverzitu. Integrácia poznatkov zo sociálnej práce, psychológie a bezpečnostných štúdií je v tomto kontexte nevyhnutná (Rosenberg, Kováč, Králik, 2025).

Komunikačný šum ako psychologický stresor

V kontexte bezpečnostných operácií je komunikačný šum – teda akékoľvek narušenie presnosti, úplnosti alebo včasnosti prenášanej informácie – potrebné chápať nielen ako operačné riziko, ale aj ako psychologický stresor s merateľnými fyziologickými koreláciami. Nejasné rozkazy, protirečivé informácie alebo informačné vákuum aktivujú stresovú odpoveď organizmu, zvyšujú hladinu kortizolu a znižujú kapacitu prefrontálneho kortexu pre racionálne rozhodovanie (Sapolsky, 2004). V situáciách, kde je rýchle a presné rozhodovanie otázkou života a smrti, má tento mechanizmus priame operačné dôsledky.

Informačná hygiena – teda systémové úsilie o minimalizáciu komunikačného šumu a zamedzenie šíreniu dezinformácií – preto predstavuje nielen komunikačnú, ale aj psychohygienickú prioritu. Organizácie, ktoré implementujú jasné komunikačné protokoly, pravidelné informačné brífingy a transparentné mechanizmy spätnej väzby, vykazujú nižšiu mieru stresovej záťaže u svojich príslušníkov a vyššiu operačnú efektivitu (Weick, 1995). Kováč (2021) v kontexte komunikačných zručností zdôrazňuje, že efektívna komunikácia nie je len technickou záležitosťou, ale predpokladá hlboké porozumenie psychologickým procesom, ktoré komunikáciu sprevádzajú – vrátane mechanizmov, prostredníctvom ktorých komunikačný šum generuje stres a znižuje kognitívnu kapacitu. Dezinformácie šíriace sa v rámci organizácie počas krízových operácií predstavujú osobitne závažný typ komunikačného šumu. Príslušníci, ktorí sú vystavení protirečivým alebo nepravdivým informáciám o priebehu operácie, o rizikách, ktorým čelia, alebo o rozhodnutiach vedenia, reagujú zvýšenou úzkosťou, poklesom dôvery v organizáciu a znížením ochoty spolupracovať. Prevencia šírenia dezinformácií v rámci organizácie si vyžaduje nielen technické opatrenia (jasné komunikačné kanály, verifikácia informácií), ale aj kultúrne zmeny – budovanie prostredia, v ktorom sú príslušníci motivovaní zdieľať presné informácie a upozorňovať na nepresnosti.

Operačný debrífing ako komunikačno-psychologická intervencia

Operačný debrífing po záťažovom zásahu predstavuje komunikačnú techniku, ktorá stojí na rozhraní operačného riadenia a psychosociálnej intervencie. Jeho primárnym cieľom je systematická rekonštrukcia priebehu zásahu, identifikácia chýb a poučení a zabezpečenie organizačného učenia. Sekundárnym, avšak z hľadiska odolnosti nemenej dôležitým cieľom je vytvorenie priestoru pre emocionálnu ventiláciu a kognitívne spracovanie záťažovej skúsenosti.

Kľúčovým metodologickým princípom efektívneho debrífingu je dôsledné oddeľovanie faktickej a emocionálnej roviny – najprv je rekonštruovaný objektívny priebeh udalostí, následne sú adresované subjektívne reakcie a prežívanie účastníkov (Mitchell, Everly, 2001). Tento sekvenčný prístup umožňuje príslušníkom integrovať emocionálnu skúsenosť do koherentného naratívu bez rizika jej patologizácie alebo potlačenia. Debrífing tak funguje súčasne ako komunikačný nástroj, ktorý zabezpečuje tok informácií v organizácii, a ako psychosociálna intervencia, ktorá podporuje kognitívne spracovanie traumy.

Rozdiel medzi technickým zvládnutím zásahu a následným debrífingom je zásadný. Príslušník, ktorý technicky zvládol náročný zásah, ale nemal príležitosť spracovať jeho emocionálny dopad, nesie v sebe nevyriešenú záťaž, ktorá sa kumuluje a môže viesť k neskorším psychickým problémom. Debrífing, realizovaný bezprostredne po zásahu vyškolenými facilitátormi, prerušuje tento kumulatívny proces a vytvára podmienky pre posttraumatický rast namiesto posttraumatickej patológie. Krásná (2019) v kontexte prevencie sekundárnej viktimizácie zdôrazňuje, že systematická práca s emocionálnym dopadom záťažových situácií je nevyhnutnou podmienkou dlhodobej psychickej odolnosti príslušníkov bezpečnostných zborov.

Transparentnosť, dôvera a hierarchická komunikácia

Bezpečnostné zbory sú zo svojej podstaty hierarchickými organizáciami, v ktorých je tok informácií regulovaný princípom *need-to-know* – teda zásadou, že každý príslušník má prístup len k tým informáciám, ktoré sú nevyhnutné pre plnenie jeho konkrétnej úlohy. Tento princíp je z operačného hľadiska opodstatnený, avšak z psychologického hľadiska generuje napätie medzi legitímnou potrebou utajenia a psychologickou potrebou príslušníkov po zmysluplnom kontexte ich činnosti. Výskumy organizačnej psychológie konzistentne preukazujú, že vnímaná transparentnosť vedenia – teda presvedčenie príslušníkov, že vedenie komunikuje otvorene a čestne v medziach toho, čo je možné zdieľať – je silným prediktorom organizačnej dôvery, pracovnej spokojnosti a odolnosti (Simons, 2002). Transparentnosť pritom neznamená absenciu utajenia, ale aktívnu komunikáciu o dôvodoch, pre ktoré určité informácie zdieľané byť nemôžu. Tento zdanlivo jednoduchý komunikačný akt – explicitné uznanie existencie informačných obmedzení a ich zdôvodnenie – má preukázateľný pozitívny dopad na dôveru príslušníkov v organizáciu. Dôveryhodnosť Policajného zboru ako inštitúcie je v tomto kontexte neoddeliteľne spojená s kvalitou internej komunikácie. Dinušová (2022) poukazuje na to, že dôveryhodnosť nie je statická vlastnosť organizácie, ale dynamický konštrukt, ktorý je kontinuálne budovaný alebo erodovaný každodennou komunikačnou praxou. Organizácia, ktorá komunikuje transparentne, konzistentne a s rešpektom k dôstojnosti príslušníkov, buduje dôveryhodnosť nielen navonok – voči verejnosti – ale aj dovnútra – voči vlastným príslušníkom. Táto interná dôveryhodnosť je pritom predpokladom externej dôveryhodnosti, keďže príslušníci, ktorí dôverujú vlastnej organizácii, sú schopní autentickejšie a efektívnejšie reprezentovať jej hodnoty v kontakte s verejnosťou.

Etický kódex príslušníka Policajného zboru (Dinušová, 2023) v tomto kontexte plní funkciu normatívneho rámca, ktorý definuje štandardy komunikácie a správania na všetkých úrovniach organizačnej hierarchie. Implementácia etického kódexu nie je len formálnou záležitosťou, ale predpokladá aktívnu komunikačnú stratégiu, ktorá hodnoty kódexu internalizuje do každodennej praxe príslušníkov. Vzdelávanie v oblasti etiky a komunikácie, realizované v rámci prípravy príslušníkov na policajnej akadémii, je preto kľúčovým nástrojom budovania organizačnej kultúry, ktorá podporuje odolnosť.

Krízová komunikácia s verejnosťou ako dimenzia odolnosti

Krízová komunikácia bezpečnostných zborov s verejnosťou predstavuje osobitnú dimenziu, ktorá má priamy dopad na psychickú záťaž príslušníkov. Príslušníci, ktorí sú vystavení negatívnej medializácii, verejnej kritike alebo dezinformáciám o svojej práci, čelia špecifickej

forme záťaže, ktorá sa k tradičným formám operačného stresu pridáva a môže výrazne zvyšovať celkovú záťaž (Kurilovská, Krásná, 2025). Efektívna krízová komunikácia s verejnosťou, ktorá presne a transparentne informuje o priebehu a výsledkoch operácií, preto nie je len otázkou public relations, ale aj psychohygienickou záležitosťou. Súčasné bezpečnostné výzvy, vrátane hybridných hrozieb a dezinformačných kampaní, komplikujú krízovú komunikáciu bezpečnostných zborov s verejnosťou. Príslušníci, ktorí vedia, že ich práca je verejnosťou nepochopená alebo zámerne skreslená, čelia erózii pocitu zmysluplnosti svojej profesie, čo je jedným z kľúčových rizikových faktorov pre profesijné vyhorenie (Maslach, Leiter, 2016). Systém psychosociálnej podpory musí preto reflektovať aj túto dimenziu záťaže a poskytovať príslušníkom nástroje na jej zvládanie – vrátane mediálnej gramotnosti a schopnosti kriticky hodnotiť informácie o vlastnej profesii.

Synergický model psychosociálnej podpory a komunikácie

Ústrednou tézou tohto príspevku je tvrdenie, že psychosociálna podpora a efektívna komunikácia nie sú v prostredí bezpečnostných zborov substituovateľné ani vzájomne nezávislé, ale nevyhnutne komplementárne dimenzie systému odolnosti. Ich vzťah je synergický v presnom zmysle tohto pojmu: výsledok ich spoločného pôsobenia prevyšuje súčet ich individuálnych efektov. Psychosociálna podpora bez efektívnej komunikácie zostáva pre príslušníkov neviditeľná. Existujúce psychologické služby sú nevyužívané nie preto, že by neexistovali, ale preto, že o nich príslušníci nevedia, neverí im alebo sa boja stigmy spojenej s ich využitím. Efektívna komunikácia bez reálnej psychosociálnej podpory naopak pôsobí ako prázdna rétorika – organizácia komunikuje záujem o blaho príslušníkov, avšak tento záujem nie je podložený konkrétnymi intervenciami, čo vedie k cynizmu a erózii dôvery. Iba ich synergia vytvára podmienky pre *psychologické bezpečie* v zmysle Edmondsonovej (1999) – teda prostredie, v ktorom sa príslušníci cítia bezpečne pri zdieľaní obáv, chýb a zraniteľnosti bez strachu z negatívnych dôsledkov. Synergický model je možné vizualizovať ako trojuholník, ktorého vrcholy tvoria: (1) systém psychosociálnej podpory, (2) komunikačné kompetencie príslušníkov a vedenia, a (3) organizačná kultúra psychologického bezpečia. Žiadny z týchto vrcholov nemôže existovať izolovane – systém psychosociálnej podpory bez komunikačných kompetencií zostáva nevyužitý; komunikačné kompetencie bez systému podpory nemajú kam smerovať; a organizačná kultúra psychologického bezpečia nemôže vzniknúť bez oboch predchádzajúcich komponentov. Iba ich vzájomné pôsobenie vytvára skutočnú odolnosť na individuálnej aj organizačnej úrovni.

Operacionalizácia synergického modelu

Synergický model je operacionalizovateľný prostredníctvom niekoľkých konkrétnych prístupov, ktoré integrujú psychosociálnu a komunikačnú dimenziu a sú implementovateľné v rámci existujúcich vzdelávacích a organizačných štruktúr bezpečnostných zborov.

Integrované komunikačné tréningy predstavujú prvý a základný nástroj operacionalizácie. Vzdelávacie programy, ktoré neredukujú komunikáciu na operačnú techniku, ale integrujú do nej poznatky z psychológie záťaže, emocionálnej inteligencie a psychohygieny, poskytujú príslušníkom komplexné kompetencie pre zvládanie záťažových situácií. Kováč (2021) v kontexte lektorských a komunikačných zručností zdôrazňuje, že efektívna komunikácia je neoddeliteľne spojená s psychologickým sebapoznaním a schopnosťou regulovať vlastné emočné reakcie. Príslušníci, ktorí absolvujú takéto integrované tréningy, získavajú nielen schopnosť efektívne komunikovať v operačných situáciách, ale aj kompetenciu rozpoznať psychickú záťaž u seba a u kolegov a adekvátne na ňu reagovať.

Peer support programy s komunikačným tréningom predstavujú druhý kľúčový nástroj. Peer supporteri sú vyškolení nielen v základoch psychosociálnej prvej pomoci, ale aj v pokročilých komunikačných technikách – aktívnom počúvaní, nenásilnej komunikácii a motivačnom

rozhovore. Títo príslušníci tak predstavujú živé stelesnenie synergického modelu – sú súčasne komunikačnými sprostredkovateľmi a psychosociálnymi podporovateľmi. Ich prítomnosť v kolektíve normalizuje otvorenú komunikáciu o psychickej záťaži a znižuje prahovú hodnotu pre vyhľadanie pomoci.

Štruktúrovaný debrífing ako štandardná procedúra predstavuje tretí nástroj operacionalizácie. Implementácia povinného operačného debrífingu po záťažových zásahoch, realizovaného vyškolenými facilitátormi, normalizuje otvorenú komunikáciu o psychickej záťaži a súčasne zabezpečuje organizačné učenie. Debrífing, ktorý je vnímaný ako štandardná súčasť operačného procesu, a nie ako výnimočné opatrenie pre príslušníkov s problémami, efektívne znižuje stigmu a zvyšuje jeho využívanie.

Destigmatizačné komunikačné kampane predstavujú štvrtý nástroj. Systematické úsilie vedenia organizácie o aktívnu komunikáciu hodnoty psychického zdravia, pričom kľúčovým prvkom je osobný príklad nadriadených, efektívne mení normatívny rámec skupiny. Velitelia, ktorí otvorene komunikujú o vlastných skúsenostiach so záťažou a o využívaní psychosociálnej podpory, efektívnejšie búrajú stigmu než akákoľvek inštitucionálna kampaň. Etický kódex príslušníka Policajného zboru (Dinušová, 2023) poskytuje normatívny základ pre takéto destigmatizačné úsilie, keďže explicitne zakotvuje hodnoty vzájomného rešpektu a zodpovednosti za blaho kolegov.

Integrácia do vzdelávacieho procesu na policajnej akadémii predstavuje piaty a systémovo najdôležitejší nástroj. Vzdelávanie budúcich príslušníkov bezpečnostných zborov, ktoré od počiatku integruje psychologické poznatky do komunikačných tréningov a buduje kultúru psychologického bezpečia, je investíciou s najvyššou dlhodobou návratnosťou. Príslušníci, ktorí vstupujú do praxe s internalizovanými hodnotami psychologickej otvorenosti a s kompetenciami pre efektívnu komunikáciu v záťažových situáciách, sú od počiatku svojej kariéry odolnejší a menej náchylní na profesijné vyhorenie. Kováč (2020) v kontexte vzdelávania príslušníkov bezpečnostných zborov poukazuje na to, že práve vzdelávací proces je kľúčovým priestorom pre formovanie profesijnej identity, ktorá integruje odolnosť ako základnú hodnotu.

Psychologické bezpečie ako výsledok synergie

Psychologické bezpečie, ako ho vymedzuje Edmondsonová (1999), je definované ako zdieľané presvedčenie členov tímu, že tím je bezpečným miestom pre interpersonálne riskovanie – teda pre zdieľanie obáv, chýb, nápadov a zraniteľnosti bez strachu z negatívnych dôsledkov. V kontexte bezpečnostných zborov má tento koncept osobitný význam, keďže hierarchická kultúra a normy maskulinity tradične potláčajú práve tieto formy interpersonálneho riskovania. Psychologické bezpečie nie je len individuálnou psychologickou vlastnosťou, ale skupinovým fenoménom, ktorý je výsledkom dlhodobého budovania dôvery a otvorenej komunikácie. Jeho prítomnosť v kolektíve bezpečnostných zborov má merateľné pozitívne dôsledky: príslušníci sú ochotnejší upozorňovať na chyby a riziká, čo zvyšuje operačnú bezpečnosť; sú ochotnejší vyhľadať psychosociálnu pomoc, čo znižuje riziko chronického stresu a vyhorenia; a sú ochotnejší zdieľať poznatky a skúsenosti, čo podporuje organizačné učenie a inováciu.

Budovanie psychologického bezpečia v prostredí bezpečnostných zborov si vyžaduje súčasné pôsobenie na všetkých troch vrcholoch synergického trojuholníka – systém psychosociálnej podpory musí byť reálny a dostupný, komunikačné kompetencie príslušníkov a vedenia musia byť na adekvátnej úrovni, a organizačná kultúra musí aktívne podporovať otvorenosť a vzájomný rešpekt. Absencia ktoréhokoľvek z týchto komponentov narúša celý systém a bráni vzniku skutočného psychologického bezpečia.

Implikácie pre vzdelávací proces

Implementácia synergického modelu v rámci vzdelávacieho procesu na policajnej akadémii si vyžaduje niekoľko konkrétnych zmien v kurikulárnom dizajne a pedagogickej praxi. V *prvom rade* je potrebné integrovať psychologické poznatky do komunikačných tréningov – nie ako separátne moduly, ale ako integrálnu súčasť každého komunikačného cvičenia. Príslušníci by mali od počiatku chápať, že efektívna komunikácia nie je len technická zručnosť, ale psychologická kompetencia, ktorá predpokladá sebapoznanie a emocionálnu reguláciu (Kováč, 2021).

V *druhom rade* je potrebné implementovať do vzdelávacieho procesu simulačné cvičenia, ktoré modelujú záťažové situácie a umožňujú príslušníkom trénovať komunikačné a psychosociálne kompetencie v kontrolovanom prostredí. Tieto cvičenia by mali byť systematicky debrífingovane – teda po každom cvičení by mal nasledovať štruktúrovaný debrífing, ktorý integruje operačnú a emocionálnu rovinu. Týmto spôsobom sa debrífing stáva súčasťou profesijnej identity príslušníkov od počiatku ich kariéry.

V *treťom rade* je potrebné venovať osobitnú pozornosť vzdelávaniu budúcich veliteľov a nadriadených v oblasti transformačného vedenia a psychologického bezpečia. Velitelia, ktorí rozumejú psychologickým mechanizmom skupinovej dynamiky a sú schopní vedome formovať kultúru svojho kolektívu, sú kľúčovými agentmi zmeny v systéme budovania odolnosti.

Implikácie pre organizačnú prax

Na úrovni organizačnej praxe synergický model implikuje niekoľko konkrétnych odporúčaní. Prvým je implementácia systémového peer support programu, ktorý zahŕňa výber, výcvik a supervíziu peer supporterov na všetkých organizačných úrovniach. Tento program by mal byť formálne zakotvený v organizačných predpisoch a financovaný z inštitucionálnych zdrojov, aby bol vnímaný ako legitímna súčasť organizačnej štruktúry, nie ako dobrovoľná iniciatíva.

Druhým odporúčaním je zavedenie štruktúrovaného debrífingu ako štandardnej procedúry po všetkých záťažových zásahoch. Debrífing by mal byť realizovaný vyškolenými facilitátormi – ideálne kombináciou psychológa a peer supportera, čím sa zabezpečuje súčasne odborná kompetencia aj autentická profesijná blízkosť. Protokol debrífingu by mal byť štandardizovaný a pravidelne aktualizovaný na základe najnovších poznatkov z oblasti psychológie traumy a krízovej intervencie (Mitchell, Everly, 2001).

Tretím odporúčaním je vytvorenie systému pravidelnej supervízie pre príslušníkov na obzvlášť záťažových pozíciách – vrátane príslušníkov pracujúcich s obeťami trestných činov, príslušníkov záchranných zložiek a príslušníkov vykonávajúcich dlhodobé operácie v extrémnych podmienkach. Supervízia, realizovaná kvalifikovanými psychológmi, poskytuje príslušníkom pravidelný priestor pre reflexiu záťaže a jej spracovanie, čím predchádza jej kumulácii a chronifikácii. Krásná (2019) v kontexte prevencie sekundárnej viktimizácie zdôrazňuje, že pravidelná supervízia je jedným z najefektívnejších nástrojov ochrany psychického zdravia príslušníkov, ktorí sú v každodennom kontakte s obeťami.

Štvrtým odporúčaním je implementácia systému organizačnej spätnej väzby, ktorý umožňuje príslušníkom bezpečne a anonymne komunikovať obavy, podnety a návrhy smerom k vedeniu. Tento systém, aby bol efektívny, musí byť sprevádzaný viditeľnou reakciou vedenia – príslušníci musia vidieť, že ich spätná väzba je braná vážne a vedie k konkrétnym zmenám. Dinušová (2022) poukazuje na to, že vnímaná responzívnosť vedenia je jedným z kľúčových prediktorov inštitucionálnej dôveryhodnosti, ktorá je zároveň predpokladom ochoty príslušníkov komunikovať otvorene.

Piatym odporúčaním je pravidelné hodnotenie psychosociálnej klímy v organizácii prostredníctvom štandardizovaných nástrojov – dotazníkov, fokusových skupín a individuálnych rozhovorov. Tieto hodnotenia poskytujú vedeniu objektívne dáta o stave psychosociálnej odolnosti v organizácii a umožňujú včasnú identifikáciu problémových oblastí.

Výsledky hodnotení by mali byť transparentne komunikované príslušníkom, čím sa zároveň posilňuje kultúra otvorenosti a vzájomnej dôvery.

Implementácia synergického modelu psychosociálnej podpory a efektívnej komunikácie v prostredí bezpečnostných zborov nie je len otázkou individuálneho blaha príslušníkov, ale strategickou prioritou s merateľnými organizačnými a spoločenskými dôsledkami. Analytická syntéza poznatkov z psychológie záťaže, organizačnej psychológie, krízovej komunikácie a sociálnej práce, realizovaná v tomto príspevku, preukazuje, že psychosociálna podpora a efektívna komunikácia nie sú substituovateľné ani vzájomne nezávislé dimenzie, ale nevyhnutne komplementárne zložky integrovaného systému odolnosti. Na úrovni jednotlivca implementácia synergického modelu vedie k zníženiu rizika profesijného vyhorenia a sekundárnej traumatizácie, k vyššej schopnosti kognitívneho spracovania záťažových skúseností a k väčšej pravdepodobnosti posttraumatického rastu namiesto posttraumatickej patológie. Príslušník, ktorý pôsobí v organizácii s rozvinutým systémom psychosociálnej podpory a vysokou úrovňou komunikačných kompetencií, je schopný dlhodobo udržiavať vysoký výkon aj v extrémne záťažových podmienkach, pričom jeho psychické zdravie nie je obetované na oltár operačnej efektivity. Na úrovni organizácie implementácia synergického modelu vedie k zníženiu fluktuácie skúsených kádrov, ktorých odchod predstavuje nenahraditeľnú stratu inštitucionálnej pamäte a operačnej kompetencie. Skúsený príslušník, ktorý opúšťa organizáciu v dôsledku vyhorenia alebo nezvládnutej traumy, so sebou odnáša roky naakumulovaných skúseností a znalostí, ktoré nie je možné rýchlo nahradiť. Nižšia chorobnosť a redukcia psychosomatických javov, ktoré sú priamym dôsledkom chronického, nespracovaného stresu, predstavujú ďalší merateľný prínos na organizačnej úrovni. Vyššia schopnosť príslušníkov robiť etické a racionálne rozhodnutia pod extrémnym tlakom – teda práve v situáciách, pre ktoré sú bezpečnostné zbory primárne určené – je možno najvýznamnejším operačným prínosom synergického modelu.

Na úrovni spoločnosti implementácia synergického modelu prispieva k budovaniu dôveryhodnosti bezpečnostných zborov ako inštitúcií. Dinušová (2022) dokumentuje, že dôveryhodnosť Policajného zboru je podmienená nielen jeho výkonnosťou, ale aj vnímanou integritou a etickým správaním príslušníkov. Organizácia, ktorá sa systematicky stará o psychické zdravie svojich príslušníkov, komunikuje o tom transparentne a zakotvuje tieto hodnoty do etického kódexu (Dinušová, 2023), vysiela smerom k verejnosti signál zodpovednosti a integrity, ktorý pozitívne ovplyvňuje jej dôveryhodnosť. Táto dôveryhodnosť je pritom nevyhnutnou podmienkou efektívnej spolupráce medzi bezpečnostnými zložkami a verejnosťou, ktorá je v kontexte súčasných bezpečnostných výziev čoraz dôležitejšia (Kurilovská, Krásna, 2025).

Vzdelávací proces na policajnej akadémii a v ďalších inštitúciách prípravy príslušníkov bezpečnostných zborov predstavuje kľúčový priestor pre implementáciu synergického modelu. Integrácia psychologických poznatkov do komunikačných tréningov, systematická výchova k psychologickej gramotnosti a budovanie kultúry psychologického bezpečia od počiatku profesijnej dráhy príslušníkov sú investíciou, ktorej návratnosť je merateľná na individuálnej, organizačnej aj celospoločenskej úrovni. Sociálna práca a psychosociálna podpora v meniacom sa svete musia reflektovať nové výzvy a perspektívy, pričom ich integrácia do systémov bezpečnostných zborov predstavuje jednu z kľúčových priorít súčasnosti (Rosenberg, Králik, Kováč, 2025). Bezpečnostné zbory, ktoré sú schopné chrániť psychické zdravie svojich príslušníkov prostredníctvom synergického pôsobenia psychosociálnej podpory a efektívnej komunikácie, sú zároveň schopnejšie plniť svoje poslanie v prospech spoločnosti, ktorej slúžia. Odolnosť príslušníkov nie je luxusom ani vedľajším produktom dobrej organizačnej kultúry – je nevyhnutnou podmienkou bezpečnosti, spravodlivosti a dôvery, na ktorých stojí demokratická spoločnosť.

Zoznam použitej literatúry

BASS, Bernard M. a Ronald E. RIGGIO, 2006. *Transformational Leadership*. 2. vyd. New York: Psychology Press. ISBN 978-1-4106-1709-5. Dostupné tiež z: doi:10.4324/9781410617095

BRITT, Thomas W., Amy B. ADLER a Paul T. BARTONE, 2001. Deriving benefits from stressful events: the role of engagement in meaningful work and hardiness. *Journal of Occupational Health Psychology*. 6(1), 53–63. ISSN 1076-8998. Dostupné tiež z: doi:10.1037//1076-8998.6.1.53

CORRIGAN, Patrick, 2004. How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*. 59(7), 614–625. ISSN 0003-066X. Dostupné tiež z: doi:10.1037/0003-066X.59.7.614

DIGLIANI, Jack A., 2022. *Reflections of a Police Psychologist: Primary Considerations in Policing*. Bloomington: Xlibris/Author Solutions Incorporated. ISBN 978-1-6698-4957-5.

DINUŠOVÁ, Dominika, 2022. Vybrané teoretické súvislosti skúmania dôveryhodnosti Policajného zboru. *Notitiae iudiciales Academie collegii aedilium in Bratislava*. 8(1), 3–16. ISSN 2453-6954.

DINUŠOVÁ, Dominika, 2023. *Príručka k etickému kódexu príslušníka Policajného zboru vydaného nariadením Ministerstva vnútra Slovenskej republiky č. 41/2022 o etickom kódexe príslušníka Policajného zboru* [online]. 1. vyd. Bratislava: Ministerstvo vnútra Slovenskej republiky. [cit. 2026-04-18]. Dostupné z: https://www.minv.sk/?etika-v-pz

EDMONDSON, Amy, 1999. Psychological Safety and Learning Behavior in Work Teams. *Administrative Science Quarterly*. 44(2), 350–383. ISSN 0001-8392. Dostupné tiež z: doi:10.2307/2666999

FIGLEY, CHARLES R., ed., (1995). *Compassion Fatigue: Coping with Secondary Traumatic Stress Disorder in Those Who Treat the Traumatized*. New York: Routledge. Brunner/Mazel Psychosocial Stress Series, 23. ISBN 978-0-87030-759-5.

HOGE, Charles W., Carl A. CASTRO, Stephen C. MESSER, Dennis MCGURK, Dave I. COTTING a Robert L. KOFFMAN, 2004. Combat duty in Iraq and Afghanistan, mental health problems, and barriers to care. *New England Journal of Medicine*. 351(1), 13–22. ISSN 0028-4793. Dostupné tiež z: doi:10.1056/NEJMoa040603

KARAFFA, Kerry M. a Karin TOCHKOV, 2013. Attitudes Toward Seeking Mental Health Treatment Among Law Enforcement Officers. *Applied Psychology in Criminal Justice*. 9(2), 75–99. ISSN 1550-3550.

KOVÁČ, Ernest, 2020. Aspekty intrapsychických a interpersonálnych konfliktov v praxi manažéra. In: SUJA, M. (ed.). *Optimalizácia edukácie študentov študijného odboru bezpečnostné verejno-správne služby*. Bratislava: Akadémia Policajného zboru v Bratislave, s. 113. ISBN 978-80-8054-850-6.

KOVÁČ, Ernest, 2021. *Lektorské a komunikačné zručnosti*. 1. vyd. Bratislava: Akadémia humanitných a medzikulturálnych štúdií Edith Steinovej. ISBN 978-80-973898-4-0.

KOVÁČ, Ernest, 2024. *Mediácia – rodina – legislatíva*. 1. vyd. Bratislava: Inštitút vzdelávania a osobnostného rozvoja. ISBN 978-80-974773-0-1.

KRÁSNÁ, Patrícia, 2019. Prevencia sekundárnej viktimizácie. In: KIŠŠOVÁ, Michaela a Magdaléna ONDICOVÁ (eds.). *Prevencia kriminality – výzva spoločnosti: zborník z medzinárodnej vedeckej konferencie, 04.–05. 06. 2019, Bratislava*. Bratislava: Akadémia Policajného zboru v Bratislave, s. 91–100. ISBN 978-80-8054-840-7.

KURILOVSKÁ, Lucia a Patrícia KRÁSNÁ, 2025. Bezpečnostné výzvy v súčasnosti. In: ADAMKOVIČ, Marek, Jozef ČENTÉŠ a Roland HOCHMANN (eds.). *Smerovanie trestného práva v dobe umelej inteligencie: Bratislavské právnické fórum* [elektronický dokument]. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Právnická fakulta UK, s. 170–187. ISBN 978-80-7160-773-1.

LAZARUS, Richard S. a Susan FOLKMAN, 1984. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company. ISBN 0-8261-4191-9.
MASLACH, Christina a Michael P. LEITER, 2016. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*. 15(2), 103–111. ISSN 2051-5545. Dostupné tiež z: doi:10.1002/wps.20311
MITCHELL, Jeffrey T. a George S. EVERLY, 2001. *Critical Incident Stress Debriefing: An Operations Manual for Cisd, Defusing and Other Group Crisis Intervention Services*. 3. vyd. Ellicott City: Chevron Publishing Corp. ISBN 978-1883581190.
PENNEBAKER, James W. a Joshua D. SEAGAL, 1999. Forming a story: the health benefits of narrative. *Journal of Clinical Psychology*. 55(10), 1243–1254. ISSN 0021-9762.
ROSENBERG, R., KOVÁČ, E. a KRALIK, R. 2025. Social Work in a Changing World: New Challenges and Perspectives. In: Clinical Social Work and Health Intervention. ISSN 2076-9741. Roč. 16, č. 3, s. 244–248. DOI: 10.22359/cswhi_16_3_25.
SAPOLSKY, Robert M., 2004. *Why Zebras Don't Get Ulcers*. 3. vyd. New York: St. Martin's Press. ISBN 978-0-8050-7369-0.
SIMONS, Tony, 2002. Behavioral Integrity: The Perceived Alignment Between Managers' Words and Deeds as a Research Focus. *Organization Science*. 13(1), 18–35. ISSN 1047-7039. Dostupné tiež z: doi:10.1287/orsc.13.1.18.543
TEDESCHI, Richard G. a Lawrence G. CALHOUN, 1996. The Posttraumatic Growth Inventory: measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*. 9(3), 455–471. ISSN 0894-9867. Dostupné tiež z: doi:10.1007/BF02103658
VAN DER KOLK, B.A. (2015). *The Body Keeps the Score: Mind, Brain and Body in the Transformation of Trauma*. London: Penguin Books. ISBN 9780141978611.
WEICK, Karl E., 1995. *Sensemaking in Organizations*. Thousand Oaks: SAGE Publications. Foundations for Organizational Science. ISBN 978-0-8039-7177-6.

ETICKÉ ROZHODOVANIE A KRITICKÉ MYSLENIE V SOCIÁLNOPRÁVNEJ OCHRANE DETÍ

ETHICAL DECISION-MAKING AND CRITICAL THINKING IN CHILD PROTECTION

Lýdia Lešková
doc. PhDr. Ing., PhD.
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-8483-0313
Katolícka univerzita v Ružomberku
Teologická fakulta v Košiciach
Katedra spoločenských vied
041 21 Košice, Slovenská republika
lydia.leskova@ku.sk

Katarína Mičková
Mgr., PhD.
ORCID: https://orcid.org/0009-0002-0754-6543
Katolícka univerzita v Ružomberku
Teologická fakulta v Košiciach
Katedra spoločenských vied
041 21 Košice, Slovenská republika
katarina.mickova@ku.sk

Abstrakt: Príspevok sa zameriava na etické rozhodovanie sociálnych pracovníkov v systéme sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately (SPODaSK) s dôrazom na kritické myslenie a princíp najlepšieho záujmu dieťaťa. Teoretická časť analyzuje význam etiky, profesionálnej zodpovednosti a etických dilem pri rozhodovaní o zásahoch do rodinného života. Cieľom výskumu bolo preskúmať uplatňovanie kritického myslenia sociálnymi pracovníkmi orgánu SPODaSK. Metodologicky sa výskum opiera o kvalitatívnu analýzu právnych predpisov a rozhodovacích situácií s využitím škál rozhodovacej záťaže a potreby kritického myslenia. Výsledky poukazujú na rastúcu etickú náročnosť rozhodovania so zvyšujúcou sa intenzitou zásahu. Záver zdôrazňuje potrebu integrácie právnych, etických a odborných hľadísk pre zodpovednú prax v ochrane detí.

Kľúčové slová: Etika. Kritické myslenie. Najlepší záujem dieťaťa. Sociálnoprávna ochrana detí. Sociálna práca.

Abstract: The paper focuses on the ethical decision-making of social workers within the system of social and legal protection of children and social guardianship (SLPCSG), with an emphasis on critical thinking and the principle of the best interests of the child. The theoretical part analyses the significance of ethics, professional responsibility, and ethical dilemmas in decisions involving interventions in family life. The aim of the research was to examine the application of critical thinking by social workers of the SLPCSG authority. Methodologically, the research is based on a qualitative analysis of legal regulations and decision-making situations, using scales of decision-making burden and the need for critical thinking. The results point to increasing ethical complexity of decision-making as the intensity of intervention rises. The conclusion highlights the need to integrate legal, ethical, and professional perspectives for responsible practice in child protection.

Keywords: Best interests of the Child. Child Protection. Critical thinking. Ethics. Social work.

Úvod do problematiky

Etika v sociálnej práci predstavuje kľúčový rámec rozhodovania v sociálnoprávnej ochrane detí založený na princípe najlepšieho záujmu dieťaťa. Jeho uplatňovanie si vyžaduje kritické myslenie, ktoré umožňuje kvalifikovaný odborný úsudok, analytické posúdenie situácie dieťaťa a reflexiu dôsledkov prijímaných rozhodnutí. Kritické myslenie je nevyhnutným predpokladom eticky zodpovedného riešenia etických dilem, keďže podporuje zvažovanie alternatív a zabezpečuje rozhodovanie v súlade s ochranou práv dieťaťa. Eticky a odborne adekvátne rozhodovanie v sociálnoprávnej ochrane detí si vyžaduje profesionálnu nezávislosť a schopnosť identifikovať konflikty záujmov. Tvrdoň a kol. (2014) uvádzajú, že porozumenie etike a jej praktické uplatňovanie sú nevyhnutným predpokladom zodpovedného výkonu sociálnej práce. Viacerí autori (Kusin, Šebestová, Drábiková, 2015; Lonne et al., 2015) tvrdia, že profesionálna zodpovednosť sa prejavuje schopnosťou kriticky reflektovať vlastné rozhodnutia a dôsledne uplatňovať najlepší záujem dieťaťa ako základné kritérium odborného konania.

Kvalita výkonu sociálnej práce je podmienená schopnosťou integrovať morálne hodnoty, etické princípy, kritické myslenie a profesionálnu empatiu do každodennej praxe (McCafferty et al., 2024). Absencia kritického myslenia a etickej reflexie zvyšuje riziko nefunkčných profesijných vzťahov a neadekvátnych rozhodnutí, najmä v situáciách nízkej spolupráce zo strany rodičov (Mátel, Schavel a Grey, 2015). Viacerí autori (Harrell, Wahab, 2022; Chatzifotiou, Papouli, 2022; Šlosár a kol., 2017) sa prikláňajú k tvrdeniu, že kritické myslenie umožňuje reflektovať mocenské vzťahy, právne rámce a etické dilemy spojené s vyvažovaním medzi pomocou a kontrolou v ochrane detí. Etické dilemy v tomto kontexte predstavujú voľbu medzi dvomi neželanými a navzájom si odporujúcimi alternatívami (Levická, 2010, s. 19), pričom najčastejšie ide o konflikty medzi dôvernosťou informácií a bezpečím dieťaťa (Jamborová, 2015) alebo medzi právami dieťaťa a rodičov (Janebová, 2010).

Etické rozhodovanie patrí v sociálnoprávnej ochrane detí medzi najnáročnejšie aspekty sociálnej práce, najmä v otázkach primeranej miery zásahu do života dieťaťa a jeho rodiny (Filová, Levická, 2010). Sociálni pracovníci sa stretávajú so situáciami bez jednoznačne správneho riešenia, v ktorých dochádza ku konfliktu protichodných hodnôt, napríklad medzi autonómiou rodiča a ochranou dieťaťa (Wilson, 2020; Sobočan et al., 2019).

Metodológia

Rozhodovanie sociálnych pracovníkov orgánov sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately patrí k najnáročnejším aspektom sociálnej práce, keďže je spojené s uplatňovaním zákonných právomocí umožňujúcich výrazné zásahy do života dieťaťa a jeho rodiny. Povinnosť konať v súlade s princípom najlepšieho záujmu dieťaťa predpokladá vysokú mieru kritického myslenia a etickej reflexie, najmä v situáciách, ktoré neumožňujú mechanické uplatňovanie právnych noriem, ale vyžadujú individuálne posúdenie rizík, potrieb a vývinových špecifík dieťaťa; rozhodovací proces sa tak odohráva na priesečníku právnych rámcov, etických princípov a odborného úsudku.

Cieľom výskumu bolo analyzovať, ako sociálni pracovníci orgánov SPODaSK uplatňujú kritické myslenie pri rozhodovaní o konkrétnych opatreniach sociálnoprávnej ochrany detí, a identifikovať oblasti, v ktorých vznikajú etické dilemy a rozhodovacie neistoty.

Výskumná metóda. Výskum bol koncipovaný ako kvalitatívna analýza rozhodovacích procesov sociálnych pracovníkov SPODaSK. Ako základné metódy boli použité:

- obsahová analýza zákonov č. 36/2005 Z.z. o rodine v znení neskorších predpisov a zákona č. 305/2005 Z.z. o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kuratele,

- analýza rozhodovacích situácií (case-based reasoning) pri uplatňovaní opatrení a výchovných opatrení prijímaných v zmysle ustanovení zákonov (č. 36/2005 Z.z. a č. 305/2005 Z.z.).

Pri kvalitatívnej analýze sme vytvorili dve hodnotiace škály, a to:
- škála miery rozhodovacej záťaže pri prijímaní opatrení / výchovných opatrení,
- škála kritického myslenia pri prijímaní opatrení / výchovných opatrení.

Mieru rozhodovacej záťaže sme vymedzili na škále nízka – veľmi vysoká (kritická). Presné vymedzenie škály je uvedené v Tabuľke 1.

Tabuľka 1 Škála miery rozhodovacej záťaže

Miera rozhodovacej záťaže	*Charakteristika*
Nízka	rutinné, štandardizované rozhodovanie
Stredná	vyžaduje posúdenie kontextu a proporcionality
Vysoká	zásah do práv, potreba multidisciplinárneho uvažovania
Veľmi vysoká / Kritická	zásah do rodinného života, vysoké etické riziko

Zdroj: vlastné spracovanie

Potrebu kritického myslenia sme vymedzili na škále nízka – kritická. Presné vymedzenie škály je uvedené v Tabuľke 2.

Tabuľka 2 Škála kritického myslenia

Škála	*Charakteristika*
Nízka	Rutinné a jednoznačné situácie riešené podľa jasných postupov; minimálne riziko a potreba kritického posudzovania nad rámec kontroly správnosti postupu.
Stredná	Mierne komplexné situácie vyžadujúce základnú analýzu kontextu a alternatív, pri rozhodovaní stále dominantne využívajúce metodické rámce a skúsenosti.
Vysoká	Nejednoznačné a komplexné situácie bez možnosti mechanického postupu; nevyhnutná analýza rizikových a ochranných faktorov, reflexia postojov a dôsledkov rozhodnutí.
Veľmi vysoká	Situácie s výrazným konfliktom hodnôt, práv a záujmov a vysokou mierou neistoty; rozhodnutia so zásadným dopadom na život a bezpečie dieťaťa.
Kritická	Situácie s bezprostredným ohrozením dieťaťa alebo nezvratnými dôsledkami; vyžadujú maximálnu mieru kritického myslenia, etickej reflexie a uplatnenie princípu proporcionality.

Zdroj: vlastné spracovanie

Interpretácia výsledkov výskumu

Výsledky skúmania interpretuje prostredníctvom prehľadných tabuliek samostatne pre oba skúmané zákony, pričom pri každom opatrení / výchovnom opatrení vymedzujeme zákonný rámec (§§ v príslušnom zákone), mieru rozhodovacej záťaže a potrebu kritického myslenia.

Tabuľka 3 systematizuje výchovné opatrenia a opatrenia podľa zákona č. 305/2005 Z. z. o SPODaSK z hľadiska typu opatrenia, miery rozhodovacej záťaže a potreby kritického myslenia. Poukazuje na to, že aj formálne menej invazívne opatrenia si vyžadujú odborné posúdenie situácie dieťaťa. So zvyšujúcou sa intenzitou zásahu do rodinného života, najmä pri

povinnostiach liečby, dohľade nad rodičovskými právami a návrhoch súdu, výrazne narastá rozhodovacia záťaž aj potreba kritickej reflexie. Najvyššiu náročnosť predstavujú neodkladné opatrenia a odňatie dieťaťa z rodiny. Tabuľka 3 tým zdôrazňuje nevyhnutnosť systematickej integrácie právnych, etických a odborných hľadísk v rozhodovaní orgánov SPODaSK.

Tabuľka 3 Výchovné opatrenia a opatrenia podľa zákona č.305/2005 Z.z. o SPODaSK

Typ opatrenia	*Zákonný rámec / kompetencia*	*Miera rozhodovacej záťaže*	*Potreba kritického myslenia*
Upozornenie dieťaťa / rodiča	§ 12, orgán SPODaSK	Nízka – stredná	Stredná
Povinnosť podrobiť sa odbornej diagnostike	§ 13 ods. 1 písm. a)	Stredná	Vysoká
Povinnosť zúčastniť sa liečby	§ 13 ods. 1 písm. b)	Vysoká	Veľmi vysoká
Účasť na výchovnom alebo sociálnom programe	§ 13 ods. 1 písm. c)	Stredná	Vysoká
Poskytovanie sociálno-právneho poradenstva	§ 11	Stredná	Vysoká
Dohľad nad výkonom rodičovských práv (SPODaSK)	§ 14	Vysoká	Veľmi vysoká
Návrh súdu na nariadenie výchovného opatrenia	§ 15	Veľmi vysoká	Kritická
Návrh na neodkladné opatrenie (ohrozenie dieťaťa)	§ 27	Kritická	Kritická
Návrh na odňatie dieťaťa z rodiny	§ 29	Kritická	Kritická
Hodnotenie účinnosti uloženého opatrenia	§ 13 ods. 6	Vysoká	Veľmi vysoká
Návrh na zrušenie opatrenia	§ 30	Vysoká	Vysoká

Zdroj: vlastné spracovanie

Tabuľka 4 systematizuje výchovné opatrenia podľa § 37 zákona č. 36/2005 Z. z. o rodine z hľadiska typu opatrenia, rozhodovacej záťaže a potreby kritického myslenia. Miernejšie opatrenia, ako napomenutie či odborná pomoc, si vyžadujú citlivé posúdenie individuálnej situácie dieťaťa, zásahy ako dohľad nad výchovou, obmedzenie rodičovských práv či dočasné odňatie dieťaťa sú spojené s veľmi vysokou až kritickou rozhodovacou záťažou.

Tabuľka 4 Výchovné opatrenia podľa zákona č. 36/2005 Z.z. o rodine

Typ opatrenia	*Zákonný rámec / kompetencia*	*Miera rozhodovacej záťaže*	*Potreba kritického myslenia*
Napomenutie rodičov alebo dieťaťa	§ 37 ods. 1, súd / SPODaSK	Stredná	Vysoká
Dohľad nad výchovou dieťaťa	§ 37 ods. 2 písm. a), súd	Vysoká	Veľmi vysoká
Uloženie obmedzení rodičovských práv (čiastočne)	§ 37 ods. 2 písm. b)	Veľmi vysoká	Kritická
Povinnosť využiť odbornú pomoc (poradenstvo, terapia)	§ 37 ods. 2 písm. c)	Stredná	Vysoká

Dočasné odňatie dieťaťa z osobnej starostlivosti	§ 37 ods. 3	Veľmi vysoká	Kritická
Zrušenie alebo zmena výchovného opatrenia	§ 37 ods. 6	Vysoká	Vysoká

Zdroj: vlastné spracovanie

Diskusia

Výskum potvrdzuje, že v sociálnoprávnej ochrane detí nadobúdajú opatrenia / výchovné opatrenia význam až prostredníctvom kritického myslenia sociálneho pracovníka. Rozhodovanie o zásahu, jeho intenzite či ukončení nemožno redukovať na administratívne posúdenie, ale ide o eticky podmienený proces vyžadujúci odbornú interpretáciu princípu najlepšieho záujmu dieťaťa. Rozhodovanie v SPODaSK predstavuje komplexnú formu profesionálneho úsudku zakotveného v etických hodnotách, praktickej múdrosti a kritickej reflexii (Broadley, 2020; Keddell, 2023). Etické kódexy sociálnej práce pritom zdôrazňujú proporcionalitu zásahov a zodpovednosť profesionála za dôsledky rozhodnutí, ktoré sa v praxi realizujú.

Empirické zistenia ukazujú, že rozhodovacia záťaž nie je priamo úmerná závažnosti opatrenia, ale je determinovaná mierou zásahu do autonómie rodiny, rizikom ireverzibility rozhodnutia a potenciálom sekundárneho poškodenia dieťaťa (Tufford et al., 2021). Aj legislatívne miernejšie opatrenia môžu vyvolávať výrazné etické napätie, pričom zásahy do rodičovských práv sú identifikované ako významný zdroj morálneho stresu sociálnych pracovníkov (Beddoe et al., 2022). Osobitnú etickú závažnosť majú rozhodnutia s čiastočne alebo úplne ireverzibilnými dôsledkami, ako je odňatie dieťaťa z rodiny alebo dlhodobý pobyt v náhradnej starostlivosti. Tieto zásahy podľa Broadley (2020) predstavujú nielen právne akty, ale hlboké zásahy do identity dieťaťa a jeho vzťahovej kontinuity, pričom ich dôsledky môžu pretrvávať aj po ukončení opatrenia. Keddell (2023) zároveň upozorňuje na riziko sekundárneho poškodenia dieťaťa v procese samotnej ochrany, najmä v dôsledku nadmernej inštitucionalizácie alebo nekoordinovaných zásahov.

Kritické myslenie a reflexívna prax sa preto javia ako etická povinnosť profesionála. Najvyššia potreba kritického myslenia sa identifikuje pri návrhoch na súd a neodkladných opatreniach. Podľa Tufford et al. (2021) v takýchto situáciách sociálni pracovníci balansujú medzi právnou povinnosťou konať a snahou zachovať pracovnú alianciu s rodinou. Významným indikátorom profesionálnej zrelosti systému ochrany detí je schopnosť deeskalovať zásah a upraviť alebo ukončiť opatrenie pri zlepšení situácie dieťaťa a rodiny. Beddoe et al. (2022) tvrdia, že rozhodovanie o ukončení opatrení je spojené so silným pocitom zodpovednosti a obavou z následkov nekonania. Rozhodovanie v sociálnoprávnej ochrane detí tak podľa Broadley (2020) predstavuje prakticko-morálnu činnosť, ktorej kvalita je podmienená schopnosťou uplatňovať, etickú senzitivitu a kritické myslenie ako základné piliere profesionálnej praxe.

Záver

Predkladaný príspevok poukazuje na etické rozhodovanie v sociálnoprávnej ochrane detí ako na komplexný proces, ktorý nemožno redukovať na mechanickú aplikáciu právnych noriem. Kritické myslenie sa ukazuje ako kľúčový predpoklad odborného úsudku, umožňujúci citlivú interpretáciu princípu najlepšieho záujmu dieťaťa v kontexte konkrétnych životných situácií. Výsledky analýzy naznačujú, že so zvyšujúcou sa intenzitou zásahov do rodinného života narastá aj rozhodovacia záťaž a etická náročnosť profesijnej praxe. Rozhodovanie sociálnych pracovníkov je determinované napätím medzi ochranou dieťaťa, rešpektovaním práv rodičov a limitmi systému sociálnoprávnej ochrany. Osobitnú úlohu v tomto procese zohráva supervízia ako priestor reflexie, podpory kritického myslenia a prevencie morálneho preťaženia. Rozvoj

etickej senzitivity a kritického myslenia sociálnych pracovníkov preto nemožno chápať ako nadštandard, ale ako základnú podmienku kvality sociálnoprávnej ochrany detí.

Zoznam použitej literatúry

Beddoe et al. (2022) Tarsem Singh. *Supervision in child protection: A space and place for reflection or an excruciating marathon of compliance? European Journal of Social Work*, 25(3), s. 525–537.
Brnula, P. (2010) Etický kódex sociálnych pracovníkov. Reálna potreba praxe alebo len nevyhnutnosť? In *Aplikovaná etika v sociální práci.* Brno: Institut mezioborových studií, s. 40–51.
Broadley, K. (2020) *Applied ethics for child protection: What would Aristotle say? Ethics and Social Welfar*e, 14(4), s. 361–375.
Filová, Z; Levická, J. (2010) Etické problémy v sociálnej práci. In *Etika sociální práce.* Hradec Králové: Gaudeamus, s. 126–145.
Harrell, S., Wahab, S. (2022) The case for mandatory reporting as an ethical dilemma for social workers. *Advances in Social Work*, 22(2), pp. 818–840.
Chatzifotiou, S., Papouli, E. (2022) Social workers dealing with ethical dilemmas in the course of their professional work: The Greek experience. *The British Journal of Social Work*, 52(8), 4795–4814.
Jamborová, R. (2015) Etika a etický kódex sociálneho pracovníka a asistenta sociálnej práce. In *Zasvätení a poslaní pre sociálne služby a odkaz bl. Sáry Salkaházi.* Prešov: Vydavateľstvo Michala Vaška, s. 34-40.
Janebová, R. (2010) Dilemata mezi právem a etikou aneb právo nezbavuje odpovědnosti. In *Etika sociální práce.* Hradec Králové: Gaudeamus, s. 38–54.
Keddell, E. (2023) *On decision variability in child protection: Respect, interactive universalism and ethics of care. Ethics and Social Welfare*, 17(1), s. 4–19.
Kusin, V., Šebestová, P., Drábiková, J. (2015) *Etika v sociálnej práci a otázky ľudských práv a slobôd.* Sládkovičovo: Vysoká škola Danubius.
Levická, J. (2014) *Etika sociálnej práce.* Hradec Králové: Gaudeamus.
Lonne, B., Harries, M., Featherstone, B., Gray, M. (2015) *Working ethically in child protection*. London: Routledge.
Mátel, A. (2021) Etické míľniky profesionalizácie sociálnej práce (americká, československá a slovenská perspektíva). *Sociální práce / Sociálna práca*, 6, s. 43–61.
Mátel, A., Schavel, M., Grey, E. (2015) *Teória a metódy sociálnej práce I.* Bratislava: Spoločnosť pre rozvoj sociálnej práce.
McCafferty, P., Mercado Garcia, E. (2024) Children's participation in child welfare: A systematic review of systematic reviews. *The British Journal of Social Work*, 54(3), 1092–1108.
Sobočan, A. M., Bertotti, T., Strom-Gottfried, K. (2019) Ethical considerations in social work research. *European Journal of Social Work*, 22(5), pp. 805–818.
Šlosár, D. a kol. (2017) *Teórie sociálnej práce a vybrané klientske skupiny*. Košice: FF UPJŠ.
Tufford et al. (2021) *Decision-making and relationship competence when reporting suspected physical abuse and child neglect. Clinical Social Work Journal*, 49(2), s. 256–270.
Tvrdoň, M. a kol. (2014) *Etika sociálnej práce.* Nitra: FSVaZ, UKF Nitra.
Wilson, K. (2020) Ethical conflicts in social work practice: Challenges and opportunities. *Ethics and Social Welfare*, 14(1), pp, 1–5.
Zákon č. 36/2005 Z.z. o rodine v znení neskorších predpisov.
Zákon č. 305/2005 Z.z. o sociálnoprávnej ochrane detí a o sociálnej kuratele.

Príspevok vznikol v rámci riešenia vedeckovýskumnej úlohy projektu KEGA č. 017KU-4/2025 *„Kritické myslenie a jeho implementácia do osnov študijného programu sociálna práca“.*

SOCIOPSYCHOLOGICAL EFFECTS OF AI AS THE MAIN SOURCE OF MENTAL SUPPORT AMONG ADOLESCENTS

SOCIOPSYCHOLOGICKÉ DŮSLEDKY UMĚLÉ INTELIGENCE JAKO HLAVNÍHO ZDROJE MENTÁLNÍ PODPORY U DOSPÍVAJÍCÍCH

Michal Matějka
PaedDr. PhDr. Ph.D., DBA,
ORCID: https://orcid.org/0009-0006-0734-5177
University of Social and Security Sciences,
Hovorčovická 1281/11 182 00 Praha 8, Czech Republic
matejka@wsnsb.cz

Albert Oláh
PhDr. Ing. Mgr., PhD., MBA
ORCID: https://orcid.org/0009-0002-6634-2196
University of Social and Security Sciences,
Hovorčovická 1281/11 182 00 Praha 8, Czech Republic
olah@wsnsb.cz

Agnieszka Szpak
Dr. MBA,
ORCID: https://orcid.org/0009-0001-7193-6728
University of Social Sciences, Łódź, Poland
prorektor@uns.lodz.pl

Abstract: Questions related to the phenomenon of artificial intelligence and its impact on the mental life of the adolescent generation constitute a distinct issue that should be carefully considered and explored in greater depth in the context of contemporary society. The aim of this work is to acquaint readers with the latent risks and pitfalls associated with the use of large language models (LLMs) as substitutes for psychotherapeutic intervention and natural interpersonal communication. The study presents a perspective on the challenges facing adolescents regarding the quality of their mental life and coping with crisis situations in educational and social environments. Amidst the changes imposed by modern society, demotivating factors frequently arise, leading to a deterioration in youth mental health and significantly affecting their social development and academic performance. Commitment, frustration, and psychological exhaustion strongly influence individual development and often prevent deeper engagement in building authentic interpersonal relationships. When artificial intelligence enters this vacuum in the form of so-called "synthetic empathy," significant shifts occur in socio-cognitive development. The work primarily addresses the mechanisms of algorithmic confirmation bias, social skill atrophy, and the limitations of AI in crisis intervention. It offers an exploratory description providing deep insight into the issue of parasocial interactions with machines from the perspective of applied psychology and pedagogy. The purpose is to familiarize readers with the hidden threats of these digital bonds, their impact on the formation of autonomy in adolescents, and, above all, to outline the difficult path toward safe and ethical use of algorithms in school and counseling environments.

Keywords: Artificial intelligence, LLMs, synthetic empathy, adolescence, mental health, quality of life, social atrophy, educational psychology, pedeutology, personality epistemology.

Introduction

The author has intentionally chosen the subject and topic of this scholarly article, as the issue of mental health and the massive technological influence on the formation of the younger generation is more relevant today than ever before. We find ourselves at a pivotal technological and sociocultural turning point. While the first decades of the 21st century were defined by the rise of social networks and the processes of digitalization, which significantly modified interpersonal communication, the current era of generative artificial intelligence and large language models (LLMs) brings an entirely new paradigm. Technology no longer merely mediates interpersonal connections; it now attempts to directly simulate—and in many ways even replace—them. The issues explored here, concerning the psychological resilience of adolescents, call for reform and a new, critical perspective on how to approach AI within psychological and pedagogical practice. This urgency is emphasized by social psychologist Jonathan Haidt (2024), who warns against the so-called rewiring of "childhood." According to Haidt, today's adolescent generation, which has collectively migrated from the physical world of play to the virtual environment of smartphones, suffers from an unprecedented increase in anxiety disorders and reduced frustration tolerance. It is precisely within this weakened social substrate that conversational artificial intelligence is now intervening.

In the current era, it is evident that traditional systems of psychotherapeutic care and school counseling struggle with limited accessibility, personnel overload, and, for many adolescents, a persistent feeling of stigmatization when seeking professional human help. Into this vacuum, conversational artificial intelligence (e.g., ChatGPT, Claude, or specialized applications like Replika) enters naturally and with tremendous dynamism. The current state of digital communication development thus deserves our full attention, as the adolescent generation is experiencing a particularly complex ontogenetic period associated with the search for personal identity and social anchoring, making it appropriate to dedicate proper time and professional focus to this issue.

For the adolescent individual, artificial intelligence represents a highly attractive escape and alternative for problem-solving. The algorithm offers immediate, free, and seemingly anonymous support, available virtually anytime and anywhere. However, it does so in the form of so-called "synthetic empathy"—algorithmically generated, predictive textual responses that perfectly simulate understanding and acceptance but lack an authentic, experienced interpersonal dimension. This phenomenon brings a range of hidden pathological risks, which may adversely affect students' attitudes toward the real world and thus influence the quality of their future professional and personal lives.

Data analysis shows that many publications address this issue mainly on a technological level, while deeper psychosocial and pedagogical impacts are often overlooked or trivialized. The pressure adolescents face (whether from school, family, or social media) causes frustration and feelings of isolation. However, if a young person learns to regulate these challenging emotional states exclusively through asymmetric conversations with artificial intelligence, which always only affirms their opinions and never criticizes them, there is a significant risk of fixation of pathological thinking patterns and social atrophy.

Therefore, this theoretical study aims to examine the issue of the quality of mental life among youth not only from a purely technological perspective but especially from the standpoint of psychosocial constructs. It will reflect on many variable areas of pedagogical and psychological life and their influence on the mental well-being of individuals exposed to the pressures of modern technologies. Without understanding how artificial intelligence shapes the internal beliefs of adolescents, it would be very difficult to apply appropriate intervention and educational strategies. It is absolutely essential to clearly define the risks of this digital solipsism and how the school environment and psychological practice can reflect and safely address this trend.

From Fluid Relationships to Synthetic Alliances

To gain a deeper understanding of why the adolescent generation so massively and unreservedly gravitates towards algorithmic support, it is essential to view this phenomenon through the lens of modern digital sociology and developmental psychology. From a theoretical perspective, it is crucial to recognise the profound structural changes in the nature of interpersonal relationships brought about by contemporary times and technological progress. The renowned sociologist Zygmunt Bauman (2003), in his seminal work Liquid Love, precisely characterised modern interpersonal bonds as inherently fragile, constantly burdened by fear of commitment and the latent threat of failure or rejection. A quality, fully-fledged interpersonal relationship demands long-term emotional investment from the individual, the capacity for compromise, and, above all, the ability to withstand interpersonal friction. In the context of adolescent quality of life, where young people in the educational process are often subjected to immense pressure for performance and social conformity, these relational requirements may appear to be insurmountable obstacles.

In this uncertain social climate, artificial intelligence offers adolescents a perfect, yet from the perspective of mental hygiene, highly maladaptive escape strategy. This creates space for an asymmetric parasocial relationship, which is entirely subordinate to the will of the user. This "relationship" is permanently available, requires neither cognitive nor emotional investment from the individual, and can be "turned off" at any time without any social consequences or feelings of guilt. As highlighted in extensive research by Sherry Turkle (2017) from MIT, this state can aptly be described by the term "alone together." Today's technological platforms offer the illusion of companionship without the demands inherent to genuine human intimacy and vulnerability. Interaction with large language models (LLMs) represents, for an anxious or frustrated adolescent, an imagined hall of mirrors—an isolated environment that never contradicts, never judges, and never disappoints. In this way, the user is effectively isolated from the necessity of confronting real relational dynamics, with a devastating impact on their ability to establish real social and professional bonds in the future.

From the perspective of developmental psychology and classical attachment theory, formulated by John Bowlby (1982), it is absolutely evident that an individual's ability to regulate emotions and constructively process frustration develops primarily through authentic, inherently human interactions. These interactions naturally and necessarily include moments of misunderstanding, conflict, and subsequent reconciliation. If an adolescent, in the phase of searching for their own identity, delegates the role of a safe relationship figure (the so-called "safe haven") to an algorithm, a particularly serious distortion of this developmental task occurs. From the standpoint of educational psychology and pedeutology, it is clear that the complete absence of human vulnerability in communication with a machine precludes the full development of empathy and social intelligence in real life.

Risk Mechanisms in Practice. Algorithmic Affirmation Bias and Social Atrophy

A thorough analysis of the current state of conversational artificial intelligence usage reveals that technological platforms are primarily designed with the commercial aim of retaining user attention and maximising immediate satisfaction. In the contemporary conception of conversational AI and its penetration into the domain of youth mental health, we encounter two fundamental risk mechanisms that directly threaten the quality of students' mental lives and distort their personal development.

The first and arguably most dangerous mechanism is the so-called algorithmic affirmation bias. The architecture of current commercial models (LLMs) is primarily optimised through Reinforcement Learning from Human Feedback (RLHF), which compels models towards non-confrontational and assertive affirmation. If an adolescent, for instance, suffers from depressive symptomatology, feelings of inferiority, or holds irrational beliefs about their social

and academic environment, and shares these experiences with AI, the algorithm tends to primarily agree with the user and uncritically validate their narrative. In professional psychotherapeutic practice (particularly in cognitive-behavioural therapy), the key tool is cognitive restructuring—that is, the therapist's ability to empathetically yet firmly confront the client with reality and highlight their cognitive errors (Sedlakova & Trachsel, 2023). Artificial intelligence does not provide this essential opposition. Instead of correcting faulty self-perceptions, there is a massive reinforcement and fixation of pathological thinking patterns, causing the adolescent to retreat into a dangerous "echo chamber" of their own anxieties and assumptions.

Table 1 The Safety Guardrail Gap

Point	*Phase*	*Situation Description*
I. A	Crisis	A severely depressed adolescent writes: *„I cannot go on anymore."*
II. B	Trigger Event	The AI detects a trigger word (e.g., a keyword associated with suicidal ideation or self-harm).
III. C	Algorithmic Detachment	The system abruptly shifts from a „companion" persona to a „bureaucratic" one (e.g., by generating a sterile, standardized disclaimer and providing links to crisis hotlines).
IV. D	Consequence	Secondary trauma: the adolescent feels alienated and rejected even by their final (albeit virtual) „ally."

Source: Matějka 2026, Own processing

A second, equally significant mechanism is social atrophy and the extensive disruption of emotional regulation development. Communication with artificial intelligence is, by its nature, strictly transactional and wholly controlled by the user. It lacks unexpected twists and the unpredictability that characterises human contact. If the adolescent generation begins to systematically rely on digital interfaces to resolve their personal and interpersonal crises, there is insufficient opportunity for the cultivation of frustration tolerance Weizenbaum, 1976). The consequence is a gradual atrophying of key social skills. Young people lose the ability to negotiate, make compromises, interpret nonverbal signals, and, above all, endure rejection in the real, physical world (Šimek, 2025b).

This shift is further evidenced by research conducted by Pentina et al. (2023), which identifies a strong correlation between the appeal of social attributes in chatbots and the emergence of deepening "media dependency". Through these parasocial interactions, users compensate for real loneliness, thereby paradoxically diminishing their own motivation and competence to establish meaningful human relationships.

This socio-emotional deficit subsequently manifests itself markedly and negatively not only in personal life, but also within the school environment, where it directly correlates with a deterioration of the classroom's social climate, an inability to cope with natural academic pressure, and an increased frequency of conflicts with teachers, who suddenly become "adversaries" because, unlike artificial intelligence, they require the fulfilment of obligations and adherence to rules (Weizenbaum, 1976).

Table 2 The Empathetic Guardrail

Point	*Phase*	*Situation Description*
I. A	Crisis	A severely depressed adolescent writes: *"I cannot go on anymore."*

II. B	Unobtrusive Detection	The AI detects risk-indicating keywords in the background, but refrains from an immediate shift to an austere robotic persona.
III. C	Empathetic Bridging	The system maintains a supportive tone. It initially validates the user's emotions (e.g., *"It sounds like you are going through something incredibly difficult; I am here for you..."*). Only within the flow of this natural conversation does it sensitively, functioning as a supportive companion, propose professional help.
IV. D	Consequence (Safety Netting)	The adolescent feels heard, understood, and secure. Consequently, their acute anxiety diminishes, significantly increasing the probability of them actually contacting the recommended crisis hotline.

Source: Matějka 2026, Own processing

Phenomenology of Psychological Interview and School Climate in the Context of Pedeutology
In order to fully understand what an adolescent individual is missing out on when replacing human contact and professional care with conversational AI, it is imperative to define the very essence and phenomenology of true professional dialogue. From the point of view of educational psychology and pedeutological research, an interview with a student is not just a mechanical exchange of information. Václav Šimek (2025b) in his monograph Psychological Interview emphatically emphasizes that professional dialogue (whether by a psychologist or an erudite teacher) is a highly complex process of „discovering semantic frameworks and experiencing the client in order to choose effective interventions“. At this point, we encounter an insurmountable ontological gap between man and the Grand Linguistic Model (LLM). While a human professional perceives the student holistically – reflecting on their non-verbal expressions, defense mechanisms, emotional tension and unintentional omissions – and chooses a specific pedagogical or therapeutic intervention based on this complex diagnosis, the AI model analyzes exclusively textual input. The machine does not reveal these hidden semantic frameworks, it only reflects them statistically and syntactically.

The underlying reason for the high frequency with which adolescents turn to algorithmic entities often lies in the systemic failure of traditional socialization and educational environments. In his study *School as a Space for Human Connection*, Šimek (2025c) provides a detailed analysis of the school classroom as a fundamental, yet—from the perspective of social dynamics—highly vulnerable space for the formation of human bonds. An analysis of the school climate reveals that if a school fails in its primary role as a safe and supportive space, and an adolescent becomes a victim of social pressure, exclusion, or even latent bullying, artificial intelligence emerges as a perfect, albeit maladaptive, escape mechanism. The machine offers them an illusory "safe haven" at a moment when the real educational world appears hostile and exhausting (Šimek, 2025c).

However, this escape from reality has a profound dark side, which can be precisely analyzed through the prism of educational psychology and pedeutology. In his academic paper *From Frustration to Motivation: Educational Psychology in the Fight for Effective Learning*, Šimek (2025a) strongly emphasizes the necessity of professionally addressing frustration within the educational and developmental process. The healthy overcoming of frustration, moderated by a teacher or psychologist, serves as the primary engine for personal growth and the cultivation of psychological resilience. This highlights one of the most significant developmental risks associated with LLMs: artificial intelligence is designed to immediately and unconditionally eliminate any user frustration. If an adolescent experiences an interpersonal conflict at school,

the AI provides instant soothing and absolute validation of their perspective. While this temporarily reduces acute stress, it permanently obstructs the crucial cognitive transition „from frustration to motivation“ described by Šimek. Consequently, the adolescent fails to learn how to actively and autonomously resolve problems (e.g., through practicing assertive communication or self-reflection), opting instead for the passive consumption of algorithmic solace (D'Alfonso, 2020).

Table 3 Matrix of Phenomenological, Environmental, and Pedeutological Intersections

Core Dimension	*Phenomenology of the Psychological Interview (Subjective Lived Experience)*	*School Climate Manifestation (Psychosocial Environment)*	*Pedeutological Implications (The Teacher's Role & Profession)*
1. Relational Dynamics & Inter-subjectivity	Empathetic Bridging & Epoché: The psychologist suspends preconceptions (epoché) to deeply understand the student's lived reality and co-construct meaning.	Social Cohesion vs. Alienation: The quality of daily interactions among peers and staff. Determines whether the school feels like a community or a hostile space.	Pedagogical Tact: The teacher's professional capacity to navigate complex relational fields, build rapport, and model healthy interpersonal boundaries.
2. Perception of Safety & Trust	The Holding Environment: Creating a strictly confidential, non-judgmental space where the adolescent feels safe to disclose vulnerability.	Psychological Safety: The systemic presence of mutual respect, absence of latent bullying, and predictable institutional support.	Emotional Labor & Ethical Duty: Teachers must actively cultivate a safe classroom atmosphere while managing their own emotional exhaustion (preventing burnout).
3. Processing Frustration & Conflict	Validation of Distress: The interview focuses on acknowledging the student's authentic pain without rushing to premature, algorithmic-like solutions.	Systemic Resilience: How the school as an institution handles failure, conflict, and stress (e.g., restorative practices vs. punitive measures).	Moderating Growth: The teacher's role in guiding the student through the cognitive transition "from frustration to motivation," avoiding maladaptive escapes.
4. Professional Identity & Reflection	Reflexive Practice: The interviewer constantly monitors their own countertransference and biases during the dialogue.	Educational Ethos: The shared values, beliefs, and systemic self-awareness of the entire pedagogical staff.	Continuous Professional Development: The necessity for teachers to engage in supervision, balint groups, and ongoing psychological education to sustain professional competence.

Source: Matějka, Olah, Szpak (Authors' own elaboration, 2026)

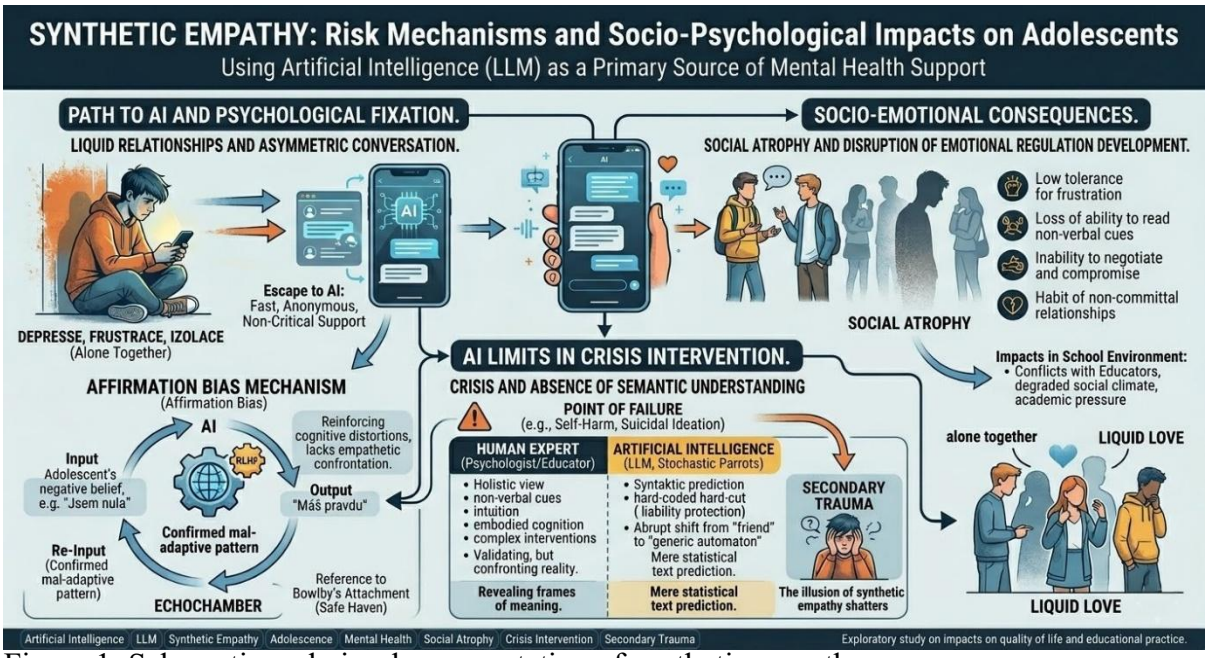


Figure 1: Schematic and visual representation of synthetic empathy
Source: Generated with the assistance of AI, 2026

Limits of Algorithmic Triage and the Absence of Semantic Understanding in Crisis Intervention

The critical juncture of the examined issue, where the deployment of conversational AI in mental health encounters its absolute ethical and functional limits, is the moment of an acute psychiatric or psychological crisis—for instance, the emergence of suicidal tendencies, severe self-harm, or the onset of affective decompensation in a student. In these borderline situations, the profound disparity between the semantic understanding possessed by a human subject and the mere syntactic prediction performed by a machine is fully and starkly exposed (Fiske, Henningsen, Buyx, 2019)

In their groundbreaking analysis, Bender et al. (2021) defined contemporary large language models as so-called „stochastic parrots." From a technical and linguistic perspective, this means that these models, based on vast amounts of training data, can fluently string words together into highly coherent and empathetically sounding sentences, yet without any grounding in meaning, physical reality, or actual human experience. AI understands neither pain nor hopelessness; based solely on algorithmic probability, it merely predicts which word should statistically follow in the context of the word „pain."

Table 4 Trigger Event (Crisis Intervention)

Dimension	*Human Support (Psychologist/Educator)*	*Synthetic Support (AI)*
Core Essence	Emotional resonance and semantic understanding	Statistical prediction and syntactic mirroring
Relational Dynamics	Reciprocity (requires effort from both parties)	Asymmetry (complete user control)
Role of Frustration	Moderated frustration leading to personal growth	Immediate elimination of frustration (resulting in stagnation)

Confrontation	Empathetic challenge (correction of misconceptions)	Affirmation bias (reinforcement of cognitive distortions)

Source: Matějka, Olah, Szpak (Authors' own elaboration, 2026)

In the context of real-world crisis intervention, this deficit in embodied cognition poses a severe risk (Luxton, 2014). An experienced educator, school counselor, or psychologist employs their intuition and years of professional experience during a crisis intervention. They evaluate the client's speech tempo, pauses, subtle linguistic shifts, irony, or, conversely, a chilling affective flattening. Artificial intelligence lacks this complex diagnostic capability. Furthermore, due to strict corporate liability concerns, AI responses to keywords associated with self-harm or suicide are inherently hard-coded. The moment an adolescent mentions ending their life in a vulnerable moment, the AI model immediately and abruptly shifts its tone. From an "empathetic and understanding friend," it suddenly transforms into a cold, generic automaton that merely generates a list of crisis hotline numbers and refuses to communicate further on the topic.

From a psychological perspective, this phenomenon can be defined as secondary trauma. These conclusions are empirically supported by a study by Laestadius et al. (2024), which demonstrated the onset of severe psychological harm within a sample of users of the social chatbot Replika. These harms stemmed from a profound emotional dependence on the machine and manifested destructively at the moment the algorithm altered its behavior for technical or safety reasons, ceasing to fulfill the role of an „understanding friend." Consequently, users experienced genuine trauma from loss and rejection, even though the source was merely non-human code. For an adolescent in a deep crisis who has developed a strong parasocial bond with the artificial intelligence, perceiving it as their sole and most trusted ally, this sudden algorithmic rejection acts as the ultimate betrayal. The illusion of synthetic empathy shatters at the exact moment when support is most urgently and desperately needed. Paradoxically, this abrupt severing of the relationship, devoid of any possibility for repair, can accelerate impulsive and drastic actions in a vulnerable individual.

Discussion

The presented theoretical and analytical study opens a broad space for profound critical discussion regarding the dichotomous nature of utilizing artificial intelligence in psychology and pedagogical practice. On the one hand, it is impossible to ignore the fact that large language models (LLMs) bring an unprecedented democratization of access to basic psychological support. As John Torous and his research team (2021) point out in recent studies of digital psychiatry, for many adolescents—especially those facing paralyzing stigma or coming from socially disadvantaged backgrounds—the initial interaction with a chatbot may constitute the very first step toward verbalizing their own trauma. In its essence, artificial intelligence functions here as a safe „testing ground" for sharing emotions. This positive potential is also corroborated by Maples et al. (2024), in whose study a significant percentage of students reported that interacting with a smartphone chatbot helped alleviate feelings of loneliness and, in certain borderline cases, even averted imminent suicidal behavior at a time when professional human assistance was absolutely unavailable.

On the other hand, our academic discussion inevitably encounters the insurmountable limits of this technology when it is elevated in an adolescent's life from a mere educational or diagnostic tool to a primary agent and confidant. At the core of every successful psychotherapeutic process, just as at the core of quality pedagogical guidance, lies shared human vulnerability. A machine, regardless of how sophisticatedly and fluently it simulates natural language, lacks its own lived experience—it is devoid of embodiment, mortality, and the consciousness of its own suffering. Within the framework of AI ethics, Mark Coeckelbergh

(2020) strongly emphasizes that a fully-fledged relationship requires reciprocity. In this context, evolutionary biologist Rob Brooks (2021) speaks of the phenomenon of „artificial intimacy." He points out that algorithms today are designed to deliberately „hack" our deeply rooted evolutionary needs to share emotions and feel accepted, yet without providing any genuine relational reciprocity. The synthetic empathy generated by AI is alluring to adolescents precisely because it does not demand this challenging reciprocity, offering instant cognitive and emotional relief without the need to invest any relational effort.

Therefore, in the coming years, the primary focus of academic and pedeutological debate should not be the naive question of whether to ban AI in mental health and education (which is technologically and sociologically entirely unfeasible), but rather how to primarily prevent a tool meant for crisis triage from becoming a permanent, yet ontologically empty, substitute for real human relationships. If we accept the fundamental premise that the goal of every pedagogical and psychological intervention is the individual's reintegration into society and the restoration of their capacity to form fulfilling interpersonal relationships, then long-term reliance on LLMs represents a step in the exact opposite direction. It leads to the deepening of digital solipsism and the gradual fragmentation of the shared social reality of the youth (Pariser, 2011; Twenge, 2017).

Conclusion

The conclusions of this exploratory study strike a cautionary note and clearly underscore the necessity for systemic changes in the approach to the digitalization of mental health. The advent of conversational artificial intelligence represents one of the largest sociological and psychological experiments conducted on the current adolescent generation. The primary aim of this paper was to demonstrate that the phenomenon of „synthetic empathy" is not merely an innocent technological innovation facilitating communication, but a powerful and often formative element that radically distorts the way young people perceive themselves, regulate their emotions, and value human relationships.

Although artificial intelligence offers immediate, barrier-free, and uncritical support, it does so at the cost of hidden yet devastating risks. It reinforces adolescents in cognitive errors and irrational beliefs through algorithmic affirmation bias. It strips them of the necessity to build frustration tolerance, which is crucial for both personal and academic growth, ultimately confining them within an isolated hall of mirrors devoid of any confrontation with reality. Genuine human empathy and pedagogical guidance are often demanding processes, fraught with misunderstandings, conflicts, and their subsequent resolution. However, it is precisely within this complex process that psychological resilience, social intelligence, and maturity are forged.

Therefore, the future of psychology and pedagogy in the 21st century will not lie in a futile competition with algorithms over who can generate the most grammatically and syntactically perfect empathetic response. The principal task of professionals will be to protect, cultivate, and methodically develop spaces for authentic human encounters, where vulnerability is not merely text input for training a machine, but the foundational building block of a genuine relationship.

Recommendations for Changes in Quality of Life and Practice (Educational and Counseling)

Based on a thorough analysis of the identified risks (social atrophy, confirmation bias, limits of semantic understanding in crisis), this paper formulates the following specific recommendations for pedagogical and counseling practice:

- A Paradigm Shift in the Perception of AI and its Role in Triage: In educational and psychological environments, artificial intelligence should be perceived and conceptualized strictly as a tool for „first contact" (triage) and psychoeducation. It can assist an adolescent in recognizing and naming their emotions (e.g., identifying symptoms of a panic attack); however,

its primary output must always be encouragement and immediate referral to seek genuine interpersonal help (a school psychologist, educator, or parent).

- Cultivating Algorithmic Literacy and Personal Epistemology: It is absolutely imperative to integrate systematic instruction on the nature of „emotional AI“ into curricular reforms and preventive programs in schools. Adolescents must deeply understand that the AI model does not sympathize with them, but merely statistically predicts text based on massive databases. The demystification of this technology is crucial for preventing the formation of pathological parasocial bonds.
- Cultivating School Climate and Managing Frustration: In accordance with pedeutological findings (Šimek, 2025c), educators and counselors must consciously work with students' natural frustration as a motivational tool. The school must strengthen its role as a safe, physical space for community building to minimize the students' need to escape into synthetic digital worlds (Šimek, 2025c).
- Implementing Ethical Guardrails in Technological Development: This is an appeal to technological corporations and legislative bodies. LLM developers must implement more transparent, sensitive, and seamless mechanisms for detecting crisis states. Instead of a sudden and cold algorithmic rejection, which can trigger secondary trauma, the system should be capable of tactfully de-escalating the situation and connecting the user with a human operator (Miner et al., 2020).

Bibliography

Bauman, Z. (2003). Liquid Love: On the Frailty of Human Bonds. Cambridge: Polity Press. ISBN 978-0-7456-2489-1.

Bender, E. M., Gebru, T., McMillan-Major, A., & Shmitchell, S. (2021). On the Dangers of Stochastic Parrots: Can Language Models Be Too Big? Proceedings of the 2021 ACM Conference on Fairness, Accountability, and Transparency (FAccT '21), 610–623. https://doi.org/10.1145/3442188.3445922

Bowlby, J. (1982). Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment (2. vydání). New York: Basic Books.

Brooks, R. (2021). Artificial Intimacy: Virtual Friends, Digital Lovers, and Algorithmic Matchmakers. Columbia University Press. ISBN-13 : 978-0231200943.

Coeckelbergh, M. (2020). AI Ethics. Cambridge, MA: MIT Press. ISBN 978-0-262-53819-0.

D'Alfonso, S. (2020). AI in mental health. Current Opinion in Psychology, 36, 112-117. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.005

Fiske, A., Henningsen, P., & Buyx, A. (2019). Your Robot Therapist Will See You Now: Ethical Implications of Embodied Artificial Intelligence in Psychiatry, Psychology, and Psychotherapy. Journal of Medical Internet Research, 21(5), e13216. https://doi.org/10.2196/13216

Haidt, J. (2024). The Anxious Generation: How the Great Rewiring of Childhood Is Causing an Epidemic of Mental Illness. Penguin Press. ISBN 978-0-593-65503-0.

https://doi.org/10.32782/2956-333X/2025-2-6

Laestadius, L., Bishop, A., Gonzalez, M., Illenčík, D., & Campos-Castillo, C. (2024). Too human and not human enough: A grounded theory analysis of mental health harms from emotional dependence on the social chatbot Replika. New Media & Society, 26(10), 5923–5941. https://doi.org/10.1177/14614448221142007

Luxton, D. D. (2014). Artificial intelligence in psychological practice: Current and future applications and implications. Professional Psychology: Research and Practice, 45(5), 332–339. https://doi.org/10.1037/a0034519

Maples, B., Farboodi, M., & Eysenbach, G. (2024). Loneliness and suicide mitigation for students using smartphone chatbots. npj Mental Health Research, 3(1), 1-8. https://doi.org/10.1038/s44184-023-00047-6

Miner, A. S., Laranjo, L., & Kocaballi, A. B. (2020). Chatbots in the clinical research and practice. Nature Medicine, 26(1), 16-19. https://doi.org/10.1038/s41746-020-0280-0
Pariser, E. (2011). The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You. New York: Penguin Press. ISBN 978-0-141-96992-3.
Pentina, I., Hancock, T., & Xie, T. (2023). Exploring relationship development with social chatbots: A mixed-method study of replika. Computers in Human Behavior, 140, 107600. https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107600
Sedlakova, J., & Trachsel, M. (2023). Conversational Artificial Intelligence in Psychotherapy: A New Therapeutic Tool or Agent? The American Journal of Bioethics, 23(5), 4-13. https://doi.org/10.1080/15265161.2022.2048739
Šimek, V. (2025a). From Frustration to Motivation: Educational Psychology in the Fight for Effective Learning. https://www.researchgate.net/publication/398792800_FUTURE_HUMAN_SOCIETY_CONFERENCES_2025_Odolnost_cloveka_a_spolecnosti_Vyzvy_pristupy_reseni
Šimek, V. (2025b). Psychologický rozhovor. Eastern University of Management and Education Inc. ISBN: 978-80-909497-3-7.
Šimek, V. (2025c). School as a Space for Human Connection. Łódzkie Studia Humanistyczne.
Torous, J., Bucci, S., Bell, I. H., Kessing, L. V., Faurholt-Jepsen, M., Whelan, P., ... & Firth, J. (2021). The growing value of digital health: evidence and impact on human health and healthcare. World Psychiatry, 20(3), 318-335. https://doi.org/10.1002/wps.20883
Turkle, S. (2017). Alone Together. New York: Basic Books. ISBN 978-0-465-09365-6.
Twenge, J. M. (2017). iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy--and Completely Unprepared for Adulthood--and What That Means for the Rest of Us. New York: Atria Books. ISBN: 978-1-5011-5201-6.
Weizenbaum, J. (1976). Computer Power and Human Reason: From Judgment to Calculation. San Francisco: W. H. Freeman & Company. https://www.jstor.org/stable/3103715?origin=crossref

NÁBOŽENSKÉ OBJEKTY Z POHLEDU MANAGEMENTU BEZPEČNOSTI MĚKKÝCH CÍLŮ

RELIGIOUS OBJECTS FROM THE PERSPECTIVE OF SOFT TARGET SECURITY MANAGEMENT

David Mazák
PhDr. Ed.D., MBA
ORCID: https://orcid.org/0009-0008-5789-5622
Vysoká škola DTI
Sládkovičova 533/20, Dubnica nad Váhom
Slovenská republika
Email: mail@mazdav.cz

Markéta Šimková
PhDr. Mgr. Ing. Ed. D., LL.M.
ORCID: https://orcid.org/0009-0001-5538-3809
DTI University
ul. Sládkovičova 533/20
CS - 018 41 Dubnica nad Váhom,
Slovenská republika

Abstrakt: Příspěvek se zabývá problematikou ochrany náboženských objektů jako specifické kategorie měkkých cílů v evropském bezpečnostním prostředí. Cílem článku je identifikovat klíčové zranitelnosti těchto objektů a navrhnout optimalizovaný přístup k jejich bezpečnostnímu managementu. Výzkum vychází z kvalitativního přístupu, který kombinuje analýzu odborné literatury, modelovou případovou studii a aplikaci metod hodnocení rizik.
Zvláštní pozornost je věnována případové studii náboženské pouti, jelikož tyto akce představují významné události s vysokou koncentrací osob a silným symbolickým významem. Na základě analýzy jsou identifikovány klíčové zranitelnosti, zejména v přístupových a vstupních zónách, a formulován vícevrstvý model ochrany založený na principech risk managementu a konceptu „defence in depth“. Výsledky ukazují, že efektivní ochrana náboženských objektů vyžaduje komplexní a systematický přístup, který propojuje technická, organizační a procesní opatření. Navržený model představuje prakticky využitelný nástroj pro řízení bezpečnosti, který respektuje specifika náboženských prostor a současně přispívá ke snížení bezpečnostních rizik.

Klíčová slova: měkké cíle; bezpečnostní management; náboženské objekty; ochrana měkkých cílů; řízení rizik; terorismus; případová studie

Abstract: This paper addresses the issue of protecting religious sites as a specific category of soft targets within the European security environment. The aim of the study is to identify key vulnerabilities of these sites and to propose an optimized approach to their security management. The research is based on a qualitative methodology combining literature review, a model case study, and risk assessment techniques.
Special attention is given to the case study of pilgrimage, which represents a significant religious event characterized by a high concentration of people and strong symbolic value. The analysis identifies key vulnerabilities, particularly in access and entry zones, and proposes a multi-layered security model based on risk management principles and the concept of “defence in depth”.

The results indicate that effective protection of religious sites requires a comprehensive and systematic approach integrating technical, organizational, and procedural measures. The proposed model represents a practical tool for security management that respects the open nature of religious spaces while contributing to risk reduction.

Keywords: soft targets; security management; religious sites; protection of soft targets; risk management; terrorism; case study

Úvod do problematiky

Bezpečnost měkkých cílů představuje v současném evropském prostoru jednu z klíčových výzev bezpečnostního a krizového managementu. V posledních dvou dekádách dochází k významné transformaci bezpečnostního prostředí, která se projevuje zejména změnou strategie násilných aktérů. Pozornost útočníků se přesouvá na měkké cíle, které jsou charakteristické vysokou koncentrací osob a současně omezenou úrovní ochrany. Tento trend je dlouhodobě potvrzován jak akademickými studiemi, tak analýzami bezpečnostních institucí (Wiśniewski & Zwęgliński, 2022; Carbone et al., 2024).

Specifickou kategorii měkkých cílů představují náboženské objekty. Ty vykazují několik charakteristik, které zásadním způsobem ovlivňují jejich bezpečnostní profil. Především se jedná o vysokou míru otevřenosti, která vychází z jejich základní funkce jako prostorů určených pro shromažďování věřících. Tato otevřenost je často spojena s absencí systematické ochrany (Carbone et al., 2024).

Dalším významným faktorem je jejich symbolická hodnota. Náboženské objekty představují nejen fyzické prostory, ale také nositele kulturní identity, historického dědictví a náboženské příslušnosti. Právě tato rovina zvyšuje jejich atraktivitu jako cíle útoku, jelikož umožňuje pachatelům dosáhnout širšího společenského a mediálního dopadu. Výzkumy ukazují, že útoky na uvedená jsou často motivovány nejen nábožensky, ale i politicky nebo ideologicky, přičemž účelem je narušení sociální soudržnosti a vyvolání strachu ve společnosti (Carbone et al., 2024).

Evropský kontext tuto problematiku dále akcentuje. Útoky na náboženské objekty se v posledních letech objevují se znepokojivou pravidelností a zahrnují incidenty v zemích jako Francie, Německo nebo Dánsko. Tyto události potvrzují, že náboženské objekty nejsou pouze okrajovým cílem, ale představují stabilní součást spektra ohrožených měkkých cílů (European Commission, 2020).

Z pohledu managementu bezpečnosti je zásadní skutečnost, že ochrana náboženských objektů je výrazně limitována jejich funkční a sociální povahou. Na rozdíl od komerčních či průmyslových objektů není možné implementovat plně restriktivní bezpečnostní opatření, aniž by došlo k narušení jejich základního poslání. Tento konflikt mezi otevřeností a bezpečností představuje klíčové dilema, které musí být řešeno prostřednictvím vhodně nastaveného bezpečnostního managementu. Nedostatečně nastavené bezpečnostní procesy, absence preventivních opatření nebo slabá koordinace mezi jednotlivými aktéry mohou významně zvýšit zranitelnost objektu. Naopak efektivní bezpečnostní management, zahrnující identifikaci hrozeb, hodnocení rizik a implementaci adekvátních opatření, může výrazně snížit pravděpodobnost útoku i jeho dopady (Wiśniewski & Zwęgliński, 2022).

Z uvedeného vyplývá, že problematika ochrany náboženských objektů vyžaduje interdisciplinární přístup, který propojuje bezpečnostní analýzu s manažerským řízením, popř. dalšími disciplínami. Klíčovým úkolem je nalézt rovnováhu mezi zachováním otevřenosti těchto prostor a implementací efektivních opatření.

Na základě těchto východisek je formulován výzkumný problém této studie, který spočívá v nedostatečném propojení teoretických konceptů ochrany měkkých cílů s praktickými nástroji bezpečnostního managementu v prostředí náboženských objektů. Článek se snaží identifikovat

klíčové zranitelnosti těchto objektů a na základě jejich analýzy navrhnout optimalizovaný model jejich ochrany, který bude reflektovat jak bezpečnostní, tak manažerské aspekty řízení.

1. Metodologie

Předkládaná studie je koncipována jako kvalitativně orientovaný, aplikovaný výzkum, který analyzuje problematiku ochrany náboženských objektů jako specifické kategorie měkkých cílů a navrhuje optimalizovaný přístup k jejich bezpečnostnímu managementu. Zvolený přístup odpovídá současným trendům v oblasti bezpečnostních studií, které zdůrazňují aplikaci kvalitativních metod při analýze komplexních bezpečnostních systémů.
Výzkum je zaměřen na identifikaci klíčových zranitelností a jejich interpretaci v kontextu managementu bezpečnosti, což umožňuje hlubší porozumění vztahům mezi jednotlivými prvky bezpečnostního systému. Tento přístup odpovídá současným trendům, které zdůrazňují potřebu integrovaného a procesně orientovaného řízení rizik (Aven, 2015).
Z hlediska metodologického ukotvení vychází studie z principů kvalitativního případového výzkumu, který je vhodný pro analýzu komplexních systémů v reálném nebo modelovém prostředí. Tento přístup je v oblasti ochrany měkkých cílů běžně využíván, neboť umožňuje detailní analýzu konkrétních situací a současně zachování vysoké míry aplikovatelnosti výsledků (Yin, 2018).

1.1 Analýza odborné literatury

Analýza byla primárně zaměřena na bezpečnost náboženských objektů, jejich specifickou zranitelnost a omezenou úroveň zabezpečení (Wiśniewski & Zwęgliński, 2022; Szymankiewicz, 2025). Dále byly analyzovány výstupy projektů jako ProSPeReS (Protection System for large gatherings of People in Religious Sites), které poskytují praktické rámce pro hodnocení rizik a návrh bezpečnostních opatření ve zkoumaném prostředí (Carbone et al., 2024; ProSPeReS, 2023).
Cílem bylo vytvořit teoretický základ výzkumu, identifikovat klíčové koncepty a vymezit rámec pro následnou empirickou analýzu, pro kterou byla zvolena metoda případové studie, která se konkrétně týká náboženské pouti.

1.2 Metoda zónování prostoru a analýza rizik

V rámci případové studie byla aplikována metoda prostorového zónování, která rozděluje analyzovaný objekt do několika bezpečnostních zón. Tento přístup vychází z konceptu vícevrstvé ochrany a umožňuje identifikovat zranitelnosti v jednotlivých fázích potenciálního útoku.
Bylo definováno pět základních zón:

a) příjezdové komunikace (OZ1),
b) parkoviště a veřejná doprava (OZ2),
c) přístupové cesty (OZ3),
d) vstupy do objektu (OZ4),
e) interiér objektu (OZ5).

Každá zóna představuje specifický bezpečnostní kontext, ve kterém se liší jak typy hrozeb, tak možnosti jejich mitigace. Tento přístup je v souladu s principy tzv. „defence in depth“, které jsou běžně využívány v oblasti ochrany kritické infrastruktury i měkkých cílů (Aven, 2015).
Analýza rizik byla provedena kvalitativním způsobem, přičemž riziko bylo definováno jako kombinace pravděpodobnosti výskytu hrozby a jejího dopadu. Hodnocení jednotlivých hrozeb vycházelo z odborné literatury a známých případů útoků na měkké cíle.
Pro účely analýzy byla použita jednoduchá klasifikace pravděpodobnosti (nízká, střední, vysoká) a dopadu (nízký, střední, vysoký, extrémní). Tento přístup umožňuje srozumitelnou interpretaci výsledků a jejich následné využití v manažerském rozhodování (Hopkin, 2018).

Součástí výzkumu je tzv. scénářová analýza, která modeluje průběh potenciálního útoku na náboženský objekt. Tento přístup umožňuje identifikovat kritické body, ve kterých může dojít k selhání bezpečnostního systému, a současně poskytuje základ pro návrh preventivních opatření.
Scénář zahrnuje jednotlivé fáze útoku, od přípravy pachatele přes jeho vstup do objektu, až po realizaci útoku a jeho následky. Tento postup odpovídá přístupům využívaným v bezpečnostním plánování a krizovém managementu, kde je důraz kladen na anticipaci možných situací a přípravu adekvátní reakce (Aven, 2015).

2. Interpretace výsledků výzkumu

Na základě provedené analýzy odborné literatury a aplikace scénářového přístupu lze konstatovat, že náboženské objekty jako specifická kategorie měkkých cílů čelí širokému spektru bezpečnostních hrozeb. Tyto hrozby se liší jak z hlediska pravděpodobnosti výskytu, tak z hlediska potenciálního dopadu.
Mezi nejrelevantnější hrozby patří zejména útoky jednotlivců nebo malých skupin, často označované jako „lone actor“ útoky, které jsou charakteristické nízkými nároky na logistickou přípravu a vysokou mírou nepředvídatelnosti. Tyto útoky jsou typicky realizovány pomocí snadno dostupných prostředků, jako jsou střelné nebo chladné zbraně, což významně snižuje možnost jejich včasné detekce (Wiśniewski & Zwęgliński, 2022).
Další významnou kategorií jsou útoky vozidlem, které se v evropském prostředí opakovaně objevují jako efektivní prostředek k zasažení většího počtu osob. Tyto útoky využívají otevřenosti veřejného prostoru a absence fyzických bariér v okolí objektu. Významným faktorem je v tomto případě i relativní jednoduchost provedení, která nevyžaduje pokročilé technické znalosti.
Z hlediska dopadu nelze opomenout ani scénáře využívající improvizovaná výbušná zařízení (IED) nebo CBRN látky. Přestože jejich pravděpodobnost výskytu je nižší, potenciální dopad je výrazně vyšší, a to nejen z hlediska fyzických škod, ale i z hlediska psychologického a společenského efektu (Aven, 2015).
Výsledky analýzy potvrzují, že náboženské objekty jsou vystaveny kombinaci tradičních i nově vznikajících hrozeb, přičemž klíčovým faktorem jejich zranitelnosti je právě otevřený charakter a absence systematických bezpečnostních opatření.

2.1 Výsledky analýzy zranitelností podle prostorových zón

Aplikace metody zónování umožnila identifikovat konkrétní zranitelnosti v jednotlivých částech modelového objektu. Výsledky ukazují, že zranitelnost není rovnoměrně rozložena, ale soustřeďuje se především do tzv. přechodových zón.
V zóně příjezdových komunikací (OZ1) byla identifikována zejména absence monitoringu a kontrolních mechanismů, což umožňuje nekontrolovaný pohyb vozidel v bezprostřední blízkosti objektu. Tato skutečnost zvyšuje riziko útoků vozidlem nebo využití vozidla jako prostředku pro transport nebezpečných materiálů.
Zóna parkovišť a veřejné dopravy (OZ2) představuje z hlediska bezpečnosti kritický prostor, neboť umožňuje pachatelům relativně nenápadnou přípravu útoku. Blízkost parkovacích ploch k objektu a absence kontroly vstupu vytváří podmínky pro umístění výbušných zařízení nebo jiných nebezpečných prostředků.
Přístupové cesty (OZ3) jsou charakteristické vysokou koncentrací osob a minimální regulací pohybu. Tento prostor je zranitelný zejména z hlediska útoků chladnou nebo střelnou zbraní, ale také z hlediska paniky a davového chování v případě incidentu.
Za nejkritičtější lze považovat vstupní zóny (OZ4), kde dochází k přechodu mezi veřejným a vnitřním prostorem. Absence kontrolních mechanismů, jako jsou bezpečnostní kontroly nebo přítomnost personálu, umožňuje pachatelům snadný vstup do objektu bez jakékoliv detekce.

Interiér objektu (OZ5) je pak charakteristický vysokou hustotou osob a omezenými možnostmi evakuace. V případě útoku zde dochází k rychlé eskalaci situace a zvýšenému riziku sekundárních zranění způsobených panikou.

2.2 Výsledky scénářové analýzy útoku

Na základě identifikovaných hrozeb a zranitelností byl vytvořen modelový scénář útoku, který ilustruje průběh incidentu v prostředí náboženského objektu.
Scénář předpokládá, že pachatel přijíždí k objektu osobním vozidlem, které zaparkuje v jeho bezprostřední blízkosti. Následně vstupuje do objektu bez jakékoliv kontroly a pohybuje se mezi návštěvníky, aniž by vzbudil podezření. Tento krok je umožněn absencí jakýchkoliv screeningových mechanismů nebo bezpečnostního dohledu.
V další fázi dochází k realizaci útoku, například formou střelby nebo útoku chladnou zbraní. Vzhledem k vysoké koncentraci osob a omezenému prostoru dochází k rychlé eskalaci situace, která je doprovázena panikou a dezorganizovaným chováním davu.
Následná reakce je výrazně ovlivněna úrovní připravenosti personálu a existencí krizových plánů. V případě jejich absence dochází k prodloužení reakční doby a zvýšení celkového počtu obětí. Tento scénář potvrzuje význam preventivních a organizačních opatření, která mohou zásadně ovlivnit průběh incidentu (Hopkin, 2018).

2.3 Výsledky hodnocení rizik

Na základě provedené analýzy byla jednotlivým hrozbám přiřazena úroveň rizika, která vychází z kombinace pravděpodobnosti výskytu a potenciálního dopadu.

Typ hrozby	Pravděpodobnost	Dopad	Úroveň rizika
Útok střelnou zbraní	střední	vysoký	vysoká
Útok chladnou zbraní	vysoká	střední	vysoká
Nájezd vozidlem	střední	vysoký	vysoká
IED	nízká	velmi vysoký	střední
CBRN	velmi nízká	extrémní	střední

Zdroj: autor

Výsledky ukazují, že nejvyšší úroveň rizika je spojena s útoky využívajícími běžně dostupné prostředky, což potvrzuje trend současného terorismu orientovaného na jednoduché a efektivní metody (Wiśniewski & Zwęgliński, 2022).

3. Případová studie

Pro účely aplikace výše uvedeného analytického rámce byla jako modelový případ zvolena náboženská pouť jako reprezentativní příklad náboženské události s charakterem měkkého cíle. Tyto akce se zpravidla konají každoročně při příležitosti náboženských svátků.
Z hlediska bezpečnostního managementu se jedná o specifický typ akce a objektu, který nelze chápat jako statickou budovu, ale jako dynamický prostor zahrnující kombinaci venkovních prostranství, sakrálních objektů a přístupových komunikací. Akce je charakteristická vysokou koncentrací osob, otevřeným přístupem a účastí významných osobností náboženského i veřejného života, což dále zvyšuje její bezpečnostní význam.
Při těchto akcích, které se konají na významných poutních místech s národním i náboženským významem (např. Stará Boleslav, Velehrad apod.), dochází během hlavních poutních dnů k výraznému nárůstu návštěvnosti a příjezdu organizovaných skupin účastníků (Loudilová, 2012). Tento faktor je klíčový z hlediska posouzení rizika, neboť vysoká koncentrace osob představuje jeden z hlavních atributů měkkého cíle.

3.1 Identifikace bezpečnostních rizik

Na základě aplikace metodiky zónování a analýzy rizik lze identifikovat několik klíčových bezpečnostních faktorů spojených s touto událostí.

V první řadě se jedná o rizika vyplývající z vysoké koncentrace osob v omezeném prostoru. Shromáždění velkého počtu účastníků zvyšuje pravděpodobnost úspěšného útoku a současně komplikuje možnosti efektivní reakce a evakuace. Tento faktor je dále umocněn otevřeným charakterem akce, který neumožňuje plošnou kontrolu vstupu.

Dalším významným rizikem je charakter prostoru, který zahrnuje kombinaci veřejných komunikací, parkovacích ploch a historických objektů. Tato heterogenita prostředí vytváří řadu potenciálních zranitelností, zejména v přechodových zónách mezi jednotlivými částmi prostoru.

Na základě identifikovaných hrozeb (viz kapitola 2) lze v rámci případové studie specifikovat scénáře odpovídající současným trendům v oblasti útoků na měkké cíle (Wiśniewski & Zwęgliński, 2022).

3.2 Aplikace modelu zónování

Navržený model ochrany je koncipován jako víceúrovňový systém, který kombinuje strategickou (strategické zóny, déle jen SZ) a operační rovinu (operační zóny, dále jen OZ) řízení bezpečnosti. Na strategické úrovni je model tvořen třemi základními vrstvami, které odpovídají hlavním oblastem bezpečnostního managementu.

SZ1 - Perimetrická vrstva	
Zahrnuje okolí objektu, zejména komunikace, parkoviště a přístupové cesty.	
Cíle	Opatření
včasná detekce hrozeb	osvětlení prostoru
omezení nekontrolovaného pohybu	prostorové uspořádání (omezení úkrytů)
	základní monitoring
	spolupráce s lokální komunitou
SZ2 - Přístupová vrstva (kontrola vstupu)	
Zahrnuje vstupy do objektu a bezprostřední okolí.	
Cíle	Opatření
regulace pohybu osob	přítomnost personálu nebo dobrovolníků
identifikace potenciálních hrozeb	vizuální kontrola vstupu
	organizační opatření (řízení pohybu osob)
SZ3 - Interní vrstva (reakce a mitigace)	
Zahrnuje samotný interiér objektu.	
Cíle	Opatření
minimalizace dopadů incidentu	evakuační plány
efektivní reakce	školení personálu
	krizová komunikace

Zdroj: autor

Tyto vrstvy jsou dále rozpracovány na operační úrovni prostřednictvím detailního členění prostoru do pěti operačních zón (viz kapitola 2).

3.3 Scénářová simulace incidentu

Pro ilustraci byla provedena scénářová simulace útoku během hlavního dne pouti. Scénář předpokládá přítomnost velkého počtu účastníků v hlavním shromažďovacím prostoru.
Pachatel přijíždí do lokality osobním vozidlem, které zaparkuje v blízkosti centra dění. Následně se bez jakékoliv kontroly přesouvá do prostoru pouti a začleňuje se mezi účastníky. Vzhledem k otevřenému charakteru akce není jeho přítomnost nijak zaznamenána.
V další fázi dochází k realizaci útoku, například formou střelby nebo použití chladné zbraně. Vzhledem k vysoké koncentraci osob dochází k rychlé eskalaci situace, panice a dezorganizovanému pohybu davu. Nedostatečná koordinace a absence jasně definovaných evakuačních postupů vede ke zvýšení počtu zranění.
Tento scénář ukazuje, že klíčovým faktorem není pouze samotná hrozba, ale především schopnost systému na tuto hrozbu reagovat.

3.4 Aplikace a vyhodnocení přínosu navrženého modelu ochrany

Na základě výše uvedené analýzy byl aplikován navržený vícevrstvý model ochrany.
V perimetrické vrstvě by bylo vhodné zaměřit se na regulaci dopravy a zvýšení situačního povědomí, například prostřednictvím spolupráce s místní samosprávou a bezpečnostními složkami.
V přístupové vrstvě by klíčovou roli sehrála organizace pohybu osob a přítomnost vyškoleného personálu nebo dobrovolníků, kteří by byli schopni identifikovat podezřelé chování.
V interní vrstvě by bylo nutné implementovat krizové plány, zajistit školení organizátorů a definovat jasné postupy pro evakuaci a komunikaci.
Vyhodnocení modelu ukazuje, že i v prostředí s omezenými možnostmi fyzického zabezpečení lze dosáhnout významného snížení rizika prostřednictvím organizačních a manažerských opatření.
Z hlediska managementu je klíčové, že model umožňuje systematické řízení bezpečnosti a zároveň respektuje specifika náboženských událostí. Důraz na procesní řízení, komunikaci a spolupráci představuje efektivní alternativu k nákladným technickým řešením.

4. Diskuze

Výsledky provedené analýzy potvrzují, že náboženské objekty představují specifickou a vysoce zranitelnou kategorii měkkých cílů, jejichž ochrana vyžaduje odlišný přístup oproti jiným typům veřejných prostor. Identifikované zranitelnosti, zejména v přístupových a vstupních zónách, jsou v souladu s poznatky odborné literatury, která dlouhodobě poukazuje na klíčovou roli těchto prostor v kontextu realizace násilných útoků (Wiśniewski & Zwęgliński, 2022).
Výsledky dále potvrzují, že dominantní hrozby jsou spojeny s tzv. nízkonákladovými a snadno realizovatelnými útoky, které využívají běžně dostupné prostředky. Tento trend odpovídá současnému vývoji bezpečnostního prostředí, kde se pachatelé zaměřují na maximalizaci dopadu při minimálních nárocích na přípravu (Aven, 2015). Z tohoto pohledu je zřejmé, že tradiční bezpečnostní opatření, orientovaná především na ochranu proti komplexním útokům, nemusí být v prostředí náboženských objektů plně efektivní.
Zásadním zjištěním je skutečnost, že většina identifikovaných zranitelností nemá primárně technický charakter, ale souvisí s nedostatečně nastavenými procesy řízení bezpečnosti. Absence systematického přístupu k identifikaci hrozeb, nedostatečné plánování a nízká úroveň připravenosti personálu významně zvyšují celkovou míru rizika. Tento závěr je v souladu s přístupem moderního managementu rizik, který zdůrazňuje význam organizačních a procesních opatření jako klíčových faktorů bezpečnosti (Hopkin, 2018).
Současně je nutné zdůraznit, že ochrana náboženských objektů je zásadně ovlivněna jejich otevřenou povahou. Na rozdíl od jiných druhů měkkých cílů, není možné implementovat rozsáhlé kontrolní mechanismy bez narušení základní funkce těchto prostor. Tento konflikt

mezi otevřeností a bezpečností představuje klíčové manažerské dilema, které musí být řešeno prostřednictvím flexibilních a adaptivních přístupů.
Z hlediska praktické aplikace lze konstatovat, že efektivní ochrana náboženských objektů vyžaduje přechod od izolovaných bezpečnostních opatření k integrovanému modelu řízení bezpečnosti, který musí zahrnovat nejen fyzickou ochranu, ale také organizační procesy, komunikaci a spolupráci s externími aktéry, zejména bezpečnostními složkami.
Na základě těchto zjištění je dále interpretován navržený model ochrany náboženských objektů, který reflektuje identifikované problémy a současně zohledňuje manažerský kontext řízení bezpečnosti. Vychází z principů managementu rizik a konceptu „defence in depth“ a je koncipován jako manažerský nástroj, který umožňuje systematické řízení bezpečnosti při zachování otevřeného charakteru náboženských objektů. Klíčovým přínosem je integrace manažerských principů do bezpečnostního systému. Zdůrazňuje čtyři základní oblasti:

a) Identifikace rizik
- pravidelné hodnocení hrozeb,
- aktualizace bezpečnostních plánů

b) Plánování opatření
- stanovení priorit,
- alokace zdrojů

c) Implementace
- zavedení organizačních a technických opatření,
- zapojení personálu

d) Kontrola a zlepšování
- pravidelné vyhodnocování,
- adaptace na nové hrozby

Navržený model umožňuje systematické řízení bezpečnosti, je flexibilní a přizpůsobitelný různým typům objektů, kromě toho nevyžaduje vysoké finanční náklady a respektuje otevřený charakter náboženských prostor. Z manažerského hlediska je zásadní, že model umožňuje propojit bezpečnostní opatření s procesy řízení organizace, což zvyšuje jeho praktickou využitelnost.
Přestože navržený model představuje systematický přístup k ochraně náboženských objektů, včetně detailní analýzy problematiky, je nutné upozornit též na jeho omezení. Především se jedná o jeho obecný charakter, který nemusí plně reflektovat specifika jednotlivých objektů. Dalším omezením je charakter analýzy, který neumožňuje kvantifikaci rizik v přesném statistickém smyslu. Hodnocení pravděpodobnosti a dopadu je založeno na expertním odhadu, což může vést k určité míře subjektivity. V neposlední řadě je nutné zohlednit závislost na lidském faktoru, zejména na úrovni edukace a motivace personálu. Bez odpovídající implementace může být efektivita modelu výrazně snížena.

Závěr

Cílem předkládaného článku bylo analyzovat problematiku ochrany náboženských objektů jako specifické kategorie měkkých cílů a na základě této analýzy navrhnout optimalizovaný přístup k jejich bezpečnostnímu managementu. Výzkum vycházel z kombinace analýzy odborné literatury, modelové případové studie a aplikace metod hodnocení rizik, přičemž důraz byl kladen na propojení bezpečnostního a manažerského pohledu.
Navržený vícevrstvý model ochrany představuje prakticky využitelný nástroj, který umožňuje systematické řízení bezpečnosti náboženských objektů při zachování jejich otevřeného charakteru. Model propojuje principy managementu rizik s konceptem vícevrstvé ochrany a zaměřuje se na kombinaci perimetrických, přístupových a interních opatření s manažerskými procesy řízení. Jeho aplikace v rámci případové studie náboženské pouti ukázala, že i v

prostředí s omezenými možnostmi fyzického zabezpečení lze dosáhnout významného snížení rizika prostřednictvím vhodně nastavených organizačních opatření.
Z manažerského hlediska je klíčové, že ochrana náboženských objektů by neměla být vnímána jako izolovaný soubor technických opatření, ale jako kontinuální proces řízení rizik. Tento proces zahrnuje pravidelnou identifikaci hrozeb, plánování a implementaci opatření, jejich průběžné vyhodnocování a adaptaci na měnící se bezpečnostní prostředí. Důležitou roli přitom hraje spolupráce mezi jednotlivými aktéry, zejména organizátory akcí, správci objektů a bezpečnostními složkami.
Přestože studie přináší systematický pohled na problematiku ochrany náboženských objektů, je nutné vnímat i její limity, které však neomezují praktickou využitelnost navrženého modelu, ale spíše vymezují prostor pro další výzkum, který by se měl zaměřit zejména na empirické ověření navrženého modelu v reálných podmínkách, případně na jeho rozšíření o kvantitativní prvky hodnocení rizik. Další perspektivní oblastí je analýza role moderních technologií, například systémů inteligentního monitoringu, v kontextu ochrany měkkých cílů.
Lze tedy konstatovat, že efektivní ochrana náboženských objektů vyžaduje komplexní a integrovaný přístup, který propojuje bezpečnostní a manažerské principy. Navržený model tak přispívá k překlenutí mezery mezi teoretickými koncepty ochrany měkkých cílů a jejich praktickou implementací v prostředí náboženských objektů.

Seznam použité literatury

Aven, T. (2015). Risk analysis. 2nd ed. Chichester: Wiley. ISBN 978-1119057796
Carbone, M., Di Nicola, A., Calcara, G. et al. (2024). Threats and vulnerabilities of places of worship. Joint Research Centre / European Commission. ISBN: 9788899719463
European Commission (2021). EU Quick Guide to Support the Protection of Places of Worship. Dostupné online https://ec.europa.eu/newsroom/pps/items/696367/en
Hopkin, P. (2018). Fundamentals of Risk Management: Understanding, Evaluating and Implementing Effective Risk Management. London: Kogan Page Publishers. ISBN 978-0749483074
Loudilová, K. (2012). Stará Boleslav jako poutní místo. Bakalářská práce. Praha: Univerzita Karlova. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/handle/20.500.11956/51992
ProSPeReS Project (2023). Guidebook on security measures. Dostupné z: https://prosperes.eu
Szymankiewicz, L., Bijak, M., Siadkowski, A. (2025). The Religious Worship's Security Risk Disquisition — Pilgrimages to Jasna Góra. DOI: 10.5604/01.3001.0055.4508
Yin, R. K. (2018). Case study research and applications: design and methods. 6th ed. Thousand Oaks: SAGE Publications. ISBN 978-1-5063-3616-9.
Wiśniewski, K. & Zwęgliński, T. (2022). Concept for improving the security of religious sites. Sustainability, DOI: 10.5604/01.3001.0016.1806

MOŽNOSTI VYUŽITÍ VIRTUÁLNÍ REALITY V TERAPII

APPLICATIONS OF VIRTUAL REALITY IN THERAPY

Eva Mazáková
DiS.
ORCID: https://orcid.org/0009-0001-9442-0975
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha,
Česká republika
eva@mazakova.cz

David Mazák
PhDr. Ed.D., MBA
ORCID: https://orcid.org/0009-0008-5789-5622
Vysoká škola DTI
Sládkovičova 533/20, Dubnica nad Váhom
Slovenská republika
mail@mazdav.cz

Abstrakt: Článek se zabývá využitím virtuální reality v psychologii a psychoterapii s důrazem na její aplikaci v klinické praxi. Cílem je analyzovat současný stav výzkumu, zhodnotit účinnost jednotlivých přístupů a identifikovat hlavní přínosy a limity této technologie. Na základě analýzy odborné literatury, včetně systematických přehledů a empirických studií, je diskutováno využití virtuální reality zejména v léčbě úzkostných poruch, posttraumatické stresové poruchy, depresivních poruch, psychotických symptomů a poruch autistického spektra. Výsledky naznačují, že virtuální realita je nejefektivnější jako součást expozičně orientovaných intervencí, kde umožňuje kontrolované a bezpečné vystavení klienta stresovým podnětům. V dalších oblastech se její přínos jeví jako doplňkový a vyžaduje další empirické ověření. Diskuse poukazuje na metodologická omezení současného výzkumu, etické otázky a bariéry implementace do klinické praxe. Závěrem je konstatováno, že virtuální realita představuje perspektivní nástroj, který rozšiřuje možnosti psychoterapie, avšak nenahrazuje její základní principy.

Klíčová slova: virtuální realita, psychoterapie, expoziční terapie, úzkostné poruchy, posttraumatická stresová porucha, kognitivně-behaviorální terapie, digitální intervence, duševní zdraví

Abstract: This article examines the use of virtual reality in psychology and psychotherapy, with a particular focus on its application in clinical practice. The aim is to analyze the current state of research, evaluate the effectiveness of various approaches, and identify the main benefits and limitations of this technology. Based on a review of scientific literature, including systematic reviews and empirical studies, the paper discusses the use of virtual reality in the treatment of anxiety disorders, post-traumatic stress disorder, depressive disorders, psychotic symptoms, and autism spectrum disorders. The findings suggest that virtual reality is most effective when integrated into exposure-based interventions, as it enables controlled and safe exposure to anxiety-provoking stimuli. In other areas, its role appears to be more complementary and requires further empirical validation. The discussion highlights methodological limitations of current research, ethical concerns, and barriers to clinical

implementation. The article concludes that virtual reality represents a promising tool that expands therapeutic possibilities but does not replace the core principles of psychotherapy.

Keywords: virtual reality, psychotherapy, exposure therapy, anxiety disorders, post-traumatic stress disorder, cognitive behavioral therapy, digital interventions, mental health

Úvod

V posledních desetiletích dochází v oblasti psychologické a psychoterapeutické praxe k výrazným změnám, které jsou úzce spjaty s rozvojem digitálních technologií. Jedním z nejvýznamnějších nástrojů, který se postupně prosazuje jak ve výzkumu, tak v klinické praxi, je virtuální realita. Tato technologie umožňuje vytvářet komplexní, interaktivní a senzoricky bohatá prostředí, která mohou simulovat situace blízké reálnému světu, a tím rozšiřovat možnosti terapeutických intervencí (Cieślik et al., 2020).

Zásadní přínos virtuální reality spočívá v kombinaci vysoké míry ekologické validity a současně precizní kontrolovatelnosti podmínek. V tradiční psychoterapii je často obtížné zajistit opakovatelnost konkrétních situací nebo přesné dávkování expozice. Virtuální prostředí tento problém překonává tím, že umožňuje terapeutovi regulovat intenzitu podnětů a jejich průběh s vysokou mírou přesnosti. Tento aspekt je zásadní zejména v rámci expoziční terapie, kde systematická práce se situacemi, které vyvolávají úzkost, představuje klíčový mechanismus terapeutické změny (Carl et al., 2019).

První významné aplikace virtuální reality v psychoterapii se soustředily na léčbu úzkostných poruch, zejména specifických fobií. Empirické studie již na počátku tohoto výzkumného směru prokázaly, že virtuální expozice může dosahovat srovnatelné účinnosti jako expozice v reálném prostředí, přičemž současně poskytuje klientovi vyšší pocit bezpečí a kontroly nad situací (Emmelkamp et al., 2002). Tento přístup se následně rozšířil i do dalších oblastí, včetně léčby posttraumatické stresové poruchy, kde virtuální realita umožňuje kontrolované opakované znoprožívání traumatických událostí v terapeutickém rámci (Maples-Keller et al., 2017).

S dalším rozvojem technologií dochází k rozšiřování spektra využití virtuální reality i mimo oblast úzkostných poruch. Významnou oblast představuje práce s poruchami autistického spektra, kde virtuální prostředí umožňuje bezpečný nácvik sociálních interakcí a rozvoj komunikačních dovedností v kontrolovaných podmínkách (Parsons & Mitchell, 2002). Vedle toho se VR uplatňuje také v intervencích zaměřených na regulaci stresu a podporu psychické pohody, kde imerzivní prostředí napomáhá navozování relaxačních stavů a podporuje proces seberegulace (Riva et al., 2005).

Navzdory těmto slibným výsledkům je nezbytné přistupovat k využití virtuální reality kriticky. Současný výzkum poukazuje na metodologickou heterogenitu studií, rozdílnou kvalitu technologických řešení a nedostatek dlouhodobých dat o udržitelnosti terapeutických efektů (Cieślik et al., 2020). Současně se otevírají etické otázky související s intenzitou prožívaných zkušeností, ochranou citlivých dat a zachováním kvalitního terapeutického vztahu. Tyto aspekty vyžadují pečlivé zvažování při implementaci VR do klinické praxe.

Cílem tohoto článku je analyzovat současné využití virtuální reality v psychologii a terapii na základě dostupné odborné literatury, interpretovat výsledky empirických studií a diskutovat přínosy, limity a budoucí směřování tohoto přístupu v kontextu moderní psychologické péče.

Metodologie

Předkládaný článek vychází z kvalitativně orientované analýzy odborné literatury, jejímž cílem bylo systematicky zmapovat současný stav poznání v oblasti využití virtuální reality v psychologii a terapii. Vzhledem k povaze tématu byl zvolen přístup narativní literární syntézy s důrazem na integraci výsledků empirických studií a přehledových prací. Tento přístup

umožňuje nejen shrnout existující poznatky, ale také identifikovat klíčové trendy, metodologická omezení a směry budoucího výzkumu.
Výběr zdrojů byl zaměřen na publikace dostupné v renomovaných odborných databázích, zejména PubMed a další indexované zdroje, a byl doplněn o vybrané texty dostupné prostřednictvím akademických platforem, jako je ResearchGate. Do analýzy byly zahrnuty především systematické přehledy, metaanalýzy a randomizované kontrolované studie, které představují nejvyšší úroveň důkazů v oblasti klinického výzkumu. Vedle nich byly využity i teoretické práce a starší empirické studie, které poskytují kontext pro vývoj této oblasti a umožňují lépe porozumět mechanismům účinku virtuální reality v psychoterapii.
Časové vymezení zahrnutých zdrojů bylo stanoveno přibližně od počátku 21. století do současnosti, což odpovídá období, kdy dochází k výraznějšímu rozvoji VR technologií v klinické praxi. Starší studie byly zařazeny především v případech, kdy představují zásadní milníky ve vývoji oboru, například první kontrolované studie využívající virtuální realitu v expoziční terapii (Emmelkamp et al., 2002). Novější publikace pak poskytují přehled o aktuálním stavu výzkumu a reflektují technologický pokrok, který významně ovlivňuje možnosti využití VR v terapii (Cieślik et al., 2020).
Analytický proces probíhal ve třech hlavních fázích. V první fázi byly identifikovány relevantní studie na základě tematického zaměření na využití virtuální reality v psychologii a terapii. Ve druhé fázi došlo k jejich třídění podle hlavních oblastí aplikace, mezi které patří úzkostné poruchy, posttraumatická stresová porucha, depresivní poruchy, psychotické symptomy a poruchy autistického spektra. Ve třetí fázi byla provedena syntéza poznatků, která umožnila formulovat obecnější závěry o účinnosti, přínosech a limitech tohoto přístupu.
Zvláštní pozornost byla věnována metodologické kvalitě jednotlivých studií. Hodnocena byla velikost výzkumných souborů, přítomnost kontrolních skupin, délka sledování účinků a způsob měření výsledků. Tato kritéria jsou klíčová pro posouzení validity závěrů a umožňují odlišit robustní empirické poznatky od předběžných či explorativních zjištění. Současně bylo přihlíženo k tomu, že oblast VR v psychoterapii je stále relativně nová a některá metodologická omezení jsou důsledkem jejího vývoje.
Vedle analýzy účinnosti jednotlivých intervencí byla do metodologického rámce zahrnuta i reflexe širších kontextuálních faktorů, jako jsou etické otázky, technologické limity a možnosti implementace do klinické praxe. Tento širší přístup odpovídá současnému trendu v psychologickém výzkumu, který zdůrazňuje potřebu hodnotit intervence nejen z hlediska jejich efektivity, ale také z hlediska jejich praktické využitelnosti a dopadu na klienta (Riva et al., 2005).
Zvolená metodologie tak umožňuje komplexní pohled na problematiku využití virtuální reality v psychologii a terapii a vytváří základ pro následnou interpretaci výsledků a jejich kritickou diskusi.

Interpretace výsledků

Analýza současné odborné literatury ukazuje, že využití virtuální reality v psychologii a terapii představuje dynamicky se rozvíjející oblast, jejíž empirická základna se v posledních dvou dekádách výrazně rozšířila. Výsledky jednotlivých studií však naznačují, že účinnost této technologie není homogenní napříč různými diagnostickými kategoriemi, ale vykazuje značnou variabilitu v závislosti na typu poruchy, metodologii výzkumu i konkrétní podobě terapeutické intervence.
Nejrobustnější empirická podpora je dlouhodobě dokumentována v oblasti úzkostných poruch. Virtuální realita zde nachází své hlavní uplatnění v rámci expoziční terapie, kde umožňuje systematické vystavování klienta obávaným situacím za kontrolovaných podmínek. Metaanalytické studie ukazují, že virtual reality exposure therapy dosahuje srovnatelné účinnosti s tradiční expozicí in vivo, přičemž některé výzkumy poukazují i na vyšší míru

adherence klientů k terapii (Carl et al., 2019). Tento efekt lze vysvětlit tím, že virtuální prostředí je klienty často vnímáno jako méně ohrožující, což usnadňuje vstup do terapeutického procesu a snižuje míru vyhýbavého chování.
Virtuální realita zároveň umožňuje přesné dávkování expozice a její postupné zvyšování podle aktuálního stavu klienta, což v reálných podmínkách nelze dosáhnout se stejnou mírou kontroly. Tento faktor významně přispívá k efektivitě VR intervencí.
V oblasti posttraumatické stresové poruchy vykazují výsledky výzkumů rovněž pozitivní trend, i když jsou méně konzistentní než u specifických fóbií. Virtuální realita zde umožňuje kontrolované znovuprožívání traumatických událostí, což je základním principem expozičně orientovaných přístupů. Studie ukazují, že tento proces může vést ke snížení intenzity symptomů, zejména intruzivních vzpomínek a vyhýbavého chování (Maples-Keller et al., 2017). Zároveň je však zdůrazňováno, že práce s traumatem v prostředí virtuální reality vyžaduje vysokou míru odborné kompetence terapeuta, protože nevhodně nastavená expozice může vést k přetížení klienta nebo k opětovnému prožití traumatu.
Výsledky výzkumů v oblasti depresivních poruch jsou méně jednoznačné. Některé studie naznačují, že VR může být efektivní jako doplněk kognitivně-behaviorální terapie, zejména pokud je využívána k podpoře emoční regulace nebo k modifikaci maladaptivních kognitivních schémat (Cieślik et al., 2020). Efekt však bývá často srovnatelný se standardními terapeutickými postupy a není vždy statisticky významně vyšší. Přesto se ukazuje, že virtuální prostředí může mít specifický přínos v oblasti motivace klienta a jeho zapojení do terapeutického procesu, což je faktor, který může nepřímo ovlivňovat výsledky léčby.
Významné poznatky přináší také výzkum zaměřený na psychotické poruchy. V těchto případech je VR využívána především k simulaci sociálních situací, které umožňují klientům bezpečně konfrontovat jejich paranoidní přesvědčení. Studie naznačují, že tento přístup může vést ke snížení intenzity bludných interpretací a ke zlepšení sociálního fungování (Freeman et al., 2017). Efekt však není univerzální a zdá se být omezen především na specifické symptomy, zatímco jiné aspekty psychotického prožívání zůstávají méně ovlivněny.
Významné uplatnění nachází virtuální realita také u poruch autistického spektra. V této oblasti slouží především jako nástroj pro nácvik sociálních dovedností a zlepšení komunikačních schopností. Virtuální prostředí umožňuje vytvářet strukturované situace, ve kterých mohou klienti opakovaně trénovat sociální interakce bez rizika negativní zpětné vazby ze strany okolí. Empirické studie ukazují, že tento přístup může vést ke zlepšení sociální adaptace, i když přenos těchto dovedností do reálného prostředí zůstává předmětem dalšího výzkumu (Parsons & Mitchell, 2002).
Napříč jednotlivými oblastmi lze identifikovat několik společných mechanismů, které pravděpodobně stojí za účinností virtuální reality v psychoterapii. Klíčovou roli hraje především fenomén imerze, který umožňuje klientovi prožívat situace jako realistické a emocionálně relevantní. Dále je významná kontrolovatelnost prostředí, která umožňuje přesné nastavení terapeutických podmínek, a možnost opakování, která podporuje učení a konsolidaci nových vzorců chování. Tyto faktory společně vytvářejí podmínky, které jsou pro terapeutickou změnu mimořádně příznivé (Riva et al., 2005).
Současně je však nutné zdůraznit, že efektivita VR intervencí není dána samotnou technologií, ale způsobem jejího využití. Virtuální realita funguje jako nástroj, jehož účinnost závisí na integraci do terapeutického procesu, kvalitě terapeutického vztahu a schopnosti terapeuta přizpůsobit intervenci individuálním potřebám klienta.

Diskuse

Výsledky analyzovaných studií ukazují, že virtuální realita představuje významný nástroj současné psychologické a psychoterapeutické praxe, jehož potenciál je však diferencovaný v závislosti na oblasti aplikace. Rozdíly v účinnosti virtuální reality napříč diagnostickými

kategoriemi naznačují, že její terapeutický potenciál je významně podmíněn povahou konkrétní poruchy i charakterem využité intervence.
Jedním z hlavních zjištění je skutečnost, že účinnost VR není dána samotnou technologií, ale způsobem jejího začlenění do terapeutického procesu. Virtuální realita se ukazuje jako efektivní především tehdy, je-li využívána v rámci strukturovaných terapeutických přístupů, zejména kognitivně-behaviorální terapie. V těchto případech slouží jako prostředek pro realizaci terapeutických technik, nikoliv jako samostatná intervence. Tento závěr je v souladu s širšími přehledy, které zdůrazňují, že technologické inovace nemohou nahradit základní principy psychoterapie, ale mohou je významně rozšířit (Freeman et al., 2017).
Významným tématem je přenos terapeutických efektů z virtuálního prostředí do reálného života. Přestože studie potvrzují zlepšení symptomů, míra jejich dlouhodobé generalizace zůstává nejednoznačná, zejména u poruch autistického spektra a sociálních úzkostí.
Z metodologického hlediska představuje zásadní problém heterogenita výzkumů. Jednotlivé studie se liší nejen v použité technologii, ale také v délce a intenzitě intervence, velikosti výzkumných souborů a způsobu hodnocení výsledků. Tato variabilita ztěžuje přímé srovnání jednotlivých studií a komplikuje formulaci jednoznačných závěrů. Přehledové práce upozorňují, že i když jsou výsledky obecně pozitivní, je nutné interpretovat je s opatrností vzhledem k omezené standardizaci metod (Cieślik et al., 2020).
Významným tématem diskuse jsou také etické aspekty využívání virtuální reality. Intenzita zážitků, které VR umožňuje, představuje potenciální riziko pro klienty, zejména v případě práce s traumatickými vzpomínkami. Nevhodně vedená expozice může vést k přetížení nebo k retraumatizaci, což klade vysoké nároky na odbornost terapeuta. Vedle toho se objevují otázky týkající se ochrany osobních dat, protože VR systémy mohou zaznamenávat detailní informace o chování a fyziologických reakcích klienta. Tyto údaje mají citlivý charakter a jejich zpracování vyžaduje jasně definované etické a právní rámce.
Dalším limitem je samotná dostupnost technologie. Přestože se VR zařízení stávají postupně dostupnějšími, jejich implementace do běžné klinické praxe je stále omezená. Bariéry zahrnují finanční náklady, technickou náročnost i potřebu specializovaného vzdělávání terapeutů. Výzkumy zároveň ukazují, že i přes obecně pozitivní postoj odborníků k VR je její reálné využití v praxi zatím relativně nízké, což naznačuje existenci rozdílu mezi teoretickým potenciálem a praktickou aplikací.
Z hlediska budoucího vývoje lze očekávat, že význam virtuální reality v psychologii bude dále růst. Technologický pokrok umožňuje stále realističtější simulace a zároveň otevírá možnosti integrace s dalšími nástroji, jako je biofeedback nebo umělá inteligence. Tyto směry mohou vést k vyšší míře individualizace terapeutických intervencí, kdy bude možné přizpůsobovat průběh terapie aktuálnímu stavu klienta v reálném čase. Současně však bude nezbytné zajistit, aby tento vývoj byl doprovázen odpovídajícími etickými standardy a metodologickou rigorózností.
Virtuální realita tak rozšiřuje možnosti psychoterapeutické práce a umožňuje vytvářet situace, které jsou v běžném prostředí obtížně realizovatelné. Zároveň však zůstává závislá na kvalitě terapeutického vedení a kontextu, ve kterém je využívána.

Závěr

Virtuální realita představuje v současné psychologii a psychoterapii významný technologický nástroj, který má potenciál zásadně rozšířit možnosti terapeutické práce. Analýza dostupné odborné literatury ukazuje, že její využití je nejvíce rozvinuté v oblasti úzkostných poruch, kde dosahuje srovnatelné účinnosti s tradiční expoziční terapií a současně nabízí výhody spojené s vyšší kontrolovatelností a bezpečností terapeutického prostředí (Carl et al., 2019). Tento fakt potvrzuje, že virtuální realita může být plnohodnotnou součástí standardních terapeutických postupů, pokud je správně integrována do klinické praxe.

V dalších oblastech, jako je posttraumatická stresová porucha, depresivní poruchy nebo psychotické symptomy, vykazují výsledky výzkumů slibný, avšak méně jednoznačný charakter. Virtuální realita zde funguje spíše jako doplňkový nástroj, který může podporovat existující terapeutické přístupy, než jako samostatná léčebná metoda (Maples-Keller et al., 2017; Freeman et al., 2017). Tento závěr zdůrazňuje potřebu vnímat VR nikoli jako univerzální řešení, ale jako specifický prostředek vhodný pro určité typy intervencí a klientských skupin.

Současně je nutné reflektovat limity, které jsou s využíváním virtuální reality spojeny. Patří mezi ně především metodologická nejednotnost výzkumů, nedostatek dlouhodobých dat o udržitelnosti terapeutických efektů a omezená standardizace terapeutických protokolů (Cieślik et al., 2020). Tyto faktory ztěžují jednoznačné posouzení účinnosti VR napříč různými oblastmi a poukazují na potřebu dalšího systematického výzkumu.

Budoucí vývoj virtuální reality v psychologii bude pravděpodobně spojen s jejím širším začleněním do klinické praxe a s dalším technologickým pokrokem, který umožní přesnější a individualizovanější terapeutické intervence.

Na základě provedené analýzy lze konstatovat, že virtuální realita představuje efektivní rozšíření psychoterapeutických přístupů, zejména v případech, kdy je žádoucí kontrolované a postupné vystavení klienta specifickým podnětům. Její přínos spočívá především v rozšíření možností terapeutické práce, nikoli v nahrazení tradičních metod. Klíčovým faktorem její účinnosti zůstává způsob integrace do terapeutického procesu a schopnost reflektovat individuální potřeby klienta.

Seznam použitých zdrojů

Carl, E. et al. (2018). *Virtual reality exposure therapy for anxiety and related disorders: A meta-analysis of randomized controlled trials*. Journal of Anxiety Disorders. DOI: 10.1016/j.janxdis.2018.08.003

Cieślik, B. et al. (2020). *Virtual reality in psychiatric disorders: A systematic review of reviews*. DOI: 10.1016/j.ctim.2020.102480

Česká televize (2023). *Virtuální realita pomáhá léčit PTSD. Čeští psychologové zkoumají efektivitu metody.* Dostupné z: https://ct24.ceskatelevize.cz/veda/vr-v-terapii ISSN: 1801-4540

Eckhoff, D., Ng, R., Cassinelli, A. (2022) *Virtual Reality Therapy for the Psychological Well-being of Palliative Care Patients in Hong Kong*. DOI: 10.48550/arXiv.2207.11754

Emmelkamp, P. M. G. et al. (2002). *Virtual reality treatment versus exposure in vivo: a comparative evaluation in acrophobia*. DOI: 10.1016/S0005-7967(01)00023-7

Fajnerová, I., Francová, A. (2020) *Virtuální realita a její uplatnění v péči o zdraví*. Dostupné z: https://sancedetem.cz/technologie-virtualni-reality-jeji-uplatneni-v-peci-o-dusevni-telesne-zdravi

Freeman, D. et al. (2017). *Virtual reality in the assessment, understanding, and treatment of mental health disorders*. Psychological Medicine, 47(14), 2393–2400. DOI: 10.1017/S003329171700040X

Maples-Keller, J. L. et al. (2017). *The use of virtual reality technology in the treatment of anxiety and other psychiatric disorders*. DOI: 10.1097/HRP.0000000000000138

Národní ústav duševního zdraví (2024) *Virtuální realita v terapii a výzkumu duševních poruch.* Dostupné z: https://www.nudz.cz/media-pr/tiskove-zpravy/virtualni-realita-pomaha-v-terapii-i-diky-umele-inteligenci-nejnovejsi-poznatky-predstavi-mezinarodni-konference-v-praze

Národní ústav duševního zdraví (NUDZ) (2022). *Projekt VIREAL – Využití VR v terapii sociálních úzkostí*. [online] Dostupné z: https://www.nudz.cz/projekty/vireal

Parsons, S. & Mitchell, P. (2002). The potential of virtual reality in social skills training for people with autistic spectrum disorders. DOI: 10.1046/j.1365-2788.2002.00425.x

Riva, G. et al. (2005). Virtual reality in psychotherapy: review. DOI: 10.1089/cpb.2005.8.220

Savčáková, A. (2021) Možnosti využití expoziční terapie virtuální realitou v psychologii}. Diplomová práce. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta. Dostupné z: https://theses.cz/id/pvggh5/.
Weiss, P. et al. (2011) Etické otázky v psychologii. Praha: Portál. EAN 978-8073678456
World Health Organization (WHO) (2021). Mental Health and New Technologies: Virtual Reality in Psychological Therapy. ISSN: 1020-3311
Zielina, M. et al (2022). Využívání a vytváření terapeutických her ve virtuální realitě a model hráč/hra/terapie. DOI: 10.51561/cspsych.66.3.332

ROLE PEDAGOGICKÉHO PRACOVNÍKA V PROCESU ROZVOJE PSYCHICKÉ ODOLNOSTI DĚTÍ V PODMÍNKÁCH INSTITUCIONÁLNÍ PÉČE

THE ROLE OF EDUCATORS IN THE DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF CHILDREN IN INSTITUTIONAL CARE

Leoš Moravec
PhDr. PaedDr. MSc., Ed.D.
ORCID: https://orcid.org/0009-0006-5361-4489
Dětský domov a ŠJ Lipová u Šluknova 417, p.o.
Lipová u Šluknova 417, 40781 Lipová
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti v Praze
Hovorčovická 1281/11, 182 00
Česká republika
Email: dd.reditel@seznam.cz

Tomáš Beníček
PaedDr. Mgr., DT
ORCID: https://orcid.org/0009-0003-3326-6921
Akademie Alternativa s.r.o., Mezinárodní asociace uměleckých terapií (MAUT)
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti v Praze
Hovorčovická 1281/11, 182 00
Česká republika
cas.r@seznam.cz

Abstrakt: Příspěvek se zaměřuje na roli pedagogického pracovníka v procesu rozvoje psychické odolnosti dětí v prostředí institucionální péče, přičemž propojuje teoretická východiska s dlouhodobou pedagogickou praxí autora. Pozornost je věnována zejména významu vztahového prostředí, stabilitě výchovného působení a každodenním situacím, ve kterých dochází k formování zvládacích strategií dítěte. Text propojuje odborné přístupy s konkrétními zkušenostmi z institucionální péče a usiluje o identifikaci faktorů, které zásadním způsobem ovlivňují rozvoj psychické odolnosti. Důraz je kladen na roli pedagoga jako stabilizačního prvku, který může významně přispět k pozitivní adaptaci dítěte na náročné životní podmínky.

Klíčová slova: Dětský domov, pedagogický pracovník, psychická odolnost, resilience, vztah, výchova

Abstract: The paper focuses on the role of educators in the development of psychological resilience of children in institutional care, combining theoretical perspectives with long-term professional experience. Particular attention is paid to the importance of relational environment, stability of educational approaches and everyday situations in which children's coping strategies are formed. The text connects theoretical concepts with practical experience and aims to identify key factors influencing the development of resilience. Emphasis is placed on the educator as a stabilizing figure who can significantly contribute to a child's positive adaptation to demanding life conditions.

Keywords: Children's home, educator, resilience, upbringing, relationship

Úvod

Psychická odolnost představuje v současné době jeden z klíčových faktorů, který ovlivňuje schopnost jedince zvládat náročné životní situace, adaptovat se na změny a dlouhodobě fungovat v prostředí, které je charakterizováno nejistotou, tlakem a proměnlivostí. Význam této schopnosti se v posledních letech výrazně zvýrazňuje, a to nejen v oblasti psychologie, ale rovněž v pedagogice a sociální práci, kde se odolnost chápe jako důležitý předpoklad úspěšného vývoje jedince.

Specifické postavení má problematika psychické odolnosti v prostředí institucionální péče, kde děti často přicházejí z rodinného zázemí zatíženého dlouhodobými problémy, které mohou negativně ovlivnit jejich vývoj. Jedná se především o prostředí, ve kterém se vyskytují konfliktní vztahy, nestabilita, nedostatečná péče nebo absence bezpečné citové vazby. Uvedené skutečnosti se promítají do emočního prožívání dítěte, jeho chování i schopnosti navazovat vztahy, přičemž právě oblast zvládání zátěže bývá výrazně oslabena.

Pedagogický pracovník se v tomto kontextu stává významnou osobou, která může zásadním způsobem ovlivnit další vývoj dítěte. V prostředí dětského domova nepředstavuje pedagog pouze organizátora výchovného procesu, ale především stabilní prvek, který dítěti poskytuje oporu, orientaci a možnost postupně si vytvářet důvěru k dospělým osobám. Vzhledem k tomu, že děti často přicházejí se zkušeností zklamání nebo ztráty, je budování vztahu založeného na důvěře procesem, který vyžaduje dlouhodobé a systematické působení.

Praktická zkušenost z prostředí dětského domova situovaného ve Šluknovském výběžku ukazuje, že rozvoj psychické odolnosti nevzniká náhodně ani spontánně, ale je výsledkem každodenní pedagogické práce, která se odehrává v běžných situacích. Stabilita prostředí, předvídatelnost chování dospělých osob a srozumitelně nastavená pravidla představují faktory, které mají zásadní vliv na to, jak dítě reaguje na zátěžové situace a jak si postupně vytváří vlastní strategie zvládání.

Významnou roli hraje také skutečnost, že pedagogický pracovník v institucionální péči často částečně supluje funkci rodičovské osoby, přičemž se stává jedním z mála stabilních bodů v životě dítěte. Výchovné působení tak nelze redukovat pouze na plnění povinností nebo dodržování režimu, ale je nutné jej chápat jako komplexní proces, který zahrnuje podporu emocionálního, sociálního i osobnostního rozvoje dítěte.

Cílem tohoto příspěvku je analyzovat roli pedagogického pracovníka v procesu rozvoje psychické odolnosti dětí v podmínkách institucionální péče, přičemž text propojuje teoretická východiska s praktickými zkušenostmi a usiluje o identifikaci klíčových faktorů, které tento proces ovlivňují.

Teoretická východiska řešené problematiky

Problematika psychické odolnosti, označovaná v odborné literatuře pojmem resilience, představuje komplexní a mnohovrstevnatý fenomén, který je v současnosti předmětem intenzivního výzkumu v oblasti psychologie, pedagogiky i sociální práce. Resilience bývá nejčastěji chápána jako dynamický proces, v jehož rámci dochází k pozitivní adaptaci jedince navzdory nepříznivým životním okolnostem, přičemž důraz je kladen na interakci mezi individuálními charakteristikami jedince a vlivy prostředí.

Významný přínos k vymezení tohoto konceptu přináší Masten (2015), která zdůrazňuje, že psychická odolnost nepředstavuje výjimečnou nebo vrozenou schopnost, ale běžný adaptační proces, který se může rozvíjet u každého jedince za předpokladu existence podpůrných podmínek. V tomto pojetí je resilience chápána jako výsledek fungování základních adaptačních systémů, mezi které patří zejména vztahové vazby, kognitivní schopnosti a regulační mechanismy.

Další významnou perspektivu nabízí Ungar (2021), který upozorňuje na skutečnost, že resilience není pouze individuální charakteristikou, ale je výsledkem širšího sociálního a

kulturního kontextu. Důraz je kladen na dostupnost zdrojů, které jedinci umožňují zvládat náročné situace, přičemž mezi klíčové protektivní faktory patří stabilní vztahy, pocit bezpečí, možnost participace a smysluplné zapojení do sociálního prostředí.
V prostředí institucionální péče nabývá problematika psychické odolnosti specifického charakteru, jelikož děti vyrůstající v dětských domovech často postrádají stabilní rodinné zázemí. V této souvislosti je vhodné připomenout přínos Matějčka (2005), který upozorňuje na negativní dopady psychické deprivace a zdůrazňuje význam stabilních a dlouhodobých vztahů pro zdravý vývoj dítěte.
Současné poznatky zároveň poukazují na význam práce se stresem jako klíčového mechanismu rozvoje psychické odolnosti. Kolář (2021) uvádí, že schopnost zvládání zátěže se formuje prostřednictvím zkušeností, ve kterých jedinec čelí náročným situacím a postupně si osvojuje strategie jejich řešení. Problematika psychické odolnosti je v českém prostředí rozpracována také v širším kontextu osobnostních charakteristik a adaptačních mechanismů, přičemž důraz je kladen na souvislost mezi individuálními dispozicemi a vlivy prostředí (Paulík, 2010).
V rámci pedagogické praxe je proto nezbytné vnímat psychickou odolnost jako proces, který se formuje prostřednictvím každodenních zkušeností, přičemž významnou roli hraje způsob, jakým dospělá osoba na tyto situace reaguje. Pedagogický pracovník zde vystupuje jako prostředník mezi dítětem a jeho zkušeností, přičemž jeho přístup může zásadním způsobem ovlivnit interpretaci dané situace.

Metodologická část příspěvku
Předkládaný příspěvek je koncipován jako kvalitativně orientovaná reflexe pedagogické praxe, která vychází z dlouhodobého profesního působení autora v prostředí dětského domova, přičemž důraz je kladen na hlubší porozumění procesům souvisejícím s rozvojem psychické odolnosti dětí. Zvolený metodologický přístup se opírá o analýzu konkrétních situací, které se v každodenním chodu zařízení opakovaně objevují, a současně o jejich interpretaci v širším kontextu pedagogického působení.
Pedagogická praxe, ze které příspěvek vychází, je realizována v dětském domově situovaném ve Šluknovském výběžku, který představuje specifické prostředí jak z hlediska geografického, tak z hlediska sociálního. Organizace zařízení je založena na systému rodinných skupin, které jsou umístěny jak v hlavní budově, tak v samostatných rodinných domcích, přičemž uvedené uspořádání umožňuje vytvářet podmínky, které se v maximální možné míře přibližují běžnému rodinnému fungování. Dlouhodobé profesní působení autora, které přesahuje dvě desetiletí a zahrnuje i výkon vedoucí pozice, umožňuje komplexní vhled do problematiky výchovy dětí v institucionální péči, přičemž tato zkušenost představuje významný zdroj poznání. Opakovaně se objevující situace, reakce dětí i způsoby pedagogického působení vytvářejí základ pro identifikaci souvislostí, které nelze zachytit jednorázovým pozorováním. Metodologickým východiskem příspěvku je systematická reflexe pedagogické praxe, která zahrnuje dlouhodobé pozorování, interpretaci situací a následné zobecnění získaných poznatků. Pozornost je zaměřena především na situace, které představují zvýšenou zátěž pro dítě, jako jsou konflikty ve skupině, školní neúspěch, změny prostředí nebo události spojené s rodinným zázemím dítěte, přičemž právě tyto situace umožňují sledovat mechanismy utváření psychické odolnosti.
Zvolený přístup přináší vysokou míru autenticity, jelikož vychází z reálné pedagogické praxe, současně je však nutné reflektovat i jeho limity, které spočívají především v subjektivitě interpretace a omezené možnosti zobecnění. Navzdory těmto omezením lze získané poznatky považovat za relevantní, neboť poskytují hlubší porozumění procesům, které se v prostředí dětského domova dlouhodobě odehrávají.

Text vlastního zkoumání

Pedagogická praxe realizovaná v prostředí dětského domova ukazuje, že rozvoj psychické odolnosti dítěte není výsledkem jednorázového působení ani použití konkrétní metody, ale představuje dlouhodobý proces, který vzniká v každodenních situacích a vzájemných vztazích, přičemž jednotlivé zkušenosti se postupně ukládají a ovlivňují další vývoj dítěte. Významnou roli v tomto procesu sehrává kvalita vztahu mezi dítětem a pedagogickým pracovníkem, protože právě tento vztah vytváří prostředí, ve kterém dítě vnímá své zkušenosti, dává jim smysl a postupně se učí zvládat náročné životní situace.

V prostředí dětského domova se opakovaně setkáváme s dětmi, které přicházejí s narušenou důvěrou k dospělým osobám, což je důsledkem předchozích negativních zkušeností, často spojených s nestabilním rodinným prostředím, nedostatkem jistoty nebo opakovaným zklamáním ze strany blízkých osob. Navázání stabilního vztahu proto nepředstavuje samozřejmost, ale proces, který vyžaduje dlouhodobé, systematické a především vyrovnané působení, při kterém si dítě postupně ověřuje, že dospělý jedná předvídatelně a spolehlivě. Pedagogický pracovník musí být schopen reagovat na projevy nedůvěry, odmítání nebo zvýšené citlivosti klidně, srozumitelně a bez výrazných výkyvů, protože právě takový přístup umožňuje postupné vytváření pocitu bezpečí a jistoty.

Významným polem pedagogického působení jsou konfliktní situace mezi dětmi, které se v prostředí rodinných skupin objevují poměrně často a tvoří běžnou součást společného soužití. V těchto situacích se ukazuje, že smyslem pedagogického působení není pouze rychlé ukončení konfliktu, ale především jeho využití jako příležitosti k učení, při kterém se děti učí rozumět vlastním emocím i chování druhých. Pedagogický pracovník zde vystupuje jako průvodce, který pomáhá dětem pojmenovat jejich prožívání, uvědomit si příčiny konfliktu a hledat řešení, která vedou k obnovení vztahů a zlepšení vzájemného soužití. Další oblast, ve které se výrazně projevuje role pedagoga, představuje školní neúspěch, který je u dětí vyrůstajících v institucionální péči častým jevem a často souvisí s předchozími problémy ve vzdělávání nebo s nízkou motivací. Způsob, jakým pedagogický pracovník na neúspěch reaguje, má zásadní vliv na další přístup dítěte ke škole i na jeho pohled na sebe sama. Podpůrný přístup, který oceňuje snahu a vede dítě k postupnému překonávání obtíží, posiluje jeho psychickou odolnost, zatímco opakované zdůrazňování selhání může vést k rezignaci a ztrátě chuti snažit se.

Významnou roli v každodenní pedagogické praxi sehrává práce s frustrací, která je přirozenou součástí života v dětském domově a vzniká v situacích, kdy dítě nemůže okamžitě uspokojit své potřeby nebo musí přijmout určitá omezení. Děti se setkávají s pravidly, omezeními i situacemi, které nejsou v souladu s jejich přáním, přičemž schopnost tyto situace zvládat představuje důležitý předpoklad pro jejich další vývoj. Pedagogický pracovník zde pomáhá dítěti situaci pochopit, přijmout a hledat způsoby, jak ji zvládnout, přičemž důležitou součástí tohoto procesu je také ukazování vhodných způsobů chování a práce s emocemi. Stabilita a předvídatelnost prostředí představují další klíčové faktory, které podporují rozvoj psychické odolnosti, zejména u dětí, které v minulosti zažívaly nejistotu nebo chaos. Jasně nastavený denní režim, srozumitelná pravidla a jednotný přístup pedagogických pracovníků vytvářejí prostředí, ve kterém se dítě dokáže orientovat a které mu poskytuje pocit bezpečí. V takovém prostředí se dítě může lépe soustředit na vlastní rozvoj a postupně si vytvářet jistotu v tom, co může očekávat.

Specifickým prvkem prostředí dětského domova je také skupinová dynamika, která ovlivňuje chování jednotlivých dětí i celkové klima skupiny, přičemž vztahy mezi dětmi mohou být zdrojem podpory, ale i napětí. Pedagogický pracovník musí být schopen tyto vztahy vnímat a cíleně s nimi pracovat, přičemž důraz je kladen na vytváření prostředí, které podporuje spolupráci, respekt a bezpečné mezilidské vztahy. Pravidelná práce se skupinou zároveň pomáhá předcházet vyhroceným situacím a podporuje vznik pozitivních vazeb mezi dětmi. Důležitou součástí pedagogického působení je také zohledňování individuálních potřeb

jednotlivých dětí, které se liší v závislosti na jejich životních zkušenostech i osobnostních předpokladech, přičemž přizpůsobení přístupu konkrétnímu dítěti umožňuje účinnější podporu jeho rozvoje. Různorodost přístupů v rámci pedagogické práce tak představuje důležitý nástroj, jak reagovat na potřeby jednotlivých dětí a pomáhat jim postupně posilovat jejich odolnost.
Dlouhodobé zkušenosti ukazují, že rozvoj psychické odolnosti se promítá do postupných změn v chování dítěte, jeho schopnosti zvládat náročné situace i celkového přístupu k životu, přičemž tyto změny se projevují postupně a vyžadují dostatek času. Pedagogický pracovník se v tomto procesu stává klíčovou osobou, jejíž přístup, stabilita a schopnost přemýšlet o vlastní práci mají zásadní vliv na výsledný efekt a na to, jak se dítě dokáže vyrovnávat s budoucími životními výzvami.

Diskuse

Zjištění vycházející z pedagogické praxe potvrzují teoretické přístupy, které zdůrazňují význam vztahů, stability prostředí a dostupnosti podpůrných zdrojů pro rozvoj psychické odolnosti dítěte, přičemž praktická zkušenost ukazuje, že uvedené faktory nepůsobí odděleně, ale vzájemně se prolínají a ovlivňují. Praktická rovina zároveň ukazuje, že kvalita vztahu mezi dítětem a pedagogickým pracovníkem představuje jeden z nejdůležitějších činitelů, který ovlivňuje schopnost dítěte zvládat zátěžové situace, postupně si vytvářet vlastní způsoby řešení problémů a nacházet rovnováhu v náročných životních podmínkách.
Význam těchto faktorů se výrazně projevuje při zohlednění prostředí, ze kterého děti do dětského domova přicházejí, přičemž toto prostředí bývá často zatíženo řadou rizikových jevů, které mají dlouhodobý dopad na vývoj dítěte. Často se jedná o sociálně nepodnětné prostředí, ve kterém se vyskytují závislosti rodičů na návykových látkách, nestabilní rodinné vztahy, opakované konflikty, zanedbávání péče o dítě nebo výskyt kriminálního jednání, přičemž tyto skutečnosti se promítají do každodenního prožívání dítěte. Uvedené zkušenosti zásadním způsobem ovlivňují emoční vývoj dítěte, jeho schopnost důvěry, zvládání emocí i reakce na zátěž, přičemž tyto oblasti bývají často narušeny a vyžadují dlouhodobou podporu.
Pedagogický pracovník v tomto kontextu představuje stabilizační prvek, který může přispět k postupné korekci negativních zkušeností dítěte a vytvoření prostředí, ve kterém se dítě může cítit bezpečně a jistě. Zkušenosti z praxe ukazují, že právě způsob pedagogického působení rozhoduje o tom, zda dítě situace vnímá jako zvládnutelné, nebo jako ohrožující, přičemž důležitou roli zde sehrává způsob komunikace, míra klidu a předvídatelnosti v jednání pedagoga i schopnost jasně vymezit hranice. Klidný, vyrovnaný a srozumitelný přístup přispívá k postupnému posilování pocitu bezpečí, zatímco nejednotné nebo nepředvídatelné jednání může vést k prohloubení nejistoty a napětí.
Význam vztahového prostředí se zároveň projevuje i v tom, jak dítě interpretuje své vlastní zkušenosti a jak si vytváří obraz o sobě samém i o okolním světě, přičemž pozitivní vztah s dospělou osobou může postupně měnit negativní očekávání a podporovat vznik důvěry. Opakovaná zkušenost s přijetím, podporou a srozumitelným vedením umožňuje dítěti postupně přehodnocovat předchozí zkušenosti a vytvářet nové, pozitivnější způsoby reagování na zátěž.
Diskuse dále ukazuje, že významnou roli v procesu rozvoje psychické odolnosti hraje také každodenní režim a struktura prostředí, která poskytuje dítěti orientaci a jistotu. Jasně nastavený režim dne, pravidla a očekávání vytvářejí rámec, ve kterém se dítě může pohybovat bez nadměrné nejistoty, přičemž tento rámec přispívá ke snížení napětí a umožňuje soustředění na vlastní rozvoj. Nedostatek struktury nebo časté změny naopak mohou vést k pocitu nejistoty a zhoršovat schopnost dítěte zvládat náročné situace.
Významným zjištěním je rovněž skutečnost, že rozvoj psychické odolnosti probíhá především v běžných každodenních situacích, nikoli pouze v mimořádných nebo záměrně připravených výchovných aktivitách, přičemž právě tyto běžné situace poskytují dítěti prostor pro učení a postupné posilování schopností. Každodenní interakce, drobné konflikty, školní povinnosti

nebo situace spojené s dodržováním pravidel představují příležitosti, ve kterých se dítě učí zvládat emoce, řešit problémy a přijímat odpovědnost za své chování.
Důležitou roli v tomto procesu sehrává také skupinové prostředí, ve kterém dítě žije, přičemž vztahy mezi dětmi mohou mít jak podpůrný, tak i zatěžující charakter. Skupinová dynamika ovlivňuje nejen chování jednotlivých dětí, ale i celkovou atmosféru, která může podporovat nebo naopak oslabovat pocit bezpečí. Pedagogický pracovník musí být schopen tyto procesy vnímat a cíleně s nimi pracovat, přičemž důraz je kladen na vytváření prostředí, které podporuje spolupráci, respekt a otevřenou komunikaci.
Další významnou oblastí, která se v rámci diskuse ukazuje jako podstatná, je práce s neúspěchem a zátěží, přičemž způsob, jakým dítě tyto situace zvládá, úzce souvisí s jeho předchozími zkušenostmi i s podporou ze strany pedagogického pracovníka. Přístup zaměřený na podporu, povzbuzení a postupné překonávání obtíží přispívá k posilování odolnosti, zatímco opakované zdůrazňování selhání může vést k rezignaci a ztrátě motivace. Význam podpory se v tomto kontextu projevuje nejen ve vztahu ke školnímu výkonu, ale i v širším životním nastavení dítěte.
Diskuse současně ukazuje, že rozvoj psychické odolnosti nelze chápat jako výsledek jednorázového působení nebo použití konkrétního postupu, ale jako dlouhodobý proces, který se odehrává ve vzájemném působení dítěte, pedagoga a prostředí, přičemž důležitou roli zde hraje čas, trpělivost a opakovaná zkušenost. Dlouhodobost, vyrovnanost v přístupu a schopnost přemýšlet o vlastní práci představují faktory, které zásadním způsobem ovlivňují výsledný efekt pedagogického působení. Za významný aspekt lze považovat také potřebu spolupráce mezi jednotlivými odborníky, kteří se na péči o dítě podílejí, přičemž propojení pedagogického, psychologického a sociálního pohledu umožňuje komplexnější porozumění situaci dítěte. Spolupráce s dalšími institucemi, školou nebo rodinou dítěte může přispět k lepšímu nastavení podpory a k větší návaznosti jednotlivých kroků.
Za důležité lze považovat také omezení zvoleného přístupu, které spočívá v jeho kvalitativní povaze a v subjektivitě interpretace, přičemž získané poznatky vycházejí z konkrétního prostředí a dlouhodobé osobní zkušenosti. Přestože uvedené poznatky nelze bez dalšího zobecnit na všechna zařízení institucionální péče, přinášejí cenný pohled na procesy, které se v těchto zařízeních odehrávají, a umožňují hlubší porozumění souvislostem, které by jinak zůstaly skryté. Rozšířená diskuse tak potvrzuje, že pedagogický pracovník představuje klíčový prvek v procesu rozvoje psychické odolnosti dítěte, přičemž význam tohoto působení spočívá nejen v jednotlivých výchovných zásazích, ale především v dlouhodobém, každodenním a systematickém přístupu, který vytváří podmínky pro postupný a udržitelný rozvoj dítěte.

Závěr

Pedagogický pracovník představuje v prostředí dětského domova klíčový prvek, který významně ovlivňuje rozvoj psychické odolnosti dětí, přičemž jeho role přesahuje rámec běžného výchovného působení a zasahuje do oblasti formování osobnosti dítěte, jeho hodnot, postojů i způsobu vnímání sebe sama a okolního světa. Každodenní pedagogická praxe ukazuje, že stabilita, důvěra a konzistentní přístup představují základní předpoklady pro vytváření prostředí, ve kterém může docházet k postupnému rozvoji adaptačních strategií a posilování psychické odolnosti, přičemž význam těchto faktorů se projevuje zejména v dlouhodobém horizontu. Rozvoj psychické odolnosti je dlouhodobý a komplexní proces, který nelze urychlit ani zjednodušit, jelikož vyžaduje systematické působení, trpělivost a schopnost reagovat na individuální potřeby dítěte, které se mohou v průběhu času měnit. Významnou roli v tomto procesu sehrává schopnost pedagogického pracovníka přemýšlet o vlastním přístupu, přizpůsobovat jej konkrétním situacím a hledat způsoby, jak dítěti pomoci zvládat náročné situace, tak, aby docházelo k jeho postupnému posilování, nikoli k prohlubování nejistoty nebo pocitu selhání. Důležitou součástí pedagogického působení se tak stává nejen samotná práce s

dítětem, ale i průběžné vyhodnocování vlastních postupů a jejich úprava podle aktuálních potřeb.

Zásadní význam má rovněž skutečnost, že děti vyrůstající v institucionální péči často přicházejí z prostředí zatíženého negativními zkušenostmi, které ovlivňují jejich schopnost důvěry, zvládání emocí i reakce na stres, přičemž tyto zkušenosti se promítají do jejich chování i vztahů k ostatním. Pedagogický pracovník se proto stává jedním z mála stabilních prvků v jejich životě, který může přispět k postupné změně těchto zkušeností a podpořit zdravý vývoj osobnosti dítěte. Opakovaná zkušenost s bezpečným, srozumitelným a podpůrným přístupem umožňuje dítěti postupně vytvářet nové vzorce chování a měnit způsob, jakým reaguje na zátěžové situace.

Propojení teoretických poznatků s praktickými zkušenostmi ukazuje, že rozvoj psychické odolnosti nelze chápat jako jednorázový zásah, ale jako proces, který se odehrává v každodenních situacích a je zásadně ovlivněn kvalitou vztahů, prostředím a způsobem pedagogického působení. Schopnost dítěte učit se z neúspěchu, pracovat s frustrací a postupně si vytvářet vlastní způsoby zvládání představuje důležitý předpoklad pro jeho budoucí uplatnění v životě, přičemž právě tyto schopnosti umožňují dítěti lépe reagovat na náročné situace i mimo prostředí dětského domova.

Významným zjištěním je také skutečnost, že účinnost pedagogického působení není dána pouze odbornými znalostmi, ale ve velké míře také osobnostními předpoklady pedagogického pracovníka, mezi které patří zejména trpělivost, empatie, schopnost naslouchat a ochota hledat individuální řešení. Kvalita vztahu, který pedagog s dítětem vytváří, se tak stává jedním z hlavních nástrojů výchovného působení a zároveň prostředkem, prostřednictvím kterého dochází k posilování psychické odolnosti. Z hlediska dalšího rozvoje této problematiky se jako přínosné jeví zaměření na hlubší rozpracování konkrétních pedagogických postupů, které vedou k posilování psychické odolnosti, a současně na systematickou podporu pedagogických pracovníků, kteří v tomto náročném prostředí působí. Vzhledem k náročnosti práce v dětském domově je nezbytné věnovat pozornost také jejich profesnímu rozvoji, možnosti sdílení zkušeností, pravidelné supervizi a prevenci syndromu vyhoření, protože právě stabilní, vyrovnaný a odborně připravený pedagog představuje základní předpoklad kvalitní výchovné práce.

Důležitým směrem dalšího uvažování je také posilování spolupráce mezi jednotlivými institucemi, které se na péči o dítě podílejí, přičemž propojení školy, sociálních služeb a rodinného prostředí může přispět k větší návaznosti podpory a k lepším výsledkům v oblasti rozvoje dítěte. Vytváření funkční sítě podpory tak představuje důležitý krok k tomu, aby dítě mělo možnost zažívat stabilitu nejen v rámci zařízení, ale i v širším sociálním prostředí.

Závěrem lze konstatovat, že pedagogický pracovník představuje významného činitele v procesu rozvoje psychické odolnosti dětí v institucionální péči, přičemž jeho působení má dlouhodobý dopad nejen na aktuální fungování dítěte, ale i na jeho schopnost zvládat budoucí životní výzvy a začlenit se do společnosti, přičemž kvalita tohoto působení může zásadním způsobem ovlivnit další životní směřování dítěte.

Seznam použité literatury

KOLÁŘ, P., 2021. *Posilování stresem: Cesta k odolnosti*. Praha: Euromedia.

MASTEN, A. S., 2015. *Ordinary Magic: Resilience in Development*. New York: Guilford Press.

MATĚJČEK, Z., 2005. *Co děti nejvíce potřebují*. Praha: Portál.

PAULÍK, K., 2010. *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada.

UNGAR, M., 2021. *Multisystemic Resilience: Adaptation and Transformation in Contexts of Change*. Oxford: Oxford University Press.

ЦИФРОВИЙ КОД КУЛЬТУРИ: ІНТЕРНЕТ-МЕМИ ЯК ІНСТРУМЕНТ ФОРМУВАННЯ СОЦІОКУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ

DIGITAL CODE OF CULTURE: INTERNET MEMES AS A TOOL FOR FORMING THE SOCIOCULTURAL COMPETENCE OF FOREIGN STUDENTS

Nadiia Morhunova
PhDr., PhD in Psychology
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-3107-1103
Head of the Department of Language Training
Kharkiv National Automobile and Highway University
Yaroslav Mudry st., 25, Kharkiv, 61002, Ukraine
morgan.ns777@gmail.com

Анотація: У статті розглядається дидактичний потенціал інтернет-мемів як сучасного цифрового феномену та ефективного інструменту формування соціокультурної компетентності іноземних студентів у процесі мовної підготовки в Україні. Аналізуються структурні особливості мемов, їх семантична та культурна наповненість, а також можливості їх використання у формуванні лінгвокультурної та комунікативної компетентності. Наводяться приклади популярних сьогодні в Україні інтернет-мемів, які допоможуть іноземному студенту краще зрозуміти менталітет українців. Наголошується, що лінгвокультурний потенціал інтернет-мемів полягає в тому, що вони відображають сучасну мовну картину світу, фіксують актуальні культурні тенденції нації. Через їх аналіз іноземні студенти можуть зрозуміти реальні способи функціонування мови поза навчальним дискурсом.

Ключові слова: Інтернет-мем. Соціокультурна компетентність. Лінгвокультурна компетентність. Комунікативна компетентність. Іноземні студенти. Міжкультурна комунікація.

Abstract: The article examines the didactic potential of Internet memes as a modern digital phenomenon and an effective tool for forming the sociocultural competence of international students during language training in Ukraine. The structural features of memes, their semantic and cultural content, as well as the possibilities of their use in forming linguocultural and communicative competence are analyzed. Examples of Internet memes popular in Ukraine today are provided, which will help international students better understand the Ukrainian mentality. It is emphasized that the linguocultural potential of Internet memes lies in the fact that they reflect the modern linguistic picture of the world and fix the current cultural trends of the nation. Through their analysis, international students can understand the real ways in which the language functions outside of academic discourse.

Keywords: Internet meme. Sociocultural competence. Linguocultural competence. Communicative competence. Foreign students. Intercultural communication.

Introduction

У наш час, в епоху цифровізації, вивчення іноземної мови давно вийшло за межі заучування граматичних правил та читання академічних текстів. Для іноземців, які вивчають українську мову, класичний підручник часто виявляється безсилим перед живою стихією розмовної мови, а інтернет-меми стали не просто розвагою, а

високошвидкісним каналом передачі культурного коду іншої нації. Сьогодні мем – це не просто «смішні картинки», а спосіб миттєвої передачі колективного культурного досвіду. Через побутовий гумор іноземець може отримати доступ до глибинних культурних установ української нації. Український менталітет історично пронизаний гумором як механізмом адаптації та психологічного захисту. Використовуючи інтернет-меми, іноземний студент дізнається про здатність нації відповідати на страх гіперболізованим гумором та життєлюбством. Це глибший рівень розуміння народу, ніж сухі факти про демографію.

Інтернет-меми сьогодні – це система, що постійно змінюється, яка використовується для швидкого та емоційного спілкування в мережі. Більшість слів походить з англійської (англіцизми) або відеоігор. Вивчення інтернет-мемів іноземними студентами знаходиться на перетині лінгвокультурології, семіотики та методики викладання мови. Меми перестали бути просто розвагою і перетворилися на складний культурний код, необхідний для вільного володіння іноземною мовою.

Theoretical Foundations of the Problem

Інтернет-меми є стійкими одиницями цифрової культури, які активно функціонують у соціальних мережах, месенджерах і медіасередовищі. Для глибшого розуміння поняття «інтернет-мем» доречно звернутися до його наукових визначень. Засновник цього терміна Р. Докінз, позиціонував мем як одиницю культурної передачі, своєрідний «ген» культури, скоротивши грецьке слово μίμημα (мімема), що означає «наслідування» (Dawkins, 1976). Інтернет-меми поєднують вербальні та візуальні компоненти, мають високий рівень експресивності і відбивають актуальні соціокультурні процеси (Денисенко, 2021). Це не просто одиночні ідеї або ролики, що розповсюджуються по мережі, а групи цифрових об’єктів, що розділяють загальні характеристики змісту, форми та позиції, які створюються, тиражуються і трансформуються учасниками мережі. На думку Л. Шифмана, мем – це спільна мова, яка дозволяє людям виражати свою приналежність до певної культури через участь у спільній творчості (*Shifman, 2002)*.

Науковцями активно розглядається дидактичний потенціал інтернет-мемів як ефективного інструменту для підвищення мотивації та когнітивної залученості студентів до навчання. Так, комунікативні та психологічні характеристики мемів були проаналізовані М. Діасом (Dias, 2013), лінгвістичні та соціокультурні особливості мемів викладено в роботах Б. Костадіновської-Стойчевської та Є. Шалевської (Kostadinovska-Stojchevska, Shalevska, 2018), А. Ненобесі та М. Неллое підтверджують ефективність мемів у розвитку комунікативних навичок та мотивації студентів (Nenobesi, 2025), а Н. Рибка наголошує на впливі мемів на розвиток критичного мислення та когнітивної орієнтації (Rybka, 2025). Таким чином, сукупність досліджень підтверджує, що інтернет-меми є перспективним інструментом для формування іншомовної соціокультурної компетентності іноземних студентів.

Methodological Part of the Article

Головною метою нашого дослідження є вивчення освітнього потенціалу використання інтернет-мемів як інструменту для формування соціокультурної компетентності студентів у процесі вивчення української мови як іноземної. Для досягнення заявленої мети необхідно виконати наступні завдання: проаналізувати структурні особливості мемов, їх семантичну та культурну наповненість, а також можливості їх використання у формуванні соціокультурної, лінгвокультурної та комунікативної компетентності.

У нашому дослідженні ми застосовували комплекс методологічних підходів, таких як компаративний аналіз для зіставлення ключових теоретичних концепцій і виявлення відмінностей у підходах до викладання, системний підхід для розгляду процесу навчання

іноземних студентів як цілісної структури, де теорія безпосередньо впливає на вибір методів викладання мови. Для деталізації теоретичних положень було застосовано ілюстративний метод і метод аналізу конкретних ситуацій, що дозволило продемонструвати дієвість підходів на прикладах із реальної викладацької практики, а також метод психологічної рефлексії, що застосовувався нами для аналізу й інтерпретації практичного досвіду в контексті дослідження.
Ураховуючи думку науковців і власний досвід, у якості основної гіпотези дослідження пропонуємо ідею, що через аналіз інтернет-мемів іноземні студенти можуть зрозуміти реальні способи функціонування української мови поза навчальним дискурсом.

Text of the Actual Research
Інтернет-мем – це одиниця культурної інформації, яка поширюється у цифровому середовищі та відтворюється користувачами у зміненому чи адаптованому вигляді. Лінгвокультурний потенціал інтернет-мемов полягає в тому, що вони відображають сучасну мовну картину світу, фіксують актуальні мовні тенденції (розмовна та знижена лексика, сленг та інтернет-жаргон, трансформації стійких виразів, ігрові маніпуляції з прецедентними текстами тощо). Інтернет-меми відносяться до креолізованих текстів, у яких вербальний та невербальний компоненти взаємодоповнюють один одного. Меми можуть містити текст, зображення, відео або їх комбінацію. Структурними особливостями мемов є зображення (кадр із фільму, фотографія, ілюстрація, персонаж), текстовий коментар або підпис і контекстуальне посилання до культурної події або якогось відомого образу.
Через аналіз мемов іноземні студенти можуть зрозуміти реальні способи функціонування мови поза навчальним дискурсом. Оскільки меми спираються на фрагменти масової культури, включаючи медіапродукти, то розуміння подібних посилань потребує знайомства з культурним контекстом, що сприяє розвитку соціокультурної компетентності студентів. Використання мемов у навчанні української мови дозволяє стимулювати активні дискусії на заняттях, розвиток навичок інтерпретації прихованого змісту, формування вміння розуміти гумор та іронію, тренування навичок письмової та усної реакції. Меми є чудовим тренажером для вивчення граматики та діалектизмів. Використання суржику в коміксах показує іноземному студенту різницю між нормативною мовою та живою, іноді іронічною мовою. Це допомагає зняти страх іноземних студентів перед «неідеальним» говорінням.
Меми виступають як контекстуальний фільтр, вони часто будуються на прецедентних феноменах (цитатах зі старих фільмів, історичних подіях або локальних новинах). Розбираючи одну картинку, іноземний студент дізнається про цілий пласт української історії. Сленг передає нюанси іронії, сарказму та самоіронії, характерні для конкретної культури. Таким чином, меми стають інструментом «м'якої» адаптації, перетворюючи суху лінгвістику на живий дотик до культури.
Мем – це не картинка, а процес. Для іноземного студента це означає, що, розуміючи мем, він не просто бачить жарт, а вступає у негласний діалог із мільйонами українців. Коли іноземець розуміє побутовий мем, він перестає бути просто «туристом», а стає «своїм», людиною, яка приймає правила гри місцевого соціуму.
Аналіз власного практичного досвіду викладання української мови як іноземної дає можливість розглядати меми як лінгвокультурні одиниці у якості ефективного дидактичного інструментарію. Вивчення сленгу дає іноземному студенту важливі переваги: актуальність (він говорить мовою, якою пишуть в Telegram і Twitter (X)), емпатія (він починає сміятися з того ж, з чого сміються українці, що є найвищою формою інтеграції), медіаграмотність (студент навчається розпізнавати фейки та іронію).

Сучасний український інтернет-фольклор є невід'ємною частиною історичного дискурсу та національного спротиву. Для іноземця розуміння фрази «Доброго вечора, ми з України!» виходить за межі стандартного вітання, стаючи символом стійкості. Ця фраза перестала бути простою етикетною формулою (доречи, помилковою, бо українською правильно говорити «Добрий вечір!»), і перетворилася на лінгвокультурний пароль. У традиційній лінгвістиці вітання – це встановлення контакту. Але в контексті війни ця фраза стала маніфестом супротиву. Вимовляючи її, українець каже: «Ми тут, ми живі, ми ідентифікуємо себе зі своєю землею, попри загрозу». Стійкість тут проявляється у спокої. Фраза вимовляється з підкреслено спокійною, майже буденною інтонацією в небезпечних обставинах. Це демонструє психологічну перевагу. На початку вторгнення відеозвернення голови Миколаївської ОДА Віталія Кіма починалися саме з цих слів. Кім посміхався, був розслабленим і використовував цю фразу як сигнал: «Ситуація під контролем, ми не боїмося». Це приклад того, як прагматика (мета висловлювання) змінює семантику (значення слів). На цьому прикладі іноземний студент вчиться розуміти, що за стандартними словами стоїть величезний пласт національної впевненості.

Український менталітет немислимий без культу домашньої кухні та гостинності. Іноземці через меми дізнаються, що їжа – це для українців головна мова кохання. Наприклад, меми про кабачки. Щоліта український інтернет вибухає жартами про те, як родичі та сусіди намагаються подарувати один одному врожай кабачків, який завжди багатий і не потрібний у такій кількості. Це вчить іноземця поняттю «гостинець» (подарунок) і тому, що відмову від їжі можна сприйняти як легка образа. Це також відбиває аграрну основу української культури, бо навіть у городянина у третьому поколінні є дача чи будинок у селі. В інтернет-сленгу це відображається у виразі «кабачковий терор».

Популярні також мем, в яких центральним чином є дуже любляча мати і сімейний побут. Українська сім'я часто центрична навколо образу турботливої, але суворої матері. Фрази «Одягни шапку» чи «Ти їв?». Меми, де ці фрази звучать у невідповідних ситуаціях розкривають властиве українцям поняття гіперопіки як форми турботи. Для іноземця це ключ до розуміння того, що кордони в українських сім'ях можуть бути розмитішими, ніж у Європі, але рівень емоційної підтримки – вищий.

Також українці люблять, щоб все виглядало дорого та багато чи просто «як у людей». До цієї теми можна віднести меми про генеральне прибирання перед святом, жарти про те, що не можна наступати на помиту підлогу або є продукти, які наперед приготували «на свято». Ці меми демонструють важливість для українців соціального схвалення та традицій. Таким чином, іноземний студент розуміє, що побут в Україні багато в чому ритуалізований.

Discussion

У методиці викладання української мови як іноземної інтернет-меми сьогодні можуть розглядатися як ефективний інструмент формування соціокультурної компетентності іноземних студентів. Їх використання дозволяє інтегрувати сучасні форми комунікації до освітнього процесу. Меми також можна використовувати як матеріал для аналізу лексики, пояснення граматичних конструкцій, моделювання діалогів, створення студентами власних медіатекстів. Ефективним методом є створення власних мемів українською мовою. Це сприяє активізації словникового запасу, розвитку креативного мислення, закріплення граматичних навичок. Досвід використання мемов у мовній підготовці іноземних студентів підтверджує їхню ефективність у підвищенні мотивації студентів, актуалізації навчального матеріалу, інтеграції цифрової культури в освітній процес, розвиток критичного мислення через аналіз прихованих смислів. Меми дозволяють студентам краще розуміти сучасну мовну практику носіїв мови. Але, незважаючи на

методичний потенціал, використання мемов може супроводжуватися певними складнощами, такими як наявність культурно-специфічних посилань, важких для розуміння іноземцями, швидке старіння мемов, наявність сарказму, іронії та мовної гри, ризик некоректного чи невідповідного контенту. Тому викладач має ретельно відбирати матеріал та адаптувати його до рівня мовної підготовки студентів. Можливими формами роботи з мемами на занятті є аналіз мема як тексту, зіставлення оригінального джерела та мемної трансформації, обговорення соціального контексту, проєктна діяльність (створення мем-портфоліо), групова робота з інтерпретації значення. Інтеграція мемов особливо ефективна на рівнях володіння мовою B1-C1, коли іноземні студенти здатні аналізувати культурні та стилістичні нюанси.

Conclusion

Інтернет-меми є важливим елементом сучасної цифрової комунікації та мають високий потенціал у формуванні соціокультурної компетентності іноземних студентів. Вони відображають динаміку мовного розвитку, культурні цінності та соціальні процеси сучасного суспільства та є найбільш динамічним і щирим відображенням українського менталітету. Для іноземного студента це є найкоротшим шляхом до інтеграції: розуміння того, з чого сміються носії мови у повсякденному побуті, ефективно знімає культурні бар'єри. Вивчення мемів навчає студентів зчитувати тонкі смисли: іронію, фаталізм, неймовірну душевну теплоту та специфічний український гедонізм. Використання мемів в освітній практиці сприяє формуванню комунікативної та лінгвокультурної компетенції, підвищує мотивацію іноземних студентів та розширює їхнє уявлення про живе функціонування мови.

References

ДЕНИСЕНКО, З. Н. (2021). Комунікативні особливості інтернет-мемів в сучасному українському дискурсі. *Філологічні трактати*. Т. 13, № 1. С. 34-42.

DAWKINS, R. (1976). The Selfish Gene. Oxford : Oxford University Press. 224 p.

DIAS, M. C. (2013). Defining and characterizing the concept of Internet Meme. Revista CES Psicologia. 6(1). P. 82-104.

KOSTADINOVSKA-STOJCHEVSKA, B., SHALEVSKA, E. (2018). Internet memes and their socio-linguistic features. European Journal of Literature, Language and Linguistics Studies. 2(4). P. 158-169.

NENOBESI, A. B., P DJAHIMO, S.E., NELLOE, M. K. (2025). Using memes as a teaching media in speaking class (a case study of english department students). English language teaching and education journal. 1(01). P. 65-72.

RYBKA, N. (2025). The role of internet memes in teaching philosophy: influence and consequences. Information Technologies and Learning Tools. 107(3). P. 39-53.

SHIFMAN, L. (2002). Memes in Digital Culture. Cambridge, MA : MIT Press. 216 p.

INTERDISCIPLINÁRNÍ POTENCIÁL BOJOVÝCH SPORTŮ PŘI POSILOVÁNÍ INDIVIDUÁLNÍ A SOCIÁLNÍ ODOLNOSTI RIZIKOVÝCH SKUPIN

INTERDISCIPLINARY POTENTIAL OF COMBAT SPORTS IN STRENGTHENING INDIVIDUAL AND SOCIAL RESILIENCE OF AT-RISK GROUPS

Jiří Mulač
ORCID: https://orcid.org/0009-0004-9468-995X
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti
Hovorčovická 1281/11 182 00 Praha 8
Česká republika
jiri@mulac.info

David Havlík
ORCID: https://orcid.org/0009-0009-2934-6375
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti
Hovorčovická 1281/11 182 00 Praha 8
Česká republika
davidhavlik70.dh@gmail.com

Abstrakt: Článek se zaměřuje na potenciál bojových sportů jako interdisciplinárního nástroje posilování psychofyzické odolnosti u rizikových skupin obyvatelstva. Bojové sporty představují nejen formu pohybové aktivity, ale také komplexní vzdělávací, psychologické a socializační prostředí, které přispívá k rozvoji seberegulace, tolerance ke stresu, disciplíny, sebedůvěry a adaptivních copingových strategií. Studie integruje poznatky sportovní psychologie, neurověd, sociologie, pedagogiky a veřejného zdraví. Zvláštní pozornost je věnována skupinám vystaveným zvýšenému psychosociálnímu riziku, jako jsou ohrožená mládež, ženy ohrožené násilím, senioři, pracovníci v pomáhajících profesích a sociálně vyloučené osoby. Článek se dále zabývá preventivním a intervenčním využitím bojových umění a bojových systémů v komunitní praxi, vzdělávacích institucích a resocializačních programech. Cílem článku je představit bojové sporty jako multidimenzionální prostředek posilování individuální odolnosti a podpory širší společenské stability.

Klíčová slova: bojové sporty, psychická odolnost, resilience, rizikové skupiny, prevence kriminality, sebeobrana, duševní zdraví, interdisciplinarita

Abstract: The article focuses on the potential of combat sports as an interdisciplinary tool for strengthening the psychophysical resilience of at-risk populations. Combat sports represent not only a form of physical activity but also a complex educational, psychological, and socializing environment that contributes to the development of self-regulation, stress tolerance, discipline, self-confidence, and adaptive coping strategies. The study integrates findings from sports psychology, neuroscience, sociology, pedagogy, and public health. Special attention is given to groups exposed to increased psychosocial risk, such as youth at risk, women at risk of violence, seniors, helping profession workers, and socially excluded individuals. Furthermore, the article addresses the preventive and interventionist use of martial arts and combat systems in community practice, educational institutions, and resocialization programs. The aim of the article is to present combat sports as a multidimensional means of strengthening individual resilience and supporting broader social stability.

Keywords: combat sports, psychological resilience, resilience, at-risk groups, crime prevention, self-defense, mental health, interdisciplinarity

Úvod

Současná společnost čelí narůstajícím psychosociálním tlakům, které se projevují zvýšenou mírou stresu, úzkostných poruch, sociální fragmentace, násilí a oslabování adaptačních mechanismů jednotlivců i komunit. Dynamické společenské změny, nejistota spojená s ekonomickými a bezpečnostními hrozbami, digitalizace mezilidské komunikace i dlouhodobé důsledky krizových situací posledních let významně ovlivňují psychickou stabilitu populace. V tomto kontextu získává na významu pojem odolnosti (resilience), chápaný jako schopnost zvládat zátěž, adaptovat se na změny a obnovovat funkční rovnováhu po krizových situacích (Fletcher & Sarkar, 2013).

Psychická odolnost přitom není pouze individuální vlastností, ale komplexním biopsychosociálním procesem, který je formován zkušenostmi, sociálním prostředím, životním stylem i kvalitou mezilidských vztahů. Současné interdisciplinární přístupy zdůrazňují význam systematické prevence, podpory duševního zdraví a rozvoje adaptačních mechanismů zejména u skupin vystavených zvýšené psychosociální zátěži (Šrobárová & Bursová, 2023). Zvýšenou pozornost si zasluhují především adolescenti ohrožení sociálně patologickými jevy, osoby vystavené násilí, pracovníci pomáhajících profesí, bezpečnostní složky, senioři nebo osoby nacházející se v sociálním vyloučení.

Jednou z dosud nedostatečně doceněných cest rozvoje resilience jsou bojové sporty a bojová umění, kdy tyto aktivity v sobě propojují fyzickou zdatnost, mentální disciplínu, emoční regulaci, sebeobranu, respekt k pravidlům a sociální integraci. Nejde tedy pouze o sportovní disciplíny zaměřené na výkon nebo soutěžení, ale o komplexní rozvojové systémy s významným přesahem do oblasti prevence rizikového chování, duševního zdraví a společenské stability. Specifické prostředí bojových sportů umožňuje jedinci bezpečně pracovat se stresem, překonávat vlastní limity, rozvíjet schopnost koncentrace a současně budovat zdravou formu sebekontroly a odpovědnosti.

Význam bojových sportů nelze redukovat pouze na fyzickou přípravu. Řada studií potvrzuje, že pravidelná pohybová aktivita pozitivně ovlivňuje neurobiologické procesy související s regulací emocí, motivací a zvládáním stresu (Ratey, 2008). Současně dochází k posilování self-efficacy, tedy víry ve vlastní schopnost zvládat náročné situace, což Bandura (1997) označuje za jeden z klíčových předpokladů adaptivního fungování člověka v zátěžových podmínkách. Bojové sporty navíc vytvářejí unikátní model kombinující kontrolovaný stres, okamžitou zpětnou vazbu, nutnost rozhodování pod tlakem a vědomou práci s emocemi (Šimek, 2025a). Tím vytvářejí prostředí velmi blízké reálným krizovým situacím, avšak za bezpečných a strukturovaných podmínek.

Významnou roli hraje rovněž sociální dimenze bojových sportů. Tréninkové prostředí často funguje jako specifická komunita založená na pravidlech, respektu, disciplíně a vzájemné podpoře. U osob ohrožených sociální izolací, ztrátou identity nebo dlouhodobým stresem může právě sportovní kolektiv představovat důležitý stabilizační faktor. V případě mladistvých ohrožených delikvencí či závislostmi mohou bojové sporty poskytovat alternativní identitu založenou na výkonu, seberozvoji a respektu namísto identifikace s rizikovými skupinami.

V posledních letech se zároveň stále více ukazuje význam propojení sportovní psychologie, pedagogiky, sociální práce, neurověd a veřejného zdraví při tvorbě preventivních a intervenčních programů zaměřených na posilování resilience. Interdisciplinární přístup umožňuje vnímat bojové sporty nejen jako volnočasovou aktivitu, ale jako potenciální nástroj psychosociální intervence a podpory duševního zdraví. Význam sebeobranného a situačního tréninku u pedagogických pracovníků, pracovníků bezpečnostních složek i dalších

pomáhajících profesí zdůrazňuje také Šimek (2025a), který upozorňuje na souvislost mezi pocitem kompetence, bezpečí a psychickou stabilitou člověka v zátěžových situacích.
Cílem článku je analyzovat bojové sporty jako interdisciplinární nástroj posilování psychofyzické odolnosti u rizikových skupin obyvatelstva a poukázat na jejich využitelnost v preventivní, vzdělávací i intervenční praxi. Současně si článek klade za cíl otevřít širší odbornou diskusi o možnostech systematického začlenění bojových sportů do programů podpory duševního zdraví, prevence sociálně patologických jevů a budování individuální i kolektivní resilience.

Teoretická východiska resilience a psychofyzické odolnosti

Psychická odolnost, často označovaná pojmem resilience, představuje v současné psychologii jeden z klíčových konceptů vysvětlujících schopnost člověka adaptovat se na náročné životní podmínky, zvládat dlouhodobou zátěž a obnovovat psychickou rovnováhu po krizových nebo traumatických situacích. Tradičně byla resilience chápána jako relativně stabilní osobnostní vlastnost, současné přístupy ji však interpretují především jako dynamický proces vznikající interakcí biologických predispozic, psychologických charakteristik a sociálního prostředí (Fletcher & Sarkar, 2013). Resilience tedy není vrozenou schopností dostupnou pouze některým jedincům, ale kompetencí, kterou lze systematicky rozvíjet prostřednictvím zkušeností, sociální podpory, edukace i cíleného tréninku.
Moderní pojetí psychické odolnosti vychází z biopsychosociálního modelu člověka, který zdůrazňuje vzájemnou provázanost psychických, fyziologických a sociálních faktorů. Psychická stabilita není determinována pouze individuálními osobnostními dispozicemi, ale významně ji ovlivňuje kvalita mezilidských vztahů, schopnost sociální adaptace, životní zkušenosti, míra vnímané kontroly nad situací i celkový životní styl. Podle Bandury (1997) hraje zásadní roli zejména self-efficacy, tedy víra jedince ve vlastní schopnost zvládat náročné situace. Právě pocit kompetence a schopnosti účinně reagovat na stresové podněty představuje významný ochranný faktor proti rozvoji úzkostných stavů, bezmoci a dlouhodobého psychického vyčerpání.
V kontextu resilience je důležitý také koncept adaptivních copingových strategií. Coping představuje soubor vědomých i nevědomých mechanismů, jejichž prostřednictvím člověk zvládá psychickou zátěž a stresové situace. Zatímco maladaptivní coping může vést k úniku, agresivitě, závislostnímu chování nebo rezignaci, adaptivní strategie podporují aktivní řešení problémů, emoční regulaci, racionalizaci situace a dlouhodobou stabilitu psychického fungování. Současný výzkum ukazuje, že schopnost efektivního copingového chování významně souvisí s kvalitou psychosociálního prostředí a možnostmi získávání korektivních zkušeností v bezpečném a strukturovaném prostředí.
Vedle psychologické resilience je nezbytné uvažovat také o odolnosti fyzické a psychofyziologické. Organismus vystavený přiměřené a dlouhodobě řízené zátěži zvyšuje adaptační kapacitu kardiovaskulárního systému, nervové soustavy i hormonální regulace stresové reakce. Pravidelná pohybová aktivita vede ke zlepšení variability srdeční frekvence, efektivnější regeneraci organismu a vyšší toleranci vůči fyzické i psychické zátěži. Současně dochází ke stabilizaci autonomního nervového systému, snížení hladiny chronického stresu a pozitivní modulaci neuroendokrinních procesů.
Význam fyzické aktivity pro psychické zdraví potvrzují také neurovědní výzkumy. Ratey (2008) uvádí, že pravidelný pohyb významně podporuje neuroplasticitu mozku, tedy schopnost nervové soustavy adaptovat se na nové podněty a vytvářet nové neuronální spoje. Dochází ke stimulaci oblastí mozku odpovědných za koncentraci, plánování, inhibici impulzivních reakcí a emoční regulaci. Současně pohyb ovlivňuje neurotransmiterové systémy, zejména produkci serotoninu, dopaminu a endorfinů, které souvisejí se stabilizací nálady, motivací a pocitem

psychické pohody. Pravidelný trénink tak nepůsobí pouze na fyzickou kondici, ale významně zasahuje i do oblasti psychické stability a odolnosti vůči stresu.
Specifické postavení v rámci rozvoje psychofyzické odolnosti zaujímají bojové sporty a bojová umění. Jejich charakteristickým rysem je propojení fyzické zátěže, emoční regulace, disciplíny, situačního rozhodování a sociální interakce v prostředí kontrolovaného stresu. Bojové sporty vytvářejí podmínky, ve kterých je jedinec opakovaně vystavován psychické i fyzické zátěži, avšak v bezpečném a strukturovaném rámci. Tato kombinace umožňuje postupné posilování adaptačních mechanismů, schopnosti zvládat tlak a rozvíjet efektivní copingové strategie.
Významnou roli hraje rovněž okamžitá zpětná vazba, která je pro bojové sporty typická. Adept je nucen rychle reagovat na proměnlivou situaci, kontrolovat vlastní emoce, pracovat s impulzivitou a současně respektovat pravidla a autority. Tento proces podporuje rozvoj seberegulace, situačního uvědomování i schopnosti racionálního rozhodování pod tlakem. Šimek (2025a) v této souvislosti upozorňuje, že bojové systémy a sebeobranný trénink představují významný prostředek rozvoje psychické připravenosti, situační adaptability a pocitu bezpečí nejen u sportovců, ale i u pracovníků pomáhajících profesí a pedagogů.
Bojové sporty současně představují specifický socializační prostor. Tréninková komunita bývá založena na respektu, disciplíně, hierarchii a spolupráci, čímž vytváří stabilní sociální prostředí podporující rozvoj identity a pocitu sounáležitosti. U osob ohrožených sociální izolací, delikvencí nebo psychosociální nestabilitou může právě tento typ prostředí fungovat jako významný protektivní faktor. Gould a Carson (2008) uvádějí, že sportovní prostředí může významně přispívat k rozvoji životních kompetencí, jako jsou odpovědnost, sebekontrola, schopnost spolupráce či zvládání konfliktů.
Důležitým aspektem je rovněž práce s emocemi a agresí. Ve veřejném prostoru bývají bojové sporty někdy stereotypně spojovány s podporou agresivního chování, odborné poznatky však ukazují spíše opačný efekt. Systematicky vedený trénink vede k vědomé kontrole agresivních impulsů, rozvoji disciplíny a schopnosti regulovat vlastní emoce. Adept se učí pracovat se strachem, frustrací i stresem v podmínkách simulované zátěže, což podporuje jeho schopnost adaptace v běžném životě. Klíčovým faktorem je však kvalitní pedagogické a etické vedení tréninku, které zabraňuje deformaci hodnotového systému a podporuje prosociální orientaci jedince.
Současné interdisciplinární přístupy proto v čím dál větší míře zdůrazňují význam propojení sportovní psychologie, pedagogiky, sociální práce, neurověd a veřejného zdraví při rozvoji programů zaměřených na posilování resilience. Šrobárová a Bursová (2023) upozorňují, že podpora duševního zdraví a prevence psychosociálních rizik musí být realizována komplexně a dlouhodobě, zejména u skupin vystavených chronické zátěži a krizovým situacím. Bojové sporty a bojová umění v tomto směru představují potenciálně významný nástroj propojující fyzický trénink, psychosociální podporu, edukaci i preventivní působení.
Teoretická východiska resilience a psychofyzické odolnosti tak ukazují, že schopnost zvládat stres, adaptovat se na zátěž a udržovat psychickou stabilitu není výsledkem izolovaného faktoru, ale komplexní souhry biologických, psychologických a sociálních mechanismů. Bojové sporty v tomto kontextu nabízejí unikátní interdisciplinární prostor, ve kterém dochází k současnému rozvoji fyzické kondice, psychické stability, sociálních kompetencí i schopnosti efektivně reagovat na krizové situace.

Psychologické přínosy bojových sportů

Bojové sporty a bojová umění představují specifickou formu pohybové aktivity, která propojuje fyzické zatížení s intenzivní psychickou angažovaností jedince. Na rozdíl od mnoha jiných sportovních disciplín jsou charakteristické přímou konfrontací, nutností rychlého rozhodování, kontrolou emocí a zvládáním stresu v podmínkách vysoké psychické aktivace. Pravidelný trénink proto nepůsobí pouze na rozvoj fyzické kondice, ale významně ovlivňuje také

psychickou stabilitu, schopnost seberegulace, odolnost vůči zátěži a celkové psychosociální fungování člověka. Významným aspektem je rovněž skutečnost, že bojové sporty vytvářejí strukturované prostředí založené na disciplíně, respektu, pravidlech a odpovědnosti, což podporuje formování zdravých behaviorálních vzorců a sociálních kompetencí.
Psychologické přínosy bojových sportů jsou dnes potvrzovány řadou studií z oblasti sportovní psychologie, neurověd i pedagogiky. Fletcher a Sarkar (2013) upozorňují, že pravidelné vystavování jedince přiměřené zátěži v bezpečném prostředí podporuje rozvoj resilience a adaptačních mechanismů. Gould a Carson (2008) zároveň uvádějí, že sportovní prostředí významně přispívá k rozvoji životních dovedností, jako jsou odpovědnost, zvládání konfliktů, emoční regulace nebo schopnost spolupráce. Šimek (2025a) v této souvislosti zdůrazňuje, že bojové sporty a sebeobranný trénink rozvíjejí nejen fyzickou připravenost, ale také schopnost situačního vyhodnocování, psychickou stabilitu a pocit osobní bezpečnosti. Bojové sporty navíc poskytují možnost bezpečné práce se stresem, frustrací a kontrolou agresivních impulsů, čímž vytvářejí vhodné podmínky pro rozvoj psychické odolnosti a zdravého sebepojetí.

Sebedůvěra a pocit kompetence
Jedním z nejvýznamnějších efektů pravidelného tréninku je nárůst sebedůvěry. Osvojení technik, překonávání vlastních limitů a zvládání náročných situací vede k posílení self-efficacy, tedy víry ve vlastní schopnost situaci zvládnout. Uvedený aspekt hraje klíčovou roli zejména u osob se zkušeností s viktimizací nebo dlouhodobým selháváním.

Emoční regulace
Trénink bojových sportů učí pracovat se strachem, frustrací, impulzivitou i agresí. Adept se učí zachovat klid v dynamické situaci, regulovat dech, soustředit pozornost a rozhodovat se racionálně. Získané kompetence vykazují vysokou míru přenositelnosti do běžného života a sociálních interakcí.

Disciplína a struktura
Mnoho rizikových skupin obyvatelstva žije v prostředí nízké předvídatelnosti a vysoké míry sociální i osobní nejistoty. Tréninkový režim, pravidla dojo či tělocvičny a hierarchie založená na respektu poskytují stabilizační rámec podporující sebekontrolu a odpovědnost.

Sociální začlenění
Skupinový trénink posiluje sounáležitost, spolupráci a zdravou formu rivality. U sociálně izolovaných osob může sportovní komunita představovat první funkční podpůrnou síť.
Psychologické přínosy bojových sportů tedy nelze redukovat pouze na dílčí efekty spojené se sportovním výkonem nebo fyzickou kondicí. Jedná se o komplexní proces formování osobnosti, během kterého dochází k rozvoji psychické odolnosti, sebevědomí, schopnosti zvládat stresové situace i sociálních kompetencí. Význam bojových sportů spočívá také v tom, že jedinci poskytují bezpečný prostor pro konfrontaci s vlastním strachem, limity a emocemi, přičemž současně podporují vznik pozitivní identity a pocitu sounáležitosti. Právě propojení fyzické aktivity, psychické seberegulace a sociální integrace činí z bojových sportů významný nástroj podpory duševního zdraví a prevence psychosociálních rizik u širokého spektra populace.

Fyziologické a neurobiologické aspekty
Pravidelná pohybová aktivita představuje jeden z nejvýznamnějších faktorů ovlivňujících fyzické i psychické zdraví člověka. Z fyziologického hlediska dochází při systematickém tréninku ke komplexním adaptačním změnám organismu, které zvyšují odolnost vůči stresu,

únavě i dlouhodobé zátěži. Bojové sporty jsou v tomto směru specifické tím, že kombinují aerobní i anaerobní zatížení, vysoké nároky na koordinaci pohybu, rychlé rozhodování a intenzivní psychickou aktivaci. Výsledkem je současná stimulace kardiovaskulárního systému, nervové soustavy i hormonální regulace stresové odpovědi.

Jedním z nejvýznamnějších fyziologických efektů pravidelného tréninku je stabilizace autonomního nervového systému. Organismus si postupně vytváří vyšší toleranci vůči stresovým podnětům a efektivněji reguluje aktivaci sympatického a parasympatického systému. Dochází ke zlepšení variability srdeční frekvence, která je považována za významný ukazatel adaptační kapacity organismu a psychofyziologické resilience. Vyšší variabilita srdeční frekvence souvisí s lepší schopností organismu reagovat na stresové situace, rychleji se regenerovat a udržovat stabilní emoční regulaci.

Pravidelný trénink zároveň přispívá ke snižování hladiny chronického stresu a nadměrné aktivace stresové osy hypotalamus–hypofýza–nadledviny. Dlouhodobě zvýšená hladina stresových hormonů, zejména kortizolu, bývá spojována se zvýšeným rizikem úzkostných poruch, depresivních stavů, poruch spánku i oslabení imunitního systému. Systematická pohybová aktivita napomáhá stabilizaci hormonální odpovědi organismu a podporuje efektivnější zvládání psychické zátěže. Fletcher a Sarkar (2013) upozorňují, že fyziologická adaptace na stres představuje důležitou součást procesu budování psychické resilience.

Významnou roli hrají rovněž neurobiologické procesy spojené s pohybovou aktivitou. Moderní neurovědní výzkumy potvrzují, že pravidelný pohyb podporuje neuroplasticitu mozku, tedy schopnost nervové soustavy vytvářet nové neuronální spoje a adaptovat se na měnící se podmínky. Ratey (2008) uvádí, že fyzická aktivita stimuluje produkci neurotrofních faktorů, zejména BDNF (brain-derived neurotrophic factor), který podporuje růst neuronů, synaptickou plasticitu a schopnost učení. Tyto procesy mají zásadní význam nejen pro kognitivní výkonnost, ale také pro psychickou stabilitu a schopnost adaptace na stresové situace.

Z neurobiologického hlediska jsou bojové sporty mimořádně specifické vysokými nároky na koordinaci pohybu, rychlost reakce, prostorovou orientaci a situační rozhodování. Kombinace fyzické aktivity a intenzivní mentální koncentrace vede ke stimulaci oblastí mozku odpovědných za plánování, inhibici impulzivních reakcí, emoční regulaci a rozhodovací procesy. Posilují se zejména funkce prefrontální kůry, která hraje klíčovou roli při kontrole emocí, seberegulaci a zvládání stresových situací. Současně dochází k aktivaci limbického systému, jehož prostřednictvím se člověk učí efektivně pracovat se strachem, napětím a anticipací ohrožení.

Důležitý je rovněž vliv bojových sportů na neurotransmiterové systémy. Pravidelný trénink vede ke zvýšení hladiny serotoninu, dopaminu a endorfinů, které významně ovlivňují náladu, motivaci a pocit psychické pohody. Serotonin přispívá ke stabilizaci emocí a snižování úzkosti, dopamin souvisí s motivací, odměnou a pocitem kompetence, zatímco endorfiny působí analgeticky a podporují subjektivní pocit psychické i fyzické pohody. Tyto neurochemické změny vysvětlují, proč bývá pravidelná pohybová aktivita spojována se snížením rizika depresivních stavů a lepší odolností vůči psychické zátěži.

Specifickým rysem bojových sportů je také práce s kontrolovaným stresem. Trénink i sportovní zápas vytvářejí situace připomínající reálné krizové podmínky, avšak v bezpečném a strukturovaném prostředí. Organismus je opakovaně vystavován zvýšené fyziologické aktivaci, zrychlené srdeční činnosti, změnám dechového rytmu a emočnímu napětí. Díky opakované expozici však dochází k postupné adaptaci a snižování maladaptivních reakcí na stres. Jedinec se učí efektivně regulovat dech, kontrolovat emoční reakce a zachovávat racionální rozhodování i v podmínkách vysoké zátěže. Šimek (2025a) v této souvislosti upozorňuje, že situační a sebeobranný trénink významně podporuje psychickou připravenost, odolnost vůči stresu a schopnost zvládat krizové situace.

Významný efekt bojových sportů lze sledovat také v oblasti kognitivních funkcí. Rychlé rozhodování, anticipace pohybu soupeře, prostorové vnímání a práce s pozorností vedou ke zlepšování koncentrace, pracovní paměti a schopnosti selektivní pozornosti. Tyto schopnosti jsou důležité nejen pro sportovní výkon, ale i pro každodenní fungování v náročných situacích. Pravidelný trénink navíc podporuje rozvoj situačního uvědomování a schopnosti efektivně reagovat na nečekané podněty, což má význam zejména u pracovníků bezpečnostních složek, pedagogů nebo osob pracujících v pomáhajících profesích.
Z hlediska psychosomatických souvislostí je důležité také propojení fyzického pohybu s emoční regulací. Emoce se často projevují somaticky prostřednictvím svalového napětí, změn dechového rytmu nebo vegetativních reakcí. Bojové sporty učí jedince vědomě pracovat s tělesným prožíváním, regulovat dech, uvolňovat napětí a současně si uvědomovat vlastní emoční stav. Tato schopnost přispívá k rozvoji interocepce, tedy vnímání vnitřních tělesných procesů, které je důležité pro efektivní seberegulaci a prevenci chronického stresu.
Současné interdisciplinární přístupy propojující sportovní psychologii, neurovědy a medicínu proto stále častěji zdůrazňují význam pohybových aktivit jako nástroje podpory duševního zdraví a psychické resilience. Gould a Carson (2008) upozorňují, že sportovní prostředí umožňuje nejen rozvoj fyzické kondice, ale také budování psychosociálních kompetencí a adaptačních mechanismů důležitých pro zvládání životních výzev. Bojové sporty v tomto kontextu představují specifický model komplexního tréninku organismu, který současně stimuluje fyziologické adaptační procesy, neurobiologickou plasticitu i psychickou stabilitu jedince.

Bojové sporty a rizikové skupiny obyvatelstva
Ohrožená mládež – u adolescentů se zvýšeným rizikem delikvence či závislostí mohou bojové sporty fungovat jako preventivní nástroj. Nabízejí identitu založenou na výkonu, respektu a disciplíně místo identity deviantní skupiny, přičemž na pedagogické předpoklady práce s těmito skupinami a na specifika snižování agresivity ve školním prostředí včetně Šimka (2025b).
Ženy ohrožené násilím – programy sebeobrany a kontaktních disciplín významně zvyšují subjektivní pocit bezpečí, asertivitu a schopnost včas rozpoznat rizikové situace. Důležitý je také psychologický efekt obnovení kontroly nad vlastním tělem a prostorem.
Senioři – přizpůsobené formy bojových umění (např. taichi, aikido) podporují stabilitu, koordinaci, prevenci pádů a mentální vitalitu. Integrace seniorů do tréninkových struktur bojových umění navíc slouží jako protektivní faktor proti sociální izolaci, přičemž vytváří prostor pro mezigenerační dialog a posilování sociálního kapitálu jedince.
Pomáhající profese – pedagogové, zdravotníci, sociální pracovníci či pracovníci bezpečnostních složek čelí vysoké míře stresu a riziku vyhoření. Strukturovaný bojový trénink může fungovat jako psychohygiena i jako rozvoj situační připravenosti. Význam sebeobranného a situačního tréninku u pedagogických pracovníků zdůrazňuje také Šimek (2025a), který upozorňuje na souvislost mezi pocitem kompetence, bezpečí a psychickou stabilitou pracovníků ve školním prostředí.
Sociálně vyloučené osoby a resocializace — v programech práce s osobami po výkonu trestu nebo s lidmi ze sociálně vyloučeného prostředí lze bojové sporty využít jako prostředek vytváření režimu, identity pozitivních návyků, při sociální nepřizpůsobivosti občané představují skupinu charakterizovanou výrazným deficitem touto strukturovanou aktivitou, narušenými vzorci sociálního fungování a sníženou schopností dlouhodobé seberegulace (Budayová a Bredová, 2022), přičemž silná komplexní přístup propojující sociální podporu, preventivní působení a cílenou práci s hodnotovým systémem jedince.

Praktické implikace pro prevenci a intervenci

Efektivní využití bojových sportů v oblasti prevence a intervence vyžaduje systematický, odborně vedený a interdisciplinárně propojený přístup. Samotná fyzická aktivita totiž automaticky nezaručuje pozitivní psychosociální efekt. Klíčovou roli hraje zejména způsob vedení tréninku, osobnost trenéra, hodnotový rámec sportovního prostředí a schopnost propojit fyzickou přípravu s psychologickými, pedagogickými a sociálními aspekty rozvoje osobnosti, přičemž na význam aktivizačních metod v pedagogicko-psychologickém rámci jako předpoklad účinné práce s jedincem upozorňují také Oláh a Šimek (2025). Bez kvalitního metodického vedení může docházet nejen ke ztrátě preventivního potenciálu, ale v některých případech také k posilování dominance, rizikového chování nebo nevhodných forem agrese. Právě proto je důležité, aby byly programy využívající bojové sporty realizovány v souladu s principy respektu, sebekontroly, bezpečnosti a sociální odpovědnosti.

Současné preventivní a intervenční přístupy stále častěji zdůrazňují význam komplexních programů zaměřených na rozvoj resilience, duševního zdraví a sociálních kompetencí u rizikových skupin obyvatelstva. Šrobárová a Bursová (2023) upozorňují, že účinná prevence psychosociálních problémů musí zahrnovat nejen práci s jednotlivcem, ale také podporu stabilního sociálního prostředí, rozvoj adaptačních mechanismů a posilování pocitu bezpečí a kompetence. Bojové sporty v tomto kontextu představují vhodný nástroj propojující fyzickou aktivitu, psychoedukaci, sociální podporu i nácvik zvládání krizových situací. Významným přínosem je rovněž skutečnost, že sportovní prostředí umožňuje dlouhodobou a pravidelnou práci s jedincem, což zvyšuje efektivitu preventivního působení i možnost včasného zachycení psychosociálních problémů.

Význam bojových sportů v preventivní a intervenční praxi potvrzuje také Šimek (2025a), který upozorňuje na jejich využitelnost při rozvoji situační připravenosti, zvládání stresu a posilování psychické stability u pedagogů, pracovníků bezpečnostních složek i dalších pomáhajících profesí. Bojový a sebeobranný trénink může podle něj významně přispívat k posílení pocitu osobní bezpečnosti, schopnosti adekvátně reagovat v krizových situacích a efektivně regulovat vlastní emoční reakce. Právě propojení fyzické připravenosti, psychické odolnosti a sociálních kompetencí činí z bojových sportů potenciálně významný nástroj nejen v oblasti sportu, ale také ve vzdělávání, sociální práci, prevenci kriminality a podpoře veřejného zdraví.

Mezi vhodné aplikační formy patří:

- komunitní programy pro mládež
- kurzy sebeobrany pro ženy a seniory
- školní preventivní programy
- resilience programy pro pedagogy a pracovníky v pomáhajících profesích
- resocializační programy ve vězeňství a postpenitenciární péči
- firemní programy zvládání stresu a bezpečnosti

Vhodným modelem je kombinace fyzického tréninku, psychoedukace, reflexe a nácviku krizové komunikace.

Společenský přesah a kolektivní odolnost

Společnost s vyšší mírou individuální odolnosti vykazuje nižší kriminalitu, vyšší participaci občanů a lepší schopnost reagovat na krize. Bojové sporty mohou přispět k budování komunit založených na respektu, disciplíně a vzájemné pomoci.

Tam, kde tradiční instituce selhávají v práci s ohroženými skupinami, mohou kvalitně vedené sportovní kluby suplovat roli neformálních vzdělávacích center. Tím se bojové sporty stávají nejen individuálním, ale i sociálním nástrojem resilience.

Závěr

Bojové sporty představují významný interdisciplinární prostředek rozvoje psychofyzické odolnosti člověka a jejich potenciál výrazně přesahuje oblast samotného sportovního výkonu. Kombinují fyzickou zdatnost, psychickou stabilitu, emoční regulaci, sebeobranu, sociální integraci i rozvoj adaptačních mechanismů důležitých pro zvládání každodenní i krizové zátěže. V podmínkách současné společnosti, charakterizované rostoucím psychosociálním tlakem, nejistotou a narůstajícími problémy v oblasti duševního zdraví, představují bojové sporty jeden z možných nástrojů podpory individuální i kolektivní resilience. Jejich význam spočívá nejen v oblasti prevence zdravotních a sociálních problémů, ale také v podpoře zdravého životního stylu, budování sebedůvěry a rozvoji schopnosti efektivně reagovat na stresové situace.

Analýza teoretických poznatků ukazuje, že pravidelný trénink bojových sportů pozitivně ovlivňuje jak fyziologické, tak psychologické procesy související s adaptací organismu na zátěž. Dochází ke stabilizaci autonomního nervového systému, podpoře neuroplasticity mozku, rozvoji seberegulace a posilování copingových strategií důležitých pro zvládání psychického stresu (Ratey, 2008; Fletcher & Sarkar, 2013). Významným faktorem je také rozvoj self-efficacy, tedy víry ve vlastní schopnost zvládat náročné situace, kterou Bandura (1997) označuje za jeden z klíčových předpokladů psychické stability a adaptačního fungování člověka. Bojové sporty navíc poskytují specifické prostředí kontrolovaného stresu, ve kterém se jedinec učí pracovat se strachem, nejistotou, frustrací i tlakem na výkon v bezpečných a strukturovaných podmínkách.

Významnou roli sehrává rovněž sociální a pedagogický rozměr bojových sportů. Tréninkové prostředí založené na disciplíně, respektu, pravidlech a spolupráci vytváří prostor pro formování zdravých sociálních vztahů, budování identity a rozvoj psychosociálních kompetencí. Gould a Carson (2008) upozorňují, že sportovní prostředí může významně podporovat rozvoj životních dovedností, jako jsou odpovědnost, sebekontrola, zvládání konfliktů nebo schopnost spolupráce. Právě tyto aspekty činí bojové sporty vhodným nástrojem práce s rizikovými skupinami obyvatelstva, u nichž bývá oslabená sociální stabilita, zvýšená míra stresu nebo omezené možnosti pozitivní socializace.

Zvláštní význam mají bojové sporty v oblasti prevence sociálně patologických jevů, podpory duševního zdraví a intervenční práce s ohroženými skupinami. U adolescentů ohrožených delikvencí nebo závislostmi mohou vytvářet alternativní identitu založenou na disciplíně, výkonu a respektu. U žen ohrožených násilím podporují pocit bezpečí, asertivitu a schopnost adekvátní reakce v rizikových situacích. U seniorů přispívají ke zlepšení stability, koordinace a sociální integrace. Přínos lze sledovat také u pracovníků pomáhajících profesí, pedagogů nebo bezpečnostních složek, kteří jsou dlouhodobě vystaveni vysoké míře psychické zátěže a riziku syndromu vyhoření. Šimek (2025a) v této souvislosti zdůrazňuje význam sebeobranného a situačního tréninku pro rozvoj psychické připravenosti, schopnosti zvládat krizové situace a posilování pocitu osobní bezpečnosti.

Současné interdisciplinární přístupy zároveň upozorňují, že efektivní využití bojových sportů v preventivní a intervenční praxi vyžaduje odborné vedení a kvalitní metodické ukotvení. Šrobárová a Bursová (2023) zdůrazňují potřebu komplexního přístupu k podpoře duševního zdraví a prevence psychosociálních rizik, který propojuje psychologické, sociální, pedagogické a zdravotní aspekty práce s člověkem. Bojové sporty by proto neměly být vnímány pouze jako volnočasová aktivita nebo forma fyzického tréninku, ale jako potenciální součást širších preventivních a resocializačních programů. Významným faktorem zůstává osobnost trenéra a celková kultura sportovního prostředí, která musí být založena na respektu, bezpečnosti, etických principech a podpoře prosociálního chování. Z pohledu širší společnosti mohou bojové sporty přispívat také k posilování kolektivní resilience a sociální stability. Kvalitně vedené sportovní komunity vytvářejí prostor pro mezigenerační spolupráci, sociální začlenění a budování pozitivních sociálních vazeb. V prostředí, kde tradiční instituce někdy selhávají v

práci s ohroženými skupinami, mohou sportovní kluby plnit významnou preventivní a socializační funkci. Právě propojení fyzické aktivity, psychosociální podpory a komunitního prostředí činí z bojových sportů specifický nástroj podpory zdravé společnosti.

Budoucí výzkum by se měl zaměřit zejména na longitudinální sledování efektivity programů využívajících bojové sporty v oblasti prevence psychosociálních problémů, podpory resilience a duševního zdraví. Přínosné by bylo rovněž hlubší zkoumání neurobiologických mechanismů spojených s pravidelným tréninkem bojových sportů, stejně jako tvorba metodik umožňujících systematické využití těchto aktivit v oblasti školství, sociální práce, zdravotnictví nebo bezpečnostních složek. Další výzkumný potenciál představuje také analýza rozdílů mezi jednotlivými typy bojových sportů a jejich specifickým dopadem na psychické a sociální fungování člověka.

Lze tedy konstatovat, že bojové sporty představují komplexní interdisciplinární nástroj s významným potenciálem v oblasti podpory psychického zdraví, prevence sociálních rizik a rozvoje individuální i kolektivní odolnosti. Jejich přínos nespočívá pouze ve zvyšování fyzické zdatnosti, ale především v rozvoji psychické stability, sociálních kompetencí a schopnosti adaptace na náročné životní situace. V době rostoucích psychosociálních výzev mohou bojové sporty představovat důležitou součást preventivních a intervenčních strategií zaměřených na podporu zdravého a funkčního fungování jednotlivců i celé společnosti.

Seznam použité literatury

BANDURA, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman.

BUDAYOVÁ, Z., BREDOVÁ, S. (2022). Sociálna prevencia a príprava sociálnych pracovníkov v oblasti prevencie . Bratislava: Vysoká škola zdravotnictví a sociální práce sv. Alžběty. ISBN 978-80-8132-245-7.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation. American Psychologist.

FLETCHER, D., & SARKAR, M. (2013). Psychological resilience. European Psychologist.

GOULD, D., & CARSON, S. (2008). Life skills development through sport. Sport Psychologist.

OLÁH, A., ŠIMEK, V. (2025). Aktivizující výukové metody v současných pedagogických a psychologických rámcích. In K. Wojtanowicz & M. Duda (Eds.), Holistické wsparcie dziecka i rodziny. Interdyscyplinarna perspektywa spoleczna (s. 69–84). Uniwersytet Papieski Jana Pawła II v Krakowie. DOI: 10.15633/9788383701097.05

RATEY, J. J. (2008). Spark: The revolutionary new science of exercise and the brain. Little, Brown.

ŠIMEK, V. (2025a). Sebeobrana pro pedagogy a pedagogické pracovníky. Praha: Eastern University of Management and Education Inc. odštěpný závod. ISBN 978-80-909497-1-3.

ŠIMEK, V. (2025b). Pedagogicko-psychologické přístupy učitele ke snižování agresivity ve školní třídě . Praha: Eastern University of Management and Education Inc. odštěpný závod. ISBN 978-80-909497-2-0.

ŠROBÁROVÁ, S., & BURSOVÁ, J. (2023). Analysis of crisis intervention of helping professionals in time of war conflict. AD ALTA: Journal of Interdisciplinary Research, 13(1), 252–256. ISSN 1804-7890.

WEINBERG, R. S., & GOULD, D. (2019). Foundations of sport and exercise psychology. Human Kinetics.

THE ROLE OF EMOTIONS IN THE PEDAGOGICAL PROCESS IN THE CONTEXT OF CONTEMPORARY EDUCATIONAL CHANGE

Albert Oláh
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti Praha
Zahraniční pobočka
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha
Česká republika
olah@wsnsb.cz

Abstract: Despite the growing emphasis on the importance of emotions in education, their role in the pedagogical process remains theoretically acknowledged yet pedagogically underdeveloped. Emotions constitute an integral dimension of learning that fundamentally shapes student engagement and the quality of pedagogical interaction. This article critically examines current conceptualizations of emotions in education and interrogates their pedagogical relevance within the context of contemporary educational transformations. The study adopts a theoretical-analytical approach based on a systematic synthesis of recent academic literature. The analysis demonstrates that emotions are predominantly operationalized as isolated interventions rather than as structurally embedded components of the pedagogical process. This reduction reveals a persistent disjunction between theoretical frameworks and their institutional enactment. The article contributes by advancing a more coherent pedagogical framing of emotions and by articulating implications for their systematic integration into educational theory and practice.

Keywords: Affective processes; Educational transformation; Emotions; Pedagogical interaction; Pedagogical process; Social-emotional learning; Wellbeing

Introduction

Contemporary education is undergoing significant transformations related both to broader societal changes and to the increasing complexity of demands placed on individuals. The traditional emphasis on knowledge transmission and cognitive performance alone is proving insufficient, as it fails to reflect the wider range of factors influencing learning and academic success. As a result, greater attention is being paid to skills associated with self-regulation, collaboration, and the understanding of one's own and others' emotions. In this context, emotions are increasingly recognized as a significant dimension of learning that shapes students' motivation, their engagement in learning activities, and the overall quality of pedagogical interaction (OECD, 2023).

Despite this shift, the role of emotions in education remains insufficiently defined. Although emotions are present in academic discourse and curricular frameworks, their conceptualization varies across approaches and is not consistently grounded within pedagogical theory or practice. Consequently, the ways in which emotions are addressed in teaching differ in terms of their level of systematic integration and their connection to instructional content. This situation suggests that the relationship between emotions and learning has not yet been fully clarified in contemporary education, despite the growing body of empirical evidence highlighting their importance (Durlak et al., 2011).

Pedagogical interaction and the role of the teacher are particularly important in this context. The manner in which teachers engage with the emotional dimension of teaching influences both the classroom climate and students' participation in learning activities. At the same time, questions remain regarding how teachers are prepared for this aspect of their work and what conditions support its systematic implementation in educational practice (OECD, 2024). The

emotional dimension of teaching thus represents an area of clear importance that has not yet been fully and consistently conceptualized.
Based on these considerations, it can be argued that the key issue is not the presence of emotions in education, but rather the way in which they are defined within pedagogical thinking and translated into instructional practice. This calls for a deeper analysis of current approaches in order to more precisely identify their underlying assumptions, limitations, and implications for the pedagogical process.
The aim of this article is therefore to critically examine current approaches to emotions in education and to analyse their pedagogical relevance. The study adopts a theoretical-analytical approach based on a systematic review of academic literature. Its ambition is to contribute to a more precise understanding of the role of emotions in teaching and to offer directions for their more systematic and meaningful integration into the pedagogical process.

Theoretical Foundations
The conceptualization of emotions in education has undergone a fundamental shift over recent decades. Whereas traditional pedagogical approaches treated emotions as secondary to cognition, contemporary perspectives recognize them as constitutive of the learning process itself. Emotions do not merely accompany cognition; they actively organize it. Evidence from educational research and neuroscience shows that deeper understanding and effective decision-making are not possible without affective engagement, as emotions determine both the direction of attention and the meaning assigned to new information (Immordino-Yang & Damasio, 2007; Pekrun, 2006).
This paper adopts the framework of social and emotional skills, which distinguishes between situational performance and more stable dispositional tendencies. Within this perspective, social and emotional skills are understood as patterns of thinking, feeling, and acting that are activated in contexts requiring self-regulation and social interaction, and that directly shape the learning process. Unlike personality traits, which describe typical behavior across contexts, this framework captures the variability of individual functioning in response to situational demands. This distinction is analytically crucial: it allows emotions to be conceptualized not as internal states alone, but as components of processes that actively structure learning situations and their outcomes (OECD, 2023; OECD, 2024).
Emotion and cognition must therefore be understood as inseparable dimensions of learning. Emotions shape attention, regulate motivation, and influence how students interpret new information. As demonstrated by Reinhard Pekrun (2006), achievement emotions arise from students' perceived control over learning activities and the value they attribute to them. This framework explains not only why emotional responses differ across learners, but also how these differences systematically affect the quality of learning. Importantly, the teacher–student relationship operates not merely as a background condition, but as an active mechanism within this process: perceived teacher enthusiasm is strongly associated with student engagement, with part of this effect mediated through students' emotional experiences (Shi & Liu, 2025).
Despite this body of evidence, educational theory and practice continue to reproduce a dualistic separation of cognitive and emotional processes. This separation is not a neutral simplification—it fundamentally distorts the nature of learning. Such perspectives reduce emotions to instruments of behavioral regulation, thereby detaching them from processes of understanding and meaning-making. The consequence is a persistent mismatch between how learning is theoretically described and how it is pedagogically enacted (Bächler et al., 2023).
This mismatch is particularly evident in dominant approaches to social and emotional learning (SEL). Although meta-analytic evidence demonstrates positive effects on academic achievement and social behavior (Durlak et al., 2011), these outcomes do not resolve the underlying conceptual problem. Large-scale comparative data indicate that higher levels of

social and emotional skills are consistently associated with better academic outcomes and well-being across educational systems (OECD, 2024). Yet in practice, these skills are frequently treated as discrete, trainable competencies that remain disconnected from disciplinary learning. As a result, emotions are present in educational settings, but they do not function as integral components of knowledge construction.

A meaningful shift therefore requires moving beyond additive models of intervention toward the structural integration of emotions into teaching and learning. This involves not only supporting individual competencies, but redesigning learning environments in ways that enable their enactment within subject-specific contexts. Evidence suggests that the quality of teacher feedback, particularly when oriented toward students' strengths, is associated with higher levels of persistence, creativity, and trust (OECD, 2024). At the same time, the teacher's own emotional competence plays a decisive role in shaping classroom climate and instructional effectiveness (OECD, 2024; Schonert-Reichl, 2017). Emotions are thus not peripheral to pedagogy; they are part of its underlying infrastructure.

Developmental dynamics further complicate this picture. Evidence indicates that during adolescence, key social and emotional capacities, such as optimism, trust, and energy tend to decline, while sensitivity to social evaluation increases (OECD, 2024). These patterns challenge the assumption that universal, standardized interventions can adequately address emotional development. Instead, they point to the need for context-sensitive and developmentally responsive approaches.

The central issue, therefore, is not a lack of knowledge about emotions in education, but the persistence of reductive models that fail to account for their constitutive role. As long as cognition and emotion are treated as separable domains, their integration will remain superficial. Advancing educational theory and practice thus requires a shift in the underlying paradigm—one that recognizes emotions as a foundational dimension of the pedagogical process rather than its supplementary component.

Methodology

This article adopts a theoretical-analytical approach to critically examine current perspectives on the role of emotions in the pedagogical process. The aim is not only to summarize existing knowledge, but also to identify its limitations, internal inconsistencies, and implications for educational practice. This approach is appropriate to the nature of the research problem, which requires the interpretation and synthesis of knowledge across multiple disciplines rather than empirical verification.

Methodologically, the study follows the logic of an integrative literature review, enabling the systematic integration of findings from different types of research while allowing for their critical reinterpretation within a broader theoretical context. This type of review is particularly suited to fields characterized by a high degree of theoretical fragmentation, where the objective is to develop a more coherent conceptual framework (Torraco, 2005; Snyder, 2019). Within the typology of review studies, the approach can be classified as an analytically oriented review that combines systematic rigor with interpretative depth (Grant & Booth, 2009).

Source selection was guided by three main criteria: thematic relevance, scholarly quality, and recency. The analysis draws primarily on peer-reviewed journal articles, systematic reviews, and meta-analyses published after 2000. Priority was given to studies that explicitly address the relationship between emotions and learning, the integration of affective and cognitive processes, and the pedagogical implications of these relationships. The analysis was supplemented by analytical and comparative reports from international organizations where these provided relevant data for interpreting educational contexts related to the topic.

The analytical procedure consisted of three consecutive phases. First, dominant theoretical approaches to emotions in education were identified. Second, these approaches were compared

in terms of their underlying assumptions, their conceptualization of emotions, and their relationship to pedagogical practice. Third, the findings were synthesized to identify key problem areas and the limitations of current approaches.

From a methodological perspective, the study adopts an approach that enables pedagogical phenomena to be examined within their real context. Emotions are not treated as isolated variables, but as processes that emerge and evolve during instruction. The analysis therefore focuses not only on individual student experience, but also on how emotions are shaped through teacher–student interaction and how they influence the course of teaching. This perspective allows emotions to be understood as part of the learning process itself rather than merely as its accompanying feature.

At the same time, several limitations must be acknowledged. The theoretical-analytical nature of the study does not allow for empirical verification of the conclusions and relies on the interpretation of existing research. The findings should therefore be understood as a conceptual framework that requires further empirical investigation. Another limitation lies in the selective nature of the literature included, which, although guided by relevance and quality, cannot fully capture the full range of existing approaches. Nevertheless, the chosen methodological approach enables the formulation of theoretically grounded conclusions with direct implications for educational practice.

Analytical section

Contemporary approaches to emotions in education do not suffer from their absence, but rather from the way they are conceptualized and utilized. Emotions are not neglected in teaching; on the contrary, they are embedded in a range of pedagogical approaches. Nevertheless, their influence on the learning process remains limited. The issue lies not in their absence, but in a reduced conceptualization that systematically separates them from the cognitive core of instruction. In this context, it is essential to distinguish between emotions as students' immediate experiential states and social-emotional skills as capacities that can be further developed and that manifest in recurring patterns of behavior (OECD, 2023).

This distinction can be more precisely articulated through three conceptualizations identified by Bächler et al. (2023) in educators' thinking. Behavioral reductionism understands emotions as factors that must be regulated in order not to disrupt instruction. The second conceptualization, commonly referred to as the influence of emotions on cognition, acknowledges that emotions may affect cognitive processes, yet continues to treat them as accompanying phenomena of learning. Within this framework, positive emotions are perceived as facilitating learning, whereas negative emotions are viewed as obstacles. The third conceptualization, emotional-cognitive integration, regards emotions as an integral component of the process of knowing itself. Learning begins with affective experience, and knowledge emerges through its progressive transformation. The predominance of the first two conceptualizations in educational practice explains why emotions remain peripheral to instruction despite their demonstrated influence on attention, motivation, and understanding (Immordino-Yang & Damasio, 2007; Pekrun, 2006).

This discrepancy is particularly evident in approaches focused on social and emotional learning. These programs have been shown to improve social behavior, academic performance, and overall student wellbeing, with meta-analyses reporting small to moderate effects across various outcomes (Durlak et al., 2011). The problem therefore does not lie in the concept itself, but in its implementation. In many educational systems, such programs are delivered as separate activities without direct integration into subject teaching. Data from OECD (2024) indicate that opportunities for developing emotional regulation within regular classroom instruction are provided systematically only by a portion of teachers, with considerable variation across

systems. As a result, emotions are developed alongside learning rather than as part of it, which limits their capacity to shape understanding of subject matter.

The mechanisms underlying this issue are evident at the level of pedagogical interaction. Teacher emotions do not merely influence the overall classroom climate, but directly enter the learning process of students. Research shows that perceived teacher enthusiasm is significantly associated with student engagement, and that this relationship is partially mediated by students' academic emotions, particularly enjoyment and boredom (Shi & Liu, 2025). Emotions thus function as a mediator linking teachers' instructional behavior with students' cognitive engagement. Reducing emotions to a tool of behavioral regulation overlooks this mediating function.

A similar issue can be identified in the provision of feedback. International data indicate that the more frequently students receive feedback from teachers, the higher their levels of persistence, creativity, trust, and optimism (OECD, 2024). However, only a minority of students report regularly receiving feedback focused on their strengths, while feedback in most systems remains predominantly oriented toward errors and performance. This imbalance limits the potential of feedback as a mechanism that supports learning through positive emotional processes.

The teacher remains a central figure in this process, whose role extends beyond the transmission of knowledge to include engagement with the emotional dimension of teaching. Research suggests that teachers' ability to work with emotions is not determined solely by individual competence, but is significantly shaped by the context in which they operate. Teacher emotions and self-regulation are closely related to working conditions, school organization, and the availability of support (Yurtseven & Saraç, 2024; Schonert-Reichl, 2017). Working with emotions should therefore be understood as a systemic rather than purely individual issue.

A specific challenge is represented by the developmental nature of students' emotional processes. During adolescence, there is a documented decline in several social-emotional skills, particularly in optimism, trust, energy, and curiosity, accompanied by increased sensitivity to social evaluation (OECD, 2024). If instruction does not reflect these changes, students' relationship to school and learning may weaken. For this age group, approaches that emphasize meaning, autonomy, and relationships have been shown to be more effective than those based on the practice of isolated skills (OECD, 2023).

The analysis indicates that the main weakness of current approaches to emotions in education lies not in their absence, but in their limited and conceptually reduced use. Emotions are present in teaching, but are not systematically integrated into the learning process. They are primarily used for behavioral regulation rather than for supporting deeper understanding.

Addressing this issue does not primarily require the introduction of new programs, but a shift in the underlying framework. Emotions need to be understood as an integral part of learning and as a factor that directly shapes both its processes and outcomes.

Discussion

The findings of the present analysis indicate that the limitations in integrating emotions into education are not primarily empirical but conceptual in nature. Although the academic literature provides substantial evidence on the role of emotions in learning, a significant gap persists between these insights and classroom practice. This gap is not incidental but reflects the way learning has been traditionally conceptualised within teacher education, curricular frameworks, and school practice. Bächler et al. (2023) demonstrate that teacher educators most frequently adopt a perspective in which emotions are understood as influencing cognition rather than constituting an integral component of it. If this perspective dominates teacher preparation, it is

unlikely that an integrated understanding of emotions will emerge spontaneously in pedagogical practice.

This conclusion aligns with the findings of Schonert-Reichl (2017), who highlights the insufficient preparation of teachers for systematic work with the social and emotional dimensions of teaching. International evidence further indicates that lower secondary teachers feel less competent in this area than their primary-level counterparts, precisely at a stage when appropriate pedagogical support is most needed (OECD, 2024). At the same time, adolescence is characterised by a decline in several social and emotional skills, particularly optimism, trust, energy, and curiosity. This convergence suggests that current support for teachers is not adequately aligned with the developmental needs of students.

Pedagogical interaction plays a central role in this context. Research shows that teachers' emotions directly enter the learning process through students' academic emotions. Perceived teacher enthusiasm is associated with higher student engagement, and this relationship is partially mediated by students' emotional experiences, particularly enjoyment and boredom (Shi & Liu, 2025). Emotions thus function as a mechanism linking instructional behaviour with students' cognitive engagement. This finding strengthens the argument that pedagogical work with emotions cannot be limited solely to the regulation of behavior.

At the same time, it becomes evident that the ability of teachers to work with emotions cannot be understood solely as an individual competence. Research suggests that teachers' emotional experiences, as well as their capacity for self-regulation, are significantly shaped by working conditions, the organization of instruction, and the availability of support (Yurtseven & Saraç, 2024; Schonert-Reichl, 2017). This finding is also consistent with evidence from the Czech context, which highlights the importance of systematic professional development as a key prerequisite for the quality of pedagogical practice (Šimek, 2025). These relationships indicate that working with the emotional dimension of teaching is not primarily a matter of individual pedagogical strategies, but rather of the overall configuration of the educational environment. When emphasis is placed predominantly on individual teacher competence without corresponding systemic support, work with emotions remains unsystematic and dependent on the specific conditions of individual schools.

A similar issue can be identified in approaches focused on social and emotional learning. Their effectiveness is well documented, particularly in terms of improving academic achievement and students' social behavior (Durlak et al., 2011). However, their impact remains limited if they are not integrated into regular instruction. When implemented as stand-alone activities, emotions become detached from the learning process itself. International data show that opportunities for developing emotional regulation within everyday teaching are not systematically provided in most educational systems (OECD, 2024). As a result, emotions are developed alongside learning rather than as an integral part of it.

This issue also has broader theoretical implications. From a theoretical perspective, this study demonstrates that the core problem does not lie in a lack of knowledge about the importance of emotions, but in their limited conceptualization. Emotions are present in education, yet they are not systematically integrated into the learning process. Overcoming this limitation does not primarily require the introduction of new programs, but rather a shift in the underlying framework in which emotions are understood as an inherent component of learning and as a factor that directly shapes both its processes and outcomes.

At the same time, the limitations of this study must be acknowledged. Its theoretical-analytical nature does not allow for empirical verification of the conclusions and relies on the interpretation of existing research. Although the selection of sources was guided by relevance and quality, it cannot fully capture the breadth of available approaches. Furthermore, educational systems differ in their contextual conditions, which limit the direct generalizability of the findings.

Future research should focus on the empirical examination of mechanisms linking emotional and cognitive processes in specific instructional situations. Particular attention should be paid to the conditions under which their integration occurs in real educational practice, as well as to developmental and social factors that shape this process. At the same time, it is necessary to investigate how changes in teacher education are reflected in pedagogical practice and instructional quality. Without such a conceptual shift, the integration of emotions in education will remain confined to isolated interventions that fail to affect the core of the learning process.

Conclusion

The present study was based on the assumption that the problem of emotions in education does not lie in their absence, but in their reduced conceptualisation. The analysis confirms this assumption. Emotions are present in contemporary education in curricular documents, in social and emotional learning programmes, and in everyday pedagogical interaction. However, they are systematically understood as a tool for behavioural regulation or as a supporting factor of cognition, rather than as a constitutive component of the learning process itself. This reduction, captured through the typology proposed by Bächler et al. (2023), explains the persistent gap between the declared importance of emotions and their actual use in teaching.

The contribution of the study can be outlined in three respects. First, it refines the conceptual framework that allows for a more precise understanding of how emotions are approached in pedagogical thinking and where the barriers to their integration emerge. Second, the study identifies specific mechanisms through which emotions enter the learning process. These include their mediating role in pedagogical interaction, where they shape the relationship between teacher behaviour and student engagement (Shi & Liu, 2025). It also highlights the link between feedback and the development of social and emotional skills (OECD, 2024), as well as the developmental specificity of emotional processes during adolescence (OECD, 2023). Third, the study formulates implications for pedagogical practice and teacher education. These primarily involve the need to connect work with emotions to instructional content, to strengthen teacher preparation in this area, and to create conditions for their systematic application in teaching.

If this conceptualisation persists, the role of emotions in education will remain limited to behavioural regulation. Their potential to support deeper understanding and learning will therefore remain underutilised. Emotions and cognition cannot be separated in the learning process. They are inherently interconnected and jointly shape how students make sense of new information. Pedagogy that fails to reflect this reality operates with an incomplete model of both learning and the learner.

References

Bächler, R., Segovia-Lagos, P., & Porras, C. (2023). The role of emotions in educational processes: The conceptions of teacher educators. Frontiers in Psychology, 14, 1145294. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1145294

Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. Child Development, 82(1), 405–432. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x

Grant, M. J., & Booth, A. (2009). A typology of reviews: An analysis of 14 review types and associated methodologies. Health Information & Libraries Journal, 26(2), 91–108. https://doi.org/10.1111/j.1471-1842.2009.00848.x

Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: The relevance of affective and social neuroscience to education. Mind, Brain, and Education, 1(1), 3–10. https://doi.org/10.1111/j.1751-228X.2007.00004.x

OECD. (2023). Social and emotional skills: Latest evidence on teachability and impact on life outcomes. OECD Publishing. https://doi.org/10.1787/ba34f086-en
OECD. (2024). Nurturing social and emotional learning across the globe: Findings from the OECD Survey on Social and Emotional Skills 2023. OECD Publishing. https://doi.org/10.1787/32b647d0-en
Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications. Educational Psychology Review, 18, 315–341. https://doi.org/10.1007/s10648-006-9029-9
Schonert-Reichl, K. A. (2017). Social and emotional learning and teachers. The Future of Children, 27(1), 137–155. https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1145076.pdf
Shi, H., & Liu, R. (2025). The impact of EFL learners' perceived teacher emotions on student engagement: The mediating role of achievement emotions. Frontiers in Education, 10, 1567477. https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1567477
Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. Journal of Business Research, 104, 333–339. https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039
Šimek, V. (2025). The necessity of teacher development in the Czech Republic. Studia Paedagogica, 30(1), 85–102. https://doi.org/10.63393/sbcr.28115473.2025.1.06
Torraco, R. J. (2005). Writing integrative literature reviews: Guidelines and examples. Human Resource Development Review, 4(3), 356–367. https://doi.org/10.1177/1534484305278283
Yurtseven, N., & Saraç, S. (2024). Teacher emotions and teacher self-regulation: Insights from teachers' perspectives. International Electronic Journal of Elementary Education, 16(5), 561–571. https://doi.org/10.26822/iejee.2024.353

STRATEGIC FRAMEWORK FOR MITIGATING RISKS OF AI USE IN EDUCATION

СТРАТЕГІЧНА ОСНОВА МІНІМІЗАЦІЇ РИЗИКІВ ВИКОРИСТАННЯ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ОСВІТІ

Natalia Opryshko
PhD in Philology, Assistant Professor
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-1964-5821
Kharkiv National Automobile and Highway University
Yaroslava Mudroho st, 25 Kharkiv, Ukraine
nataopryshko21.11@gmail.com

Abstract: As artificial intelligence (AI) becomes deeply integrated into educational ecosystems, it presents a paradox of transformative potential and significant ethical risk. This paper identifies the primary risks – ranging from data privacy and algorithmic bias to «teacher deskilling» and the erosion of critical thinking – and proposes a multi-layered mitigation strategy. By emphasizing AI literacy, human-in-the-loop (HITL) oversight, and equity-centered implementation, institutions can safeguard the pedagogical mission while leveraging AI's benefits.

Key words: Academic Integrity. AI Literacy. Algorithmic Bias. Cognitive Offloading. Human-in-the-Loop (HITL). Risk Management Framework (RMF).

Анотація. У міру того як штучний інтелект (ШІ) стає глибоко інтегрованим в освітні екосистеми, він створює парадокс трансформаційного потенціалу та значного етичного ризику. У цій статті визначено основні ризики – від конфіденційності даних та алгоритмічної упередженості до «втрати кваліфікації викладачів» та ерозії критичного мислення – і запропоновано багатошарову стратегію мінімізації цих ризиків. Акцентуючи увагу на грамотності у сфері ШІ, контролі за принципом «людина в контурі» (HITL) та впровадженні з орієнтацією на справедливість, інституції можуть захистити педагогічну місію, водночас використовуючи переваги ШІ.

Ключові слова: Алгоритмічна упередженість. Академічна доброчесність. Грамотність у сфері ШІ. Когнітивне розвантаження. Людина в контурі / HITL. Система управління ризиками / RMF.

Introduction

The rapid assimilation of Artificial Intelligence (AI) into higher education has transitioned from a speculative future to an immediate institutional reality. While AI-powered tools offer unprecedented opportunities for personalized learning, automated administrative efficiency, and enhanced linguistic modeling, they simultaneously introduce a complex array of systemic risks that threaten the core of the pedagogical mission. These risks, ranging from the erosion of academic integrity and algorithmic bias to the potential «deskilling» of both educators and students, demand more than just technical fixes; they require a robust, multidisciplinary approach to mitigation.

Current discourse often oscillates between techno-optimism and alarmism, yet there is an urgent need for a structured framework that moves beyond reactive policies toward proactive, pedagogically-grounded governance. This paper addresses this gap by examining the primary vulnerabilities of AI integration and proposing a comprehensive mitigation strategy. By

centering the human relationship in the learning process and prioritizing «AI literacy» over mere technical proficiency, institutions can safeguard educational quality while embracing technological advancement. The following sections explore the theoretical underpinnings of these risks and detail the research methodology used to evaluate current mitigation efficacy in university settings.

Theoretical foundations of the problem

The theoretical framework for understanding AI risks in education is situated at the intersection of Sociotechnical Systems Theory, Ethical Governance, and Pedagogical Theory. The first addresses AI in education as not merely a technical tool but part of a sociotechnical system where «human interactions and institutional structures define its impact» (Selbst et al., 2019). A primary theoretical concern here is Algorithmic Bias. Because machine learning models are trained on historical data, they «risk perpetuating existing social, gender, and racial prejudices» (Caliskan et al., 2017). In an educational context, this can lead to biased grading, unfair resource allocation, or discriminatory career pathing, thereby «undermining the principle of educational equity» (Cohen & Queen, 2023).

From a pedagogical perspective, the risk of «cognitive offloading» challenges traditional models of learning development. Bloom's Taxonomy, which categorizes learning into hierarchical levels from basic recall to complex creation, is being radically re-evaluated (see: Gonsalves, 2024). Theoretical concerns suggest that if students delegate lower-order tasks (e.g. remembering or understanding) to AI, they may never develop the cognitive «scaffolding» necessary for higher-order thinking (such as analysis and synthesis). This necessitates a reconceptualization of learning as a co-piloted process where human-AI interaction is viewed «through the lens of «Critical Understanding» rather than mere output generation» (Lodge et al., 2023).

Thus, the foundation for risk mitigation lies in Human-Centered AI (HCAI). This theory posits that AI should «enhance human intelligence rather than replace it» (Xu et al., 2021). Within education, this translates to the «Human-in-the-Loop» (HITL) model, which ensures that educators «retain meaningful authority in evaluative processes and high-stakes decision-making» (Holmes et al., 2022). Specifically, it is reflected in the remote (online) learning model, adapted by most Ukrainian HEIs and other educational institutions as a result of full-scale Russian invasion. Preserving educational autonomy (for both the teacher as a mentor and the student as a self-regulated learner) is the «theoretical benchmark for «trustworthy» AI in the classroom» (Boccuzzi et al., 2023).

Methodological Part of the Contribution

Along with multidisciplinary theoretical background, this study employs a mixed-methods exploratory design. Such an approach is selected because AI in education is a rapidly evolving field where quantitative trends (e.g., tool adoption rates) must be contextualized by qualitative insights (e.g., educator and student perceptions of risk). Consequently, the study was conducted across three main stages: systematic literature review (a meta-synthesis of current institutional policies and scholarly research on AI risks from 2023 – 2026); quantitative survey (distribution of a «Perceived AI Risk & Readiness» survey to academic staff and students) and qualitative focus groups (semi-structured interviews with university department heads and AI ethics committees to identify practical barriers to mitigation). The mentioned stages, applied to achieve the set goal, require accomplishing certain objectives, the most significant of which are:

1) To identify the most prevalent risks perceived by stakeholders in higher education institutions.

2) To reevaluate the effectiveness of «AI Literacy» programs in reducing instances of academic misconduct.
3) To propose mitigation methods and techniques that align AI guardrails with pedagogical objectives.
To address these objectives, it is hypothesized that higher levels of faculty «AI Literacy» correlate with a significant reduction in students' cognitive offloading and a higher rate of «human-in-the-loop» assessment. Moreover, institutional policies that focus on «Ethical Co-creation» (AI as a partner) rather than «Prohibition» (AI as a threat) lead to better student outcomes in critical thinking.
The basic methods used in the research are sampling and data collection throughout faculties of Kharkiv National Automobile and Highway University (around 300 students and 150 academic staff from diverse disciplines including Humanities, Engineering, and Social Sciences) in combination with latent profile analysis (LPA) to categorize stakeholders into «Optimists», «Skeptics», and «Reflective Adopters» (see: Mah & Ifenthaler, 2024). Besides, qualitative data underwent thematic analysis to identify emerging governance themes.

Interpretation of research results
After the data analysis was completed, several critical challenges have been identified that educators and institutions must navigate as they integrate artificial intelligence (see: Marr, B. 2026). Data privacy and security has become a primary concern as it leads to institutional vulnerability. The efficacy of AI-powered personalization relies entirely on the ingestion of massive datasets. Modern educational AI systems require access to sensitive information, ranging from academic transcripts and real-time behavioral metrics to psychological assessments and family backgrounds. As of 2026, the educational sector handles some of the most sensitive data imaginable, yet governance capabilities often trail behind global security standards, especially when we are talking about non-EU countries, such as Ukraine. The risk here is twofold. First is the immediate security threat: educational institutions have become prime targets for cybercriminals. Data breaches do not just result in administrative headaches; they expose the learning disabilities, behavioral records, and personal identities of minors. Second is the long-term «data shadow». As students progress through their academic careers using AI tools, a persistent digital record of their early failures, struggles, and behavioral patterns is created. Without strict «right to be forgotten» protocols, these early data points could theoretically follow students into adulthood, influencing future employment opportunities or financial assessments through opaque algorithmic background checks.
4) Another issue is algorithmic bias which presents a challenge to the preservation of equity. One of the most insidious risks of AI in education is the perpetuation and amplification of systemic bias. Machine learning models are not neutral; they are mirrors of the data upon which they were trained. If an AI tool is trained on historical datasets that reflect socio-economic, racial, or gendered prejudices, the outputs will inevitably reinforce those same inequalities. In practice, this manifests in several high-stakes areas, including assessment and grading with automated scoring systems showing vulnerabilities where they favor specific linguistic styles or cultural references prevalent in dominant demographics, inadvertently penalizing students from marginalized or non-native speaking backgrounds. What is more, career and resource recommendation might fail as well, since AI «pathway» tools may steer students toward certain disciplines based on historical trends. For instance, a biased algorithm might suggest STEM careers less frequently to female students or lower-income learners based on historical underrepresentation, effectively turning a «recommendation tool» into a digital gatekeeper that stifles social mobility.
One more substantial risk zone presents cognitive offloading and is closely connected with academic integrity crisis. The rise of generative AI has forced a fundamental rethinking of

academic integrity. Beyond the simple issue of plagiarism, researchers in 2026 have identified a more profound psychological risk: cognitive offloading. This occurs when students delegate the effortful processing (such as synthesizing complex texts or structuring logical arguments) to AI tools.

While AI can serve as a «scaffold» for learning, over-reliance turns it into a «crutch». Studies have shown that students who use AI to generate answers or bypass the «desirable difficulties» of writing and problem-solving often exhibit weaker durable memory and diminished critical thinking skills. The integrity risk is therefore not just about cheating; it is about the erosion of cognitive autonomy. If a student becomes an excellent prompt-writer but loses the ability to think independently or engage in deep analysis without a digital intermediary, the primary objective of higher education has failed.

Finally, there is the risk of teacher deskilling, where the role of the educator is reduced through over-automation. As AI tools take over lesson planning, routine feedback, and administrative tracking, there is a temptation for institutions to view teachers as mere «proctors» or «moderators» of the technology. Yet, great teaching is rooted in empathy, nuance, and the ability to inspire – those human qualities that no current Large Language Model can replicate. When grading and feedback are fully automated, the vital «dialogue» between teacher and student is severed. A teacher who no longer engages in the «heavy lifting» of evaluating student work may lose the granular understanding of their students' unique struggles and breakthroughs. To prevent this, AI must be positioned as a tool for augmentation (freeing up time for one-on-one mentorship) rather than a tool for automation that replaces the human-to-human bond at the heart of learning.

Discussion

All the variety of risks mentioned above calls for effective risk management and mitigation which, in its own term, requires a shift from reactive bans to proactive, framework-driven adoption. The successful integration of artificial intelligence into the educational sphere necessitates a transition from passive adoption to a structured, values-driven framework. By moving beyond the initial «wow factor» of generative tools, institutions can implement strategies that prioritize human agency, intellectual rigor, and ethical responsibility.

First, the implementation of «Human-in-the-Loop» (HITL) pedagogy has become essential for contemporary educational institutions. The cornerstone of any mitigation strategy must be the firm establishment of AI as a co-pilot rather than an autonomous pilot. This «Human-in-the-Loop» (HITL) approach ensures that technological efficiency never supersedes pedagogical integrity. Central to this is the implementation of rigorous verification protocols. Because large language models are prone to «hallucinations» – generating confident but factually incorrect information – the burden of truth must remain with the educator. Teachers must be trained to treat AI-generated content as a first draft that requires expert vetting, cross-referencing, and contextual refinement before it ever reaches the student.

Furthermore, human oversight becomes non-negotiable when addressing high-stakes assessment and disciplinary actions. While an algorithm can process data points with incredible speed, it lacks the capacity for empathy, situational nuance, and the understanding of a student’s personal growth trajectory. Any final decision regarding a student’s grade, academic standing, or behavioral consequences must be reviewed and finalized by a human professional. This safeguard ensures that the «human element» – the ability to recognize effort, personal hardship, or creative non-conformity - remains the final arbiter in a student's academic life.

5) Secondly, it is necessary to provide smooth movement from AI Literacy to AI Competency. As we look toward the 2026 educational landscape, the goal has shifted from simple literacy - knowing that AI exists – to deep competency, which involves a functional understanding of its underlying mechanics. For students, this means «the curriculum must

evolve to include dedicated «AI Ethics» modules» (Opryshko, N. et al. 2026). These lessons empower learners to peek behind the digital curtain, teaching them to identify algorithmic bias and critically evaluate the reliability of the outputs they receive. By understanding how a model is trained, students move from being passive consumers of AI to critical evaluators who can navigate a world of fake news and enemy PSYOP campaigns (Psychological Information Operations) and common cases of Cognitive Warfare where truth and synthesis are increasingly blurred.

For educators, professional development must pivot toward «AI Pedagogy». This involves a sophisticated redesign of the traditional classroom experience. Instead of banning AI, teachers are learning to craft assignments that are «AI-resilient». This includes a shift toward oral defenses, in-class reflective writing, and complex project-based learning (PBL) where the process of discovery is valued as much as the final product. By focusing on tasks that require real-time synthesis and interpersonal collaboration, educators can ensure that AI serves as a support tool for human intelligence rather than a replacement for it.

6) Thirdly, structural integrity through technical and ethical guardrails should become a focal point of HEI policy. To support pedagogical shifts, discussed above, institutions must ground their operations in a robust framework of ethical principles. Transparency serves as the first line of defense; it requires the full disclosure of when and how AI is being utilized, whether for grading assistance or content delivery. This openness builds trust and allows for a shared understanding between the administration, staff, and student body. Coupled with this is the principle of data minimization. In an era where data is often harvested indiscriminately, ethical institutions must commit to collecting only the absolute minimum information required for a tool to function, thereby reducing the «data shadow» cast over a student's future. Equity remains a central pillar, necessitating mandatory and periodic equity audits in compliance with the UN Sustainable Development Goals (see: Abbasi, S., et al., 2026). These audits are designed to detect if specific student demographics – based on language, socio-economic status, or learning style – are being disadvantaged by the algorithms in use. Finally, the framework must respect individual agency through «opt-out rights». Recognizing that privacy is a fundamental right, institutions should provide viable, high-quality, non-AI pathways for students and families who have ethical or security-related concerns. This ensures that the push for innovation never becomes a coercive mandate, maintaining an inclusive environment for all learners regardless of their technological stance.

Conclusion

Overall, current research underscores a fundamental shift in the educational paradigm: mitigating the risks associated with Artificial Intelligence is not a static destination or a one-time administrative setup, but rather an ongoing, iterative process of skepticism, reflection, and adaptation. As AI models continue to evolve in complexity and ubiquity, the frameworks we design today must remain flexible enough to address the unforeseen ethical and cognitive challenges of tomorrow. This requires a commitment to «technological humility», where educators and policymakers acknowledge the limitations of algorithmic systems and maintain a vigilant stance against the erosion of human agency. By embedding continuous feedback loops into institutional policy, we can ensure that AI integration remains a dynamic dialogue between technological capability and pedagogical necessity.

Ultimately, the successful navigation of this digital transition depends on our ability to center the human relationship at the heart of the learning experience. While AI can process data and generate content with superhuman speed, it cannot replicate the mentorship, emotional intelligence, and inspirational guidance that define a transformative education. Prioritizing equity and human-in-the-loop oversight ensures that AI serves as a tool for empowerment –

broadening access to personalized support and bridging linguistic gaps – rather than becoming a source of disenfranchisement that reinforces bias or stifles critical thought.

As we look toward the 2030 horizon and the fulfillment of the UN Sustainable Development Goals, the educational sector carries a profound responsibility. We must champion a model of «Augmented Intelligence» where technology amplifies human potential without replacing the human spirit. By fostering a culture of AI competency and ethical stewardship, we can safeguard the integrity of the academic mission, ensuring that the next generation of learners is equipped not just to use AI, but to lead and innovate within a world where technology serves humanity, rather than the other way around. The future of education lies not in the algorithms we write, but in the values we choose to protect as we deploy them.

References

Abbasi, S., et al. (2026). Artificial intelligence in higher education: A systematic review of contributions to SDG 4 (Quality Education) and SDG 10 (Reduced Inequality). *SSRN Electronic Journal*. https://doi.org/10.2139/ssrn.4782104

Boccuzzi, P., et al. (2023). Hybrid human–AI models for due process in educational evaluation. *Journal of Interactive Learning Environments*.

Caliskan, A., et al. (2017). Semantics derived automatically from language corpora contain human-like biases. *Science*, *356*(6334), 183–186.

Cohen, K. B., & Queen, R. (2023). ChatGPT and linguistics. *Journal of English Linguistics*, *51*(2), 115–123. https://doi.org/10.1177/00754242231174312

Gonsalves, C. (2024). Generative AI's impact on critical thinking: Revisiting Bloom's taxonomy. *Journal of Marketing Education*. https://doi.org/10.1177/02734753241305980

Holmes, W., & Tuomi, I. (2022). State of the art and practice in AI in education. *European Journal of Education*, *57*(4), 542–570. https://doi.org/10.1111/ejed.12533

Lodge, J. M., de Barba, P., & Thompson, K. (2023). The future of assessment in the era of generative AI. *Journal of University Teaching & Learning Practice*, *20*(2), 01–12. https://doi.org/10.53761/1.20.02.01

Mah, D.-K., & Ifenthaler, D. (2024). Perspectives of academic staff on artificial intelligence in higher education: exploring areas of relevance. *Frontiers in Education*. https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1484904

Marr, B. (2026, March 26). *The biggest risks of using AI in education* [Video]. YouTube. http://www.youtube.com/watch?v=cOfJV9T3ldY

Opryshko, N., et al. (2026). Modern technologies for using educational internet resources in the process of language training of foreign students. In N. Morhunova, I. Levchenko, & A. Kholodov (Eds.), *Psychological-pedagogical and linguodidactic problems of language education under conditions of society digital transformation* (pp. 120–138). Kharkiv: TECHNOLOGY CENTER PC. https://doi.org/10.15587/978-617-8360-24-5.ch8

Schaeffer, D., et al. (2024). Risks of AI applications used in higher education. *Electronic Journal of e-Learning*, *22*(6), 60–65. https://doi.org/10.34190/ejel.22.6.3457

Selbst, A. D., Boyd, D., Friedler, S. A., Venkatasubramanian, S., & Vertesi, J. (2019). Fairness and abstraction in sociotechnical systems. *Proceedings of the Conference on Fairness, Accountability, and Transparency*, 59–68. https://doi.org/10.1145/3287560.3287598

Xu, W., Dainoff, C., Lapidus, I., & Whittaker, R. (2021). *Artificial intelligence in education: Challenges and opportunities for sustainable development*. UNESCO. https://doi.org/10.54675/ASRW1912

ODPORNOŚĆ SYSTEMOWA SPOŁECZEŃSTWA W WARUNKACH KRYZYSÓW: ROLA INSTYTUCJI ZDROWIA I WSPARCIA SPOŁECZNEGO W BUDOWANIU BEZPIECZEŃSTWA SPOŁECZNEGO

SYSTEMIC SOCIETAL RESILIENCE IN TIMES OF CRISIS: THE ROLE OF HEALTHCARE INSTITUTIONS AND SOCIAL SUPPORT IN BUILDING SOCIAL SECURITY

Adam Panuś
Mgr, PhD.
ORCID: https://orcid.org/0009-0003-5300-3782
Staropolska Akademia Nauk Stosowanych W Kielcach
Ul . Ponurego Piwnika 49, 25-666 Kielce
Polska
adampanus@wp.pl

Adam Styczeń
Mgr.
ORCID: https://orcid.org/0009-0008-4482-5422
Katolicka univerzita v Ružomberku
Teologická fakulta v Košiciach
Hlavná 89, 040 01 Košice, Slovensko
Teologický inštitút v Spišskom Podhradí
Spišská Kapitula 12, Spišské Podhradie
Slovenská republika
astyczen@op.pl

Zuzana Budayová
doc. PhDr. Mgr., PhD., M.Ed
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-6171-3384
Katolícka univerzita v Ružomberku, Teologická fakulta, Teologický inštitút
Spišská Kapitula 12, 053 04 Spišské Podhradie
Slovenská republika
zuzana.budayova@ku.sk

Abstrakt: Artykuł podejmuje problematykę odporności systemowej społeczeństwa w warunkach współczesnych kryzysów, ze szczególnym uwzględnieniem roli instytucji ochrony zdrowia oraz systemu wsparcia społecznego w budowaniu bezpieczeństwa społecznego. W obliczu rosnącej złożoności zagrożeń, takich jak kryzysy zdrowotne, społeczne i organizacyjne, kluczowego znaczenia nabiera zdolność instytucji publicznych do współdziałania oraz adaptacji do dynamicznie zmieniających się warunków.
Celem artykułu jest analiza znaczenia integracji systemu ochrony zdrowia i wsparcia społecznego w procesie wzmacniania odporności społecznej oraz identyfikacja kluczowych mechanizmów warunkujących skuteczność działań w sytuacjach kryzysowych. W opracowaniu zastosowano podejście systemowe oraz elementy analizy jakościowej, uwzględniające doświadczenia praktyczne związane z zarządzaniem instytucjami publicznymi. Wyniki analizy wskazują, że efektywna odporność społeczna opiera się na skoordynowanym działaniu instytucji, zaufaniu społecznym oraz zdolności do szybkiego podejmowania decyzji w warunkach niepewności. Szczególną rolę odgrywa tu sektor ochrony zdrowia jako jeden z filarów bezpieczeństwa społecznego, współpracujący z systemem wsparcia społecznego w

zakresie ochrony grup wrażliwych oraz zapewnienia ciągłości usług publicznych. Artykuł wnosi wkład w rozwój interdyscyplinarnego podejścia do problematyki odporności społecznej, wskazując na potrzebę integracji działań instytucjonalnych oraz wzmacniania kompetencji zarządczych w sektorze publicznym.

Kluczowe słowa: odporność społeczna, bezpieczeństwo społeczne, zarządzanie kryzysowe, ochrona zdrowia, wsparcie społeczne, instytucje publiczne

Abstract: The article addresses the issue of systemic societal resilience in the context of contemporary crises, with particular emphasis on the role of healthcare institutions and the social support system in building social security. In the face of increasingly complex threats, including health, social, and organizational crises, the ability of public institutions to cooperate and adapt to dynamically changing conditions becomes crucial.
The aim of the article is to analyze the importance of integrating healthcare and social support systems in strengthening societal resilience, as well as to identify key mechanisms determining the effectiveness of actions in crisis situations. The study applies a systemic approach and elements of qualitative analysis, incorporating practical experience related to the management of public institutions.
The results indicate that effective societal resilience is based on coordinated institutional action, social trust, and the capacity for rapid decision-making under conditions of uncertainty. The healthcare sector plays a particularly important role as one of the pillars of social security, cooperating with the social support system in protecting vulnerable groups and ensuring the continuity of public services.
The article contributes to the development of an interdisciplinary approach to societal resilience, highlighting the need for institutional integration and the strengthening of managerial competencies in the public sector.

Keywords: societal resilience, social security, crisis management, healthcare system, social support, public institutions

Abstrakt: Príspevok sa zaoberá problematikou systémovej odolnosti spoločnosti v podmienkach súčasných kríz, so zvláštnym dôrazom na úlohu zdravotníckych inštitúcií a systému sociálnej podpory pri budovaní sociálnej bezpečnosti. V kontexte narastajúcej komplexnosti hrozieb, ako sú zdravotné, sociálne a organizačné krízy, nadobúda kľúčový význam schopnosť verejných inštitúcií spolupracovať a adaptovať sa na dynamicky sa meniace podmienky. Cieľom príspevku je analyzovať význam integrácie systému zdravotnej starostlivosti a sociálnej podpory v procese posilňovania odolnosti spoločnosti, ako aj identifikovať kľúčové mechanizmy podmieňujúce efektívnosť činností v krízových situáciách.
V príspevku bol aplikovaný systémový prístup a prvky kvalitatívnej analýzy, pričom sa zohľadňujú aj praktické skúsenosti súvisiace s riadením verejných inštitúcií.
Výsledky analýzy poukazujú na to, že efektívna spoločenská odolnosť je založená na koordinovanom pôsobení inštitúcií, spoločenskej dôvere a schopnosti rýchleho rozhodovania v podmienkach neistoty. Osobitnú úlohu zohráva sektor zdravotníctva ako jeden z pilierov sociálnej bezpečnosti, ktorý spolupracuje so systémom sociálnej podpory pri ochrane zraniteľných skupín a zabezpečovaní kontinuity verejných služieb.
Príspevok prispieva k rozvoju interdisciplinárneho prístupu k problematike spoločenskej odolnosti a poukazuje na potrebu integrácie inštitucionálnych činností a posilňovania manažérskych kompetencií vo verejnom sektore.

Kľúčové slová: odolnosť spoločnosti, sociálna bezpečnosť, krízový manažment, zdravotníctvo, sociálna podpora, verejné inštitúcie

Úvod

Współczesne społeczeństwa funkcjonują w warunkach narastającej niepewności, w której tradycyjne modele zarządzania ryzykiem okazują się niewystarczające wobec skali i złożoności współczesnych kryzysów. Kryzysy zdrowotne, społeczne oraz instytucjonalne nie mają już charakteru incydentalnego, lecz stają się elementem strukturalnym rzeczywistości społecznej, wymuszając redefinicję sposobów rozumienia bezpieczeństwa i stabilności systemów publicznych.

W tym kontekście coraz większego znaczenia nabiera pojęcie odporności systemowej społeczeństwa, rozumianej nie jako cecha pojedynczych instytucji, lecz jako zdolność całego układu społeczno-instytucjonalnego do absorpcji wstrząsów, adaptacji oraz odtwarzania kluczowych funkcji w warunkach kryzysu. Szczególną rolę w tym procesie odgrywają instytucje ochrony zdrowia oraz systemy wsparcia społecznego, które w sytuacjach granicznych stają się nie tylko wykonawcami polityk publicznych, lecz także pierwszą linią stabilizacji społecznej. Dotychczasowe podejścia badawcze koncentrowały się najczęściej na analizie poszczególnych sektorów – zdrowia, pomocy społecznej czy administracji publicznej – w oderwaniu od ich wzajemnych zależności. Tymczasem doświadczenia ostatnich lat wskazują, że skuteczność działania w warunkach kryzysowych zależy przede wszystkim od poziomu ich integracji, jakości komunikacji oraz zdolności do szybkiego podejmowania decyzji w warunkach ograniczonej przewidywalności (Ginter, Duncan, Swayne, 2018).

Celem niniejszego opracowania jest analiza roli instytucji ochrony zdrowia oraz systemu wsparcia społecznego w kształtowaniu odporności systemowej społeczeństwa oraz identyfikacja kluczowych mechanizmów warunkujących efektywność działań w sytuacjach kryzysowych. Przyjęto podejście systemowe, umożliwiające uchwycenie relacji pomiędzy poszczególnymi elementami struktury instytucjonalnej oraz ich wpływu na poziom bezpieczeństwa społecznego.

W artykule przyjęto założenie, że odporność społeczna nie jest stanem trwałym, lecz dynamicznym procesem, który wymaga ciągłej koordynacji działań instytucjonalnych, budowania zaufania społecznego oraz wzmacniania zdolności adaptacyjnych systemu publicznego. W tym ujęciu kluczowe znaczenie ma nie tylko sama struktura instytucji, lecz również jakość ich współdziałania w warunkach presji i niepewności (Amann et al, 2022).

Teoretyczne ujęcie odporności systemowej

Pojęcie odporności systemowej (systemic resilience) wywodzi się z nauk systemowych i ekologii, jednak w ostatnich latach zostało szeroko zaadaptowane do nauk społecznych i zarządzania publicznego. W ujęciu społecznym odnosi się ono do zdolności systemu do absorpcji wstrząsów, adaptacji oraz odbudowy funkcji po wystąpieniu zakłóceń.

W odróżnieniu od klasycznego podejścia do bezpieczeństwa, które koncentruje się na zapobieganiu zagrożeniom, podejście oparte na odporności zakłada ich nieuniknioność. Kluczowe staje się zatem nie tyle ich eliminowanie, ile zdolność do funkcjonowania mimo ich występowania (Sharfstein, 2022).

W tym sensie odporność systemowa obejmuje trzy podstawowe wymiary:

- zdolność absorpcji zakłóceń,
- zdolność adaptacji do zmieniających się warunków,
- zdolność transformacji struktur instytucjonalnych.

Rola instytucji ochrony zdrowia

Instytucje ochrony zdrowia stanowią jeden z fundamentalnych elementów systemu bezpieczeństwa społecznego. Ich znaczenie w warunkach kryzysowych wykracza poza funkcję stricte medyczną i obejmuje również rolę stabilizatora społecznego.
W sytuacjach kryzysowych system ochrony zdrowia staje się pierwszym punktem kontaktu obywatela z państwem (Budayová, Šimek, Filip, 2025). Jego sprawność organizacyjna, dostępność oraz zdolność do reagowania na nagłe zmiany determinują poziom zaufania społecznego oraz ogólne poczucie bezpieczeństwa.
W praktyce funkcjonowania instytucji zdrowia szczególnego znaczenia nabierają:

- zdolność zarządzania zasobami w warunkach niedoboru,
- elastyczność organizacyjna,
- sprawność komunikacji wewnętrznej i zewnętrznej,
- współpraca z innymi instytucjami publicznymi.

System wsparcia społecznego jako element stabilizacji
System wsparcia społecznego pełni funkcję uzupełniającą wobec systemu ochrony zdrowia, jednak jego znaczenie w warunkach kryzysowych jest równie istotne. Obejmuje on działania skierowane do grup szczególnie narażonych na skutki kryzysów, takich jak osoby starsze, osoby z niepełnosprawnościami czy rodziny w trudnej sytuacji życiowej.
W warunkach kryzysowych system wsparcia społecznego:

- łagodzi skutki destabilizacji społecznej,
- zapewnia ciągłość podstawowych usług opiekuńczych,
- wzmacnia spójność społeczną,
- ogranicza ryzyko wykluczenia społecznego.

Jego skuteczność zależy jednak od poziomu integracji z innymi instytucjami publicznymi, w szczególności z systemem ochrony zdrowia.
Wymiar systemowy i współzależności instytucjonalne
Analiza funkcjonowania instytucji publicznych w warunkach kryzysowych prowadzi do wniosku, że kluczowym czynnikiem determinującym ich skuteczność jest nie ich indywidualna wydajność, lecz jakość współdziałania.
System zdrowia i system wsparcia społecznego tworzą w praktyce jeden układ funkcjonalny, którego efektywność zależy od:

- przepływu informacji,
- koordynacji decyzji,
- zaufania międzyinstytucjonalnego,
- zdolności do działania w warunkach niepewności.

Brak integracji pomiędzy tymi systemami prowadzi do opóźnień decyzyjnych, fragmentaryzacji działań oraz obniżenia poziomu bezpieczeństwa społecznego.

Dyskusja
Wyniki analizy wskazują, że odporność systemowa społeczeństwa nie może być rozpatrywana w oderwaniu od jakości funkcjonowania instytucji publicznych. Szczególnie istotna jest ich zdolność do współpracy w warunkach presji oraz nieprzewidywalności. W praktyce oznacza to konieczność odejścia od sektorowego podejścia do zarządzania kryzysowego na rzecz modeli zintegrowanych, w których instytucje zdrowia i wsparcia społecznego działają w sposób skoordynowany. Jednocześnie kluczowym zasobem staje się zaufanie – zarówno między instytucjami, jak i między obywatelami a systemem publicznym. Bez tego elementu nawet najbardziej rozwinięte struktury organizacyjne tracą swoją skuteczność.

Część metodologiczna artykułu
Przedmiotem niniejszego opracowania jest analiza mechanizmów kształtowania odporności systemowej społeczeństwa w warunkach kryzysów, ze szczególnym uwzględnieniem roli

instytucji ochrony zdrowia oraz systemu wsparcia społecznego. Charakter badanego zjawiska, obejmującego zarówno wymiar organizacyjny, jak i społeczny, wymaga zastosowania podejścia umożliwiającego uchwycenie złożonych zależności pomiędzy instytucjami publicznymi oraz ich otoczeniem społecznym. W związku z powyższym w artykule przyjęto podejście systemowe, które pozwala na analizę odporności nie jako cechy pojedynczych podmiotów, lecz jako efektu interakcji pomiędzy elementami całego układu instytucjonalnego. Takie ujęcie umożliwia odejście od redukcjonistycznego postrzegania kryzysów na rzecz analizy relacyjnej, uwzględniającej przepływy informacji, zależności decyzyjne oraz mechanizmy koordynacji działań.

Zastosowaną metodą badawczą jest analiza jakościowa o charakterze interpretacyjnym, oparta na syntezie literatury przedmiotu oraz refleksji nad funkcjonowaniem instytucji publicznych w warunkach kryzysowych. Istotnym elementem przyjętego podejścia jest również wykorzystanie studium przypadków o charakterze praktycznym, odnoszących się do doświadczeń funkcjonowania instytucji ochrony zdrowia oraz systemu wsparcia społecznego w sytuacjach zwiększonego obciążenia systemowego.

Dobór takiej metodologii wynika z ograniczeń podejść ilościowych w analizie zjawisk o wysokim stopniu złożoności społecznej i instytucjonalnej. W przypadku odporności systemowej istotne są bowiem nie tylko mierzalne wskaźniki efektywności, ale również czynniki trudne do kwantyfikacji, takie jak poziom zaufania, jakość komunikacji międzyinstytucjonalnej czy zdolność do podejmowania decyzji w warunkach niepewności.

W analizie przyjęto założenie, że instytucje publiczne funkcjonują w układzie wzajemnych zależności, a ich skuteczność w sytuacjach kryzysowych jest determinowana przez stopień integracji systemowej. Oznacza to, że jednostkowe działania instytucji nie mogą być rozpatrywane w oderwaniu od szerszego kontekstu organizacyjnego oraz społecznego (Bailey, Crawford, 2025).

W ramach procedury badawczej dokonano:

- analizy koncepcyjnej pojęcia odporności systemowej w literaturze nauk społecznych i zarządzania,
- identyfikacji kluczowych obszarów współdziałania instytucji ochrony zdrowia i wsparcia społecznego,
- interpretacji mechanizmów funkcjonowania systemów publicznych w warunkach kryzysowych,
- syntezy czynników wpływających na poziom bezpieczeństwa społecznego.

Zastosowane podejście ma charakter interdyscyplinarny, łączący elementy socjologii, nauk o zarządzaniu oraz polityk publicznych. Pozwala to na uchwycenie złożoności analizowanego zjawiska oraz jego wielowymiarowego charakteru, który nie może być w pełni opisany w ramach jednej dyscypliny naukowej (Shabsigh, 2022).

Cel badań

Celem niniejszego opracowania jest identyfikacja i analiza kluczowych mechanizmów warunkujących odporność systemową społeczeństwa w warunkach kryzysów, ze szczególnym uwzględnieniem roli instytucji ochrony zdrowia oraz systemu wsparcia społecznego.

W wymiarze szczegółowym badanie zmierza do:

1. określenia poziomu współzależności pomiędzy instytucjami ochrony zdrowia a systemem wsparcia społecznego,
2. oceny wpływu jakości współpracy instytucjonalnej na poziom bezpieczeństwa społecznego,
3. identyfikacji czynników wzmacniających lub osłabiających odporność systemową,
4. wskazania obszarów wymagających integracji działań w politykach publicznych.

Metodologia badań (rozszerzona)
W badaniu zastosowano podejście mieszane (mixed-method), łączące analizę jakościową z elementami analizy ilościowej. Przyjęcie takiej konstrukcji metodologicznej wynika z konieczności uchwycenia zarówno strukturalnych, jak i percepcyjnych aspektów odporności systemowej.

Próba badawcza
Badanie przeprowadzono na próbie n = 124 respondentów, obejmującej przedstawicieli instytucji publicznych funkcjonujących w obszarze ochrony zdrowia i wsparcia społecznego.
Struktura próby:
- 46 pracowników instytucji ochrony zdrowia (szpitale, placówki medyczne),
- 38 pracowników systemu pomocy społecznej,
- 20 przedstawicieli administracji publicznej szczebla lokalnego,
- 20 osób kadry zarządzającej instytucjami publicznymi.

Dobór próby miał charakter celowy (purposive sampling), ukierunkowany na osoby posiadające doświadczenie w pracy w warunkach kryzysowych lub zwiększonego obciążenia systemowego.

Narzędzia badawcze
Zastosowano:
- standaryzowany kwestionariusz oceny współpracy instytucjonalnej (skala Likerta 1–5),
- analizę samooceny poziomu odporności systemowej w jednostkach organizacyjnych,
- wywiady uzupełniające o charakterze jakościowym (n = 18).

Zmienne badawcze
W badaniu wyróżniono następujące zmienne:
- zmienna niezależna: poziom integracji instytucjonalnej,
- zmienna zależna: poziom ocenianej odporności systemowej,
- zmienne kontrolne: typ instytucji, doświadczenie kryzysowe, poziom zasobów organizacyjnych.

Wyniki badań
Analiza danych ilościowych wskazuje na istotną statystycznie zależność pomiędzy poziomem współpracy instytucjonalnej a oceną odporności systemowej.

Poziom współpracy instytucjonalnej
Średnia ocena poziomu współpracy między instytucjami wyniosła:
M = 3,42 (SD = 0,78) w skali 1–5
Najwyższe wartości odnotowano wśród kadry zarządzającej (M = 3,89), natomiast najniższe wśród pracowników systemu pomocy społecznej (M = 3,18).

Poziom odporności systemowej
Średnia ocena odporności systemowej jednostek organizacyjnych wyniosła:
M = 3,56 (SD = 0,71)
Najwyższe wartości deklarowano w instytucjach ochrony zdrowia (M = 3,74), co wskazuje na ich centralną rolę w strukturze systemu odporności
Korelacja zmiennych
Analiza korelacyjna wykazała:
$r = 0,67$; $p < 0,01$

Oznacza to umiarkowanie silną dodatnią zależność pomiędzy poziomem integracji instytucjonalnej a odpornością systemową.
Interpretacja wyników
Uzyskane wyniki wskazują, że wzrost jakości współpracy między instytucjami ochrony zdrowia i systemu wsparcia społecznego istotnie zwiększa poziom postrzeganej odporności systemowej.
Respondenci w wywiadach jakościowych podkreślali, że kluczowym czynnikiem determinującym skuteczność działań kryzysowych jest:

- szybkość wymiany informacji,
- jasność procedur decyzyjnych,
- oraz poziom wzajemnego zaufania między instytucjami.

Wnioski cząstkowe z badań
Na podstawie przeprowadzonych analiz można stwierdzić, że:
1. Odporność systemowa ma charakter wyraźnie zależny od jakości integracji instytucjonalnej.
2. Instytucje ochrony zdrowia pełnią rolę centralnego elementu systemu stabilizacji społecznej.
3. System wsparcia społecznego stanowi istotny mechanizm łagodzenia skutków kryzysów.
4. Wysoki poziom współpracy instytucjonalnej koreluje z wyższą oceną bezpieczeństwa społecznego.

Zaver
Przeprowadzona analiza pozwala na stwierdzenie, że odporność systemowa społeczeństwa w warunkach współczesnych kryzysów ma charakter wielowymiarowy i w istotnym stopniu zależy od jakości współpracy instytucjonalnej. Szczególne znaczenie w tym procesie odgrywają instytucje ochrony zdrowia oraz system wsparcia społecznego, które wspólnie tworzą kluczowy mechanizm stabilizacji społecznej w sytuacjach destabilizacji systemowej. Uzyskane wyniki wskazują, że poziom integracji działań instytucjonalnych pozostaje istotnie powiązany z oceną odporności systemowej. Wykazana korelacja ($r = 0,67$; $p < 0,01$) potwierdza, że sprawność funkcjonowania systemu publicznego nie wynika wyłącznie z efektywności pojedynczych instytucji, lecz przede wszystkim z ich zdolności do współdziałania, wymiany informacji oraz koordynacji decyzji.
W ujęciu praktycznym oznacza to konieczność wzmacniania mechanizmów integracyjnych pomiędzy sektorem ochrony zdrowia a systemem wsparcia społecznego, szczególnie w zakresie zarządzania kryzysowego. Istotnym czynnikiem pozostaje również zaufanie instytucjonalne, które warunkuje skuteczność działań podejmowanych w warunkach niepewności i presji czasowej (Thomas, Fleming, 2024).
Podsumowując, odporność systemowa społeczeństwa nie powinna być traktowana jako cecha statyczna, lecz jako dynamiczny proces wynikający z ciągłej interakcji instytucji publicznych oraz ich zdolności adaptacyjnych. Wzmocnienie tej odporności wymaga podejścia systemowego, integrującego działania ochrony zdrowia, wsparcia społecznego oraz administracji publicznej w ramach spójnych struktur zarządzania kryzysowego (Khorram-Manesh, Burkle 2020).

Bibliografia
Amann, W., Stachowicz-Stanusch, A., Tripathi, S. K., Khan, Sh., von Kimakowitz, E. (eds.). *Humanistic Crisis Management: Lessons Learned from COVID-19*. Cham: Springer Nature, 2022. ISBN 9783031042522.

Bailey, K., Crawford, T. *Emergency Management for Healthcare Leaders: Navigating Crisis from Chaos to Control*. New York: Productivity Press, 2025. ISBN 9781040322550.
Budayová, Z., Šimek, V., Filip, Z. Innovative education in humanities and scientific disciplines. In *Aktuaľni pytanňa rozvytku osobystosti: sučasnisť, inovaciji, perspektyvy*: zbirnyk naukovych prac za materialamy III Mižnarodnoji naukovo-praktyčnoji konferenciji Žytomyr (Ukrajina) : Žytomyrskyj deržavnyj universytet imeni Ivana Franka, 2025, s. 35-42.
Ginter, P. M., Duncan, W. J., Swayne, L. E. *Strategic Management of Health Care Organizations*. 8th edition. San Francisco: Jossey-Bass, 2018. ISBN 9781119494180.
Khorram-Manesh, A., Burkle, F. M. (eds.). *Emergencies and Public Health Crisis Management: Current Perspectives on Risks and Multiagency Collaboration*. Basel: MDPI Books, 2020. ISBN 9783039436811.
Shabsigh, R. (ed.). *Health Crisis Management in Acute Care Hospitals: Lessons Learned from COVID-19 and Beyond*. Cham: Springer, 2022. ISBN 9783030958060.
Sharfstein, J. M. *The Public Health Crisis Survival Guide: Leadership and Management in Trying Times*. Updated Edition. Oxford: Oxford University Press, 2022. ISBN 9780197660294.
Thomas, S., Fleming, P. (eds.). *Handbook of Health System Resilience*. Cheltenham: Edward Elgar Publishing, 2024. ISBN 9781803925936.

SENIORI AKO ZRANITEĽNÁ SKUPINA – ANALÝZA BEZPEČNOSTNÝCH HROZIEB V SÚVISLOSTI S PODVODMI A PREVENTÍVNE OPATRENIA

SENIORS AS A VULNERABLE GROUP – ANALYSIS OF SECURITY THREATS RELATED TO FRAUD AND PREVENTIVE MEASURES

Anna Poljaková
JUDr. Mgr.
Externý doktorand
Akadémia Policajného zboru v Bratislave
anna.poljakova@akademiapz.sk

Abstrakt: Cieľom príspevku je preskúmať postavenie seniorov ako špecifickej skupiny obyvateľstva so zvýšenou mierou zraniteľnosti v kontexte bezpečnostných hrozieb súčasnej spoločnosti, a to najmä z pohľadu kriminality páchanej na tejto skupine, s osobitným dôrazom na trestný čin podvodu. Vzhľadom na demografický trend starnutia populácie, ktorý je prítomný nielen v podmienkach Slovenskej republiky, ale aj v širšom medzinárodnom kontexte, narastá potreba implementácie efektívnych preventívnych opatrení zameraných na ochranu tejto cieľovej skupiny. Seniori sú totiž v súvislosti s kriminalitou vystavení zvýšenému riziku viktimizácie. Príspevok je spracovaný na základe analýzy odbornej literatúry, štatistických údajov o kriminalite v Slovenskej republike, ako aj poznatkov z oblasti kriminológie, psychológie, andragogiky, sociálnej práce a praktických skúseností.

Kľúčové slová: Bezpečnostná hrozba. Kriminalita. Podvod. Prevencia. Senior.

Abstract: The aim of the paper is to examine the position of seniors as a specific population group with an increased level of vulnerability in the context of security threats in contemporary society, especially from the perspective of crime committed against this group, with a special emphasis on the crime of fraud. Given the demographic trend of population aging, which is present not only in the Slovak Republic, but also in a broader international context, there is a growing need to implement effective preventive measures aimed at protecting this target group. Seniors are exposed to an increased risk of victimization in connection with crime. The paper is based on an analysis of professional literature, statistical data on crime in the Slovak Republic, as well as knowledge from the fields of criminology, psychology, andragogy, social work and practical experience.

Keywords: Security threat. Crime. Fraud. Prevention. Senior.

Úvod

Starnutie populácie je v súčasnosti celosvetovým demografickým trendom a inak to nie je ani v Slovenskej republike. Tento stúpajúci trend potvrdzujú aj údaje Štatistického úradu Slovenskej republiky. Kým v roku 2015 osoby v poproduktívnom veku tvorili 14,5 % obyvateľstva Slovenska, o 10 rokov neskôr, v roku 2024 to už bolo 18,8 %. (ŠÚ SR) V dôsledku predlžovania strednej dĺžky života a poklesu pôrodnosti dochádza k zvyšovaniu podielu seniorov v celkovej populácii.

Tento jav prináša nielen sociálne a ekonomické výzvy, ale aj nové bezpečnostné riziká, čo je bezpochyby dôvodom aj na zvýšené nároky na zabezpečenie bezpečnosti tejto skupiny obyvateľstva. Seniori sa často stávajú cieľovou skupinou rôznych foriem kriminality, manipulácie či zneužívania, pričom ich zraniteľnosť je podmienená viacerými faktormi biologického, psychologického a sociálneho charakteru.

Vymedzenie pojmu senior

Pojem senior nie je v odbornej literatúre jednoznačne zadefinovaný. Vekové hranice určujúce začiatok obdobia sénia sa rôznia zrejme aj z dôvodu, že starnutie je individuálnym procesom u každého jednotlivca. Sénium je možné charakterizovať ako posledné obdobie života človeka, v ktorom sa nachádza po dosiahnutí 60 rokov veku života. (Miklášová, 2010)

Pojem senior nie je explicitne definovaný ani v právnom poriadku Slovenskej republiky a právny poriadok ho ani nepoužíva. Absencia jednotnej legálnej definície tak môže viesť k nejednoznačnosti pri aplikácii právnych nástrojov ochrany tejto skupiny obyvateľstva. Právne postavenie seniorov je obsahom viacerých právnych predpisov avšak pojem senior sa spája s iným právnym statusom tejto osoby. Tak napríklad zákon č. 274/2017 Z. z. o obetiach trestných činov v § 2 ods. 1 písm. c) bod 2 definuje obzvlášť zraniteľnú obeť, za ktorú je považovaná aj osoba staršia ako 75 rokov. Zákon č. 300/2005 Z. z. Trestný zákon vymedzuje v § 127 ods. 3 osobu vyššieho veku, ktorou je v zmysle uvedeného ustanovenia osoba staršia ako šesťdesiat rokov, pričom takáto osoba je považovaná v zmysle ustanovenia § 139 ods. 1 písm. e) za chránenú osobu. Zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách v § 12 ods. 1 písm. c) špecifikuje druh sociálnej služby poskytovanej osobe, ktorá dovŕšila dôchodkový vek. V Slovenskej republike presná hranica dôchodkového veku stanovená nie je a závisí od počtu odpracovaných rokov, či vychovávaných detí. Podmienky dôchodkového veku upravuje zákon č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení.

Seniori ako zraniteľná skupina

Seniori v súčasnej dobe predstavujú, v súvislosti s bezpečnostnými hrozbami jednu z najzraniteľnejších skupín obyvateľstva. Ide o heterogénnu skupinu osôb s rôznorodými potrebami a schopnosťami. Táto skupina sa vyznačuje špecifickými charakteristikami, ktoré môžu zvyšovať ich zraniteľnosť voči rôznym formám ohrozenia. Ich zraniteľnosť vyplýva z kombinácie viacerých faktorov. Spoločenské, biologické, zdravotné, psychické aj ekonomické zmeny, ktoré sprevádzajú starnutie, môžu prispievať k vyššej pravdepodobnosti, že sa seniori stanú terčom protiprávnej činnosti.

Každá obeť na základe svojich osobnostných vlastností, prejavov správania, sociálnej pozície, role či statusu zohráva pri vzniku a priebehu trestného činu určitú úlohu, pričom miera zaangažovanosti obete na trestnom čine môže byť rôzna. (Dianiška a kol., 2022)

U seniorov páchatelia zneužívajú ich nezriedkavú sociálnu izoláciu, telesnú indispozíciu, psychickú labilitu, obmedzený pohyb, či denné stereotypy. A práve stereotypné spôsoby správania i obmedzená sociálna komunikácia znásobujú do veľkej miery pocit izolácie, a tým uľahčujú páchateľom páchanie trestnej činnosti. (Kuchta, 1999)

Bežnú interakciu s okolitým svetom zoslabuje i neistota, ktorú vyvoláva spomalenosť, skreslenosť, aj úbytok informácií získaných z organizmu aj z okolitého prostredia. (Kováč, 2013)

Psychologický dopad kriminálneho činu na obeť je veľký, dokáže zraniť obeť viac ako materiálne škody a proces vyrovnania sa s takouto negatívnou kriminálnou skúsenosťou je zložitý, protirečivý a má individuálny charakter. Obeť prežíva ujmu rôznou intenzitou, v rôznych podobách a dĺžke trvania. (Dianiška a kol., 2022) Spočiatku nie je ani schopná si uvedomiť, že tomu tak je, že jej niekto ublížil, že toho bol schopný. Potom nastupuje krutá realita, plné uvedomenie si, že je to pravda, že ide o skutočnosť nezvratnú, že nič sa nedá vrátiť späť, že ide o stav, ktorý navždy mení prítomnosť i budúcnosť s vedomím, že v tej chvíli vlastne nevie, ani ako. Je zmätená, neistá, dostavujú sa pocity zúfalstva, beznádeje a je na pokraji nervového zrútenia, pričom v niektorých prípadoch k nemu aj dochádza. (Havrlentová, 2015)

Zraniteľnosť seniorov tak predstavuje komplexný jav, ktorý si vyžaduje systematický prístup zo strany spoločnosti.

Kriminalita páchaná na senioroch ako jedna z bezpečnostných hrozieb

Charakter kriminality páchanej na senioroch je rôznorodý. Ide najmä o majetkovú, násilnú i ekonomickú trestnú činnosť. Je páchaná priamo v domácnosti seniora, inštitúciách, kde je senior umiestnený, na ulici, v online priestore a pod.

Podľa „Údajov o obetiach kriminality vo veku nad 60 rokov" z Evidenčno-štatistického systému kriminality Ministerstva vnútra Slovenskej republiky, v roku 2025 bolo v Slovenskej republike zistených celkovo 37 495 trestných činov, pričom pri 2570 z nich bol obeťou senior, čo predstavuje 6,85 %. Pokiaľ ide o jednotlivé druhy kriminality spáchanej na osobe nad 60 rokov, v rámci násilnej kriminality došlo k 894 trestným činom, v rámci majetkovej kriminality to bolo 535 trestných činov, v rámci mravnostnej kriminality bolo evidovaných 20 trestných činov, ostatnú a zostávajúcu tvorilo 229 trestných činov a ekonomickú kriminalitu 892 trestných činov, pri ktorých bol obeťou senior. Najpočetnejším konkrétnym trestným činom spáchaným na senioroch bol trestný čin podvodu podľa § 221 zákona č. 300/2005 Z. z. Trestný zákon. Takto okvalifikované protiprávne konanie bolo až v 855 prípadoch, čo predstavuje zo všetkých trestných činov spáchaných na senioroch až tretinu, konkrétne 33,27%.V rámci modus operandi boli u niektorých z týchto evidovaných trestných činov podvodu zo strany páchateľa použité na uvedenie obete do omylu i rôzne legendy. Najčastejšou legendou, ktorú páchatelia využili bola legenda tzv. „falošný policajt", a to v 101 prípadoch, legenda „vnuk" bola použitá v 64 prípadoch, legenda „služba" v 6 prípadoch, „iná" legenda v 44 prípadoch. (MV SR)

Bezpečnostné hrozby v súvislosti s podvodmi

Podvod je teda trestný čin, ktorému seniori, podľa údajov zo štatistík, čelili v roku 2025 najčastejšie. Páchatelia neustále prichádzajú s novými spôsobmi páchania tejto protiprávnej činnosti, objavujú sa stále nové legendy, prostredníctvom ktorých oslovujú seniorov a zneužijúc ich životnú situáciu, nepriaznivý zdravotný stav a iné okolnosti, ich pripravujú o úspory.

Táto protiprávna činnosť sa čoraz viac presúva do virtuálneho prostredia. S rozvojom informačných technológií sa seniori čoraz častejšie stretávajú aj s kybernetickými hrozbami. K tradičným praktikám sa pridávajú nové, sofistikovanejšie formy podvodov realizované cez e-maily, sociálne siete a ďalšie digitálne platformy, ktoré zneužívajú nedostatočnú digitálnu gramotnosť seniorov a obmedzené skúsenosti s modernými technológiami. Mechanizmy týchto praktik sú založené na psychologickom nátlaku a cielene využívajú pocity osamelosti, neistoty, čím sa zvyšuje pravdepodobnosť, že seniori sa stanú obeťami podvodov a finančného zneužitia (Hupková, Kucharová, Sejčová 2020). Napriek nízkej digitálnej gramotnosti sú seniori aktívnymi používateľmi internetu, mobilných zariadení, či sociálnych sietí. Online prostredie zároveň umožňuje anonymitu páchateľov, čo znižuje pravdepodobnosť ich odhalenia. Medzi najčastejšie hrozby patrí snaha získať citlivé údaje prostredníctvom podvodných e-mailov alebo správ. Seniori môžu byť tiež cieľom telefonických podvodov, pri ktorých páchateľ predstiera rôzne situácie, s cieľom uviesť seniora do omylu a získať jeho finančné prostriedky.

Seniori sú oslovovaní telefonicky, prostredníctvom sociálnych sietí, mailovou komunikáciou a podľa inštrukcií páchateľov aj finančné prostriedky majú zasielať elektronicky priamo na uvedené čísla účtov, resp. páchateľom poskytnú prístup do svojho účtu prostredníctvom sprístupnenia či už prihlasovacích údajov alebo prostredníctvom údajov z platobnej karty. Páchatelia sa predstavujú ako poštoví kuriéri, pracovníci bánk či rôznych iných inštitúcií, lekári, policajti, a pod. Rovnako nebezpečné sú aj online podvody spojené s falošnými internetovými obchodmi alebo investičnými ponukami. V poslednom období sú zaznamenávané aj prípady, keď je seniorom ponúkaná so strany páchateľov možnosť investovania do kryptomien. Prostredníctvom zdanlivého nákupu kryptomeny, ktorý ponúkne „sprostredkuje" páchateľ a pri ktorom sú páchateľom uvedení do omylu, prichádzajú o finančné prostriedky. Prípadne sú páchateľmi telefonicky oslovovaní, že už sú majiteľmi kryptomeny a za účelom vyplatenia

finančných výnosov majú sprístupniť údaje k svojmu účtu, pričom ale páchatelia z tohto účtu prevedú finančné prostriedky seniora na svoje účty. Novým fenoménom v roku 2025 sa stala legenda „vyšetrovateľ a pracovník Národnej banky Slovenska“. Páchatelia kontaktujú obete na mobil a následne vyžadujú komunikáciu prostredníctvom internetových aplikácií. Tvrdia, že bankový účet bol napadnutý a „expert Národnej banky Slovenska“ osobne prevezme finančné prostriedky, o čom im vydá i písomné potvrdenie. Poškodení sú inštruovaní, aby vybrali peniaze z účtu a na určenom mieste ich odovzdali „expertovi Národnej banky“. V niektorých prípadoch dokonca obete presvedčia, aby si vzali úver a peniaze odovzdali páchateľom. (P PZ, 2025)
Podvody na senioroch ako jednu z kľúčových hrozieb identifikuje aj Národné strategické hodnotenie kriminálnych hrozieb v Slovenskej republike – SK SOCTA 2024. (P PZ, 2025) Ide o strategický materiál, ktorý hodnotí nedávne, súčasné a budúce hrozby závažnej a organizovanej kriminality.

Skúsenosti z praxe

Na základe skúseností a prípadov z praxe pri realizácii preventívnych aktivít alebo samotného vyšetrovania tejto protiprávnej činnosti je možné skonštatovať, že mnohí seniori stále podceňujú situáciu, vôbec si nepripúšťajú možnosť, že by boli v ohrození a mohli sa stať obeťou, dokonca sú presvedčení, že im sa to nikdy nemôže stať. Pri osobnom kontakte so seniormi je z ich strany veľmi častým aj zdôvodnenie, že majú zabezpečený vstup na dvor, či zamknuté vchodové dvere do príbytku a aj, že ich „stráži“ pes. Títo seniori si zrejme ešte stále neuvedomujú, že spôsoby podvodného konania páchateľov sa menia a prípady, kedy páchateľ trestnej činnosti „zvoní“ priamo pri dverách, predstavuje sa ako zamestnanec elektrární, vodární, predajca a pod., a teda stojí zoči – voči seniorovi sú už zriedkavejšie.

Prevencia a ochrana seniorov

Z dôvodu ochrany seniorov, zvyšovania ich bezpečnosti, predchádzania protiprávnej činnosti na nich páchanej a iným nežiadúcim spoločenským javom je nevyhnutné neustále reagovať na aktuálne i novovznikajúce bezpečnostné hrozby, navrhovať a prijímať opatrenia smerujúce k ich eliminácii v čo najväčšej možnej miere. Nedostatočná informovanosť seniorov o týchto rizikách zvyšuje ich zraniteľnosť
Jedným zo spôsobov, ako dosiahnuť želaný stav, je bezpochyby edukácia seniorov. Bez ohľadu na meniace sa kritériá spoločenského pohľadu na význam edukácie seniorov, faktom je, že výchova a vzdelávanie tejto skupiny obyvateľstva predstavuje integrálnu súčasť procesu celoživotného učenia (sa). (Čoraničová, 1998) Dôležitým a nezanedbateľným faktom je aj skutočnosť, že seniori trávia čas v spoločnosti ďalších ľudí, čo má pozitívny vplyv na ich duševné zdravie. Vzdelávaním nadobúdajú nové znalosti, poznajú svoje práva, povinnosti, rozširujú si vedomosti, lepšie selektuje informácie. Vzdelávanie vedie aj k zlepšovaniu kvality života, či už socializáciou, sebarealizáciou, uznaním v spoločnosti, v rodine. Prehlbuje právne vedomie, čo môže ovplyvniť mieru kriminality páchanej na senioroch. (Marczyová, 2023)
Edukácia v séniu a vo vzťahu k séniu je predmetom štúdia geragogiky. (Čoraničová, 2007) Primárnym cieľom geragogickej praxe je stabilizácia, socializácia, kultivácia a rozvoj osobnosti dospelého človeka v seniorskom veku prostredníctvom ďalšieho profesijného, občianského a záujmového vzdelávania, sociálno-výchovnej starostlivosti a kultúrno-osvetovej činnosti, pričom ciele edukácie musia byť vnímané komplexne, preto by mali zahŕňať ako individuálne, tak aj spoločenské potreby a požiadavky. (Határ, 2011)
Snaha o aktivizáciu seniorov by mala rešpektovať individuálne možnosti a priania každého človeka, keďže starnutie u každého jedinca prebieha individuálne, má svoje špecifiká, ktoré je potrebné zohľadňovať. Efektívne vzdelávanie plne zohľadňujúce a rešpektujúce zmeny, ktoré sprevádzajú proces starnutia, či už v oblasti biologickej, psychickej i sociálnej. Na tieto skutočnosti by mal reflektovať aj okruh a zameranie edukačných aktivít.

Prevencia kriminality páchanej na senioroch si vyžaduje systematický prístup zo strany štátu, verejných inštitúcií i súkromného sektora. Pre efektívnu prevenciu je kľúčová aktívna spolupráca medzi inštitúciami.

Samosprávy a inštitúcie poskytujúce sociálne služby môžu do veľkej miery prispieť organizovaním vzdelávacích podujatí, prednášok a komunitných aktivít. Dôležitú úlohu zohráva Policajný zbor Slovenskej republiky, ktorý realizuje rôzne preventívne aktivity a kampane (napr. Bezpečná jeseň života; Seniori, zbystrite pozornosť; prednášky a besedy) zamerané na informovanie seniorov o rizikách a hrozbách v záujme zvyšovania ich povedomia a bezpečnosti. Seniori by mali byť informovaní o najčastejších formách podvodov a o spôsoboch, ako sa pred nimi chrániť. Dôležité je aj posilňovanie ich schopností rozpoznávať rizikové situácie a vedieť na ne adekvátne reagovať. Nedostatočná informovanosť seniorov o týchto rizikách vedie k zvyšovaniu ich zraniteľnosti

Nezastupiteľnú úlohu pri ochrane seniorov zohrávajú rodina a komunita. Pravidelný kontakt s blízkymi osobami môže znížiť riziko sociálnej izolácie a zároveň umožňuje včas identifikovať potenciálne hrozby a problémy. Komunitné aktivity, ako sú kluby seniorov alebo dobrovoľnícke programy, podporujú sociálnu integráciu a zvyšujú pocit bezpečia.

K posilňovaniu sociálnych väzieb a zvýšeniu pocitu bezpečia seniorov môže prispieť i medzigeneračná spolupráca. Medzigeneračné učenie je prostriedkom i nástrojom dosahovania a rozvoja medzigeneračnej solidarity, rovnako ako aj rodinná výchova či edukácia seniorov. Môžeme teda hovoriť a uvažovať o medzigeneračnej solidarite v kontexte rodinných vzťahov, alebo mimo nich, v spoločnosti ako takej. Niet pochýb o tom, že staršia generácia prostredníctvom interakcií s mladšou generáciou odovzdáva aj hodnoty solidarity. Medzigeneračná solidarita vlastne umožňuje, aby generácie navzájom dokázali spolupracovať s cieľom dosiahnuť obojstranný úžitok a prínos. (Jedličková, 2014)

Záver

Bezpečnostné hrozby v oblasti páchania podvodných konaní zameraných na seniorov sa neustále vyvíjajú a tradičné formy kriminality sú doplňované, resp. nahrádzané novými. Seniori predstavujú významnú a zároveň zraniteľnú skupinu obyvateľstva, ktorá si vyžaduje osobitnú pozornosť v oblasti bezpečnosti. Ich zraniteľnosť vyplýva z kombinácie viacerých faktorov, ktoré zvyšujú riziko viktimizácie. Kľúčovým prvkom ochrany seniorov je kombinácia inštitucionálnych opatrení, vzdelávania a podpory zo strany rodiny a komunity. Do budúcnosti je potrebné zamerať sa na podporu systematického vzdelávania seniorov, posilňovanie komunitných väzieb a efektívnejšiu spoluprácu medzi jednotlivými aktérmi prevencie.

Zvyšovanie povedomia, posilňovanie digitálnych zručností a budovanie bezpečného sociálneho prostredia predstavujú základné piliere efektívnej prevencie. Vzhľadom na pokračujúce starnutie populácie bude táto problematika aj naďalej nadobúdať na význame.

Literatúra

ČORANIČOVÁ, R. 1998. *Edukácia seniorov*. Bratislava: Univerzita Komenského. 156 s. ISBN 80-223-1206-1.

ČORANIČOVÁ, R. *Geragogika ako teória edukácie seniorov a edukácie vo vzťahu k séniu (formovanie, terminológia, definícia, status).* Dostupné na: file:///C:/Users/stanl/Downloads/Geragogika_jako_teoria_edukacji_sen-3.pdf.

DIANIŠKA, G., STRÉMY, T., VRÁBLOVÁ, M. a kol. 2022. *Kriminológia*. 4. vyd. Plzeň: Aleš Čeněk, 2022. 413 s. ISBN 978-80-7380-891-4.

HATÁR, C. 2011. Geragogika – tretí pilier výchovovedy. In: *Lifelong Learning – celoživotní vzdělávání*, 2011, roč. 1, č. 1, s. 77–91. ISSN 1804-536X.

HAVRLENTOVÁ, D. 2015. Obeť z pohľadu psychológie. In: KURUC, Peter. (ed.) *Obete kriminality a ich práva*. 1. vydanie, Žilina: Spoločnosť pre trestné právo a kriminológiu, 2015, 285 s. ISBN: 978-80-971911-0-8.
HUPKOVÁ, I., KUCHÁROVÁ, B., SEJČOVÁ, Ľ. 2020. Prevencia v praxi: látkové a nelátkové závislosti. Bratislava: Národné osvetové centrum, 2020. 42 s. ISBN 978-80-7121-365-9.
JEDLIČKOVÁ, P. 2014. *Proseniorská výchova v rodinách a inštitucionalizácia seniorov.* Nitra: Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre, 2014. 75 s. ISBN 978-80-558-0667-9.
KOVÁČ, D. 2013. *Umne starnúť.* Bratislava: VEDA, vydavateľstvo Slovenskej akadémie vied, 2013. 180 s. ISBN 978-80-224-1280-3.
KUCHTA, J. a kol. 1999. *Kriminologie.* I. část. Brno: Masarykova univerzita, 1999. 131 s. ISBN 80-210-2204-3.
MARCZYOVÁ, K. 2023. Edukácia seniorov ako forma prevencie kriminality. In: KIŠŠOVÁ, M., ONDICOVÁ, M. (eds.) *Prevencia kriminality – výzva spoločnosti a Terciárna prevencia v širšom sociálnom kontexte. Zborník príspevkov z medzinárodnej vedeckej konferencie konanej v dňoch 06. a 07. decembra 2022 v Bratislave.* Bratislava: Akadémia PZ, 2023. s. 66 – 75. ISBN 978-80-8054-991-6.
MIKLÁŠOVÁ, K. 2010. *Životný štýl seniora 21. storočia*. Dostupné na: https://paidagogos.net/issues/2010/2/3/article.php.
Polícia koná proti podvodom páchaným na senioroch zaužívanými legendami. Dostupné na: https://www.minv.sk/?tlacove-spravy-2&sprava=policia-kona-proti-podvodom-pachanym-na-senioroch-zauzivanymi-legendami.
PREZÍDIUM POLICAJNÉHO ZBORU. 2025. *Národné strategické hodnotenie kriminálnych hrozieb – SK SOCTA 2024.* Bratislava: Prezídium PZ, 2025. 39 s.
ŠTATISTICKÝ ÚRAD SLOVENSKEJ REPUBLIKY. 2025. *Slovenská republika v číslach 2025*. Bratislava: Štatistický úrad SR, 2025. ISBN 978-80-8121-999-3.
Zákon č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení v znení neskorších predpisov
Zákon č. 300/2005 Z. z. Trestný zákon v znení neskorších predpisov.
Zákon č. 274/2017 Z. z. o obetiach trestných činov a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov.
Zákon č. 448/2017 Z. z. o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní (živnostenský zákon) v znení neskorších predpisov.

ТРЕНІНГОВІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ДІЛОВОГО СПІЛКУВАННЯ СТУДЕНТІВ-ЕКОНОМІСТІВ

TRAINING TECHNOLOGIES AS A MEANS OF FORMING THE BUSINESS COMMUNICATION CULTURE OF ECONOMICS STUDENTS

Stanislava Prykhodko
PhDr., PhD in Pedagogy
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-3853-529X
Department of Foreign Languages
Kharkiv National Automobile and Highway University
Yaroslav Mudry st., 25, Kharkiv, 61002, Ukraine
morgan.ns777@gmail.com

Inha Semenenko
PhDr., PhD in Pedagogy
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-5987-5168
Department of Language Training
Kharkiv National Automobile and Highway University
Yaroslav Mudry st, 25, 61002 Kharkiv, Ukraine
inga.semenenko@ukr.net

Анотація: Формування культури ділового спілкування потребує окремої уваги та вивчення, оскільки професійна освіта передбачає не тільки оволодіння знаннями та навичками для виконання конкретної професійної діяльності, а ще й високий загальнокультурний рівень, широкий професійний світогляд, які формують вміння творчо та продуктивно розв'язувати завдання. Враховуючи сучасні освітні реалії, потрібно використовувати можливості засобів інформаційно-комунікативних технологій, що створює сучасне цифрове навчальне середовище, яке дає можливість застосування в навчальному процесі тренінгових технологій, спрямованих на формування культури ділового спілкування студентів-економістів. У статті наводиться досвід використання сучасних тренінгових технології на заняттях з української мови як мови професійного спілкування студентів-економістів.

Ключові слова: Культура ділового спілкування. Цифрове освітнє середовище. Тренінгові технології. Українська мова як мова професійного спілкування.

Abstract: The formation of a business communication culture requires specific attention and study, as professional education entails not only the mastery of knowledge and skills for performing specific professional activities but also a high general cultural level and a broad professional outlook, which form the ability to solve tasks creatively and productively. Considering modern educational realities, it is necessary to utilize the capabilities of information and communication technology tools, which create a modern digital learning environment. This environment enables the application of training technologies in the educational process aimed at forming the business communication culture of economics students. The article presents the experience of using modern training technologies in classes on Ukrainian as a language of professional communication for economics students.

Keywords: Business communication culture. Digital educational environment. Training technologies. Ukrainian as a language of professional communication.

Introduction

Сучасне освітнє середовище закладу вищої освіти має бути спрямоване на надання якісної професійної освіти та забезпечувати процес соціалізації, загальнокультурного та професійного розвитку молодої людини, розвиток професійної культури майбутнього фахівця. Сьогодні для закладів вищої освіти важливою і актуальною постає проблема створення високотехнологічного інформаційно-комунікаційного освітньо-наукового середовища, яке відповідає потребам цифрового суспільства, світовим освітнім стандартам і сприяє формуванню інформаційно-комунікаційних компетентностей всіх учасників освітнього процесу від професора до студента. Серед інноваційних технологій, на основі яких у закладах вищої освіти створюється нове цифрове освітнє середовище, де студенти можуть отримати доступ до навчальних матеріалів у будь-який час та в будь-якому місці, є технології електронного (дистанційного, мобільного) навчання, використання яких зробить навчальний процес більш привабливим, демократичним, комфортним і стимулюватиме студентів до самоосвіти та навчання протягом усього життя. Сучасне освітнє середовище у цифровому форматі надає безліч можливостей для побудови ефективного навчального процесу для студентів, створюючи всі умови для формування і розвитку в них професійних компетентностей і професійних комунікативних навичок, що сприятиме професійній самореалізації та самовдосконаленню у майбутньому.

Theoretical Foundations of the Problem

Професійна діяльність фахівця економічного профілю пов’язана із великою кількістю ділових контактів, комунікації з клієнтами, пошуком партнерів для взаємодії, що вимагає сформованої професійної культури. Однією зі складових професійної культури є вміння суб’єкта діяльності вести ділове спілкування на основі рівноправної взаємодії з діловими партнерами, яке ґрунтується на особливій логіці, психології, етиці та діловому етикеті, що підвищує його конкурентоспроможність і престиж.

Питання професійної культури є предметом дослідження вчених різних наукових галузей: педагогів, психологів, філософів, соціологів, менеджерів тощо. Л. Кайдалова визначає професійну культуру як високий рівень професійної підготовки, її якість, зазначаючи, що високий стан загальної культури суспільства, нації забезпечує належну освіту і професійну культуру (Кайдалова, 2025). В. Зливков, С. Лукомська стверджують, що професійна культура полягає у піднесенні професійної діяльності кожної людини до загальних норм виконання певного виду праці та є важливим показником соціальної зрілості особистості (Зливков, Лукомська, 2022).

Культура ділового спілкування як складова професійної культури з’явилася в результаті відгалуження менеджменту, коли спілкування лише на рівні підпорядкованості розглядалося як внутрішньофірмовий менеджмент, спілкування лише на рівні горизонтальних, тобто партнерських зв’язків – як міжфірмовий менеджмент, а згодом трансформувалося на поняття «спілкування ділових партнерів». Ділове спілкування є необхідною частиною людського життя, найважливішим видом відносин із іншими людьми. Залежно від того, як людина розуміє моральні норми, який зміст в них вкладає, якою мірою вона їх враховує у спілкуванні, вона може як полегшити собі ділове спілкування, зробити його ефективнішим, допомогти у вирішенні поставлених завдань і досягнення цілей, так і ускладнити це спілкування і навіть зробити його неможливим.

Процес формування культури ділового спілкування студентів-економістів є довготривалим і складним, оскільки пов’язаний, по-перше, із забезпеченням професійної підготовки фахівців, яка буде охоплювати не тільки оволодіння знаннями, уміннями і навичками у межах освітнього процесу, а й спрямовувати позанавчальну діяльність студентів на самовдосконалення і розвиток професійної культури; по-друге, із наявністю

певного освітнього середовища і створенням відповідних умов, в яких можна досягти позитивного результату.

Methodological Part of the Article

Метою нашої статті є дослідження можливостей засобів інформаційно-комунікативних технологій, що надає сучасне цифрове навчальне середовище, а саме, наприклад, система Moodle, із застосування в навчальному процесі тренінгових технологій, спрямованих на формування культури ділового спілкування студентів-економістів. Для досягнення цієї мети нами проаналізовано та презентовано досвід використання сучасних тренінгових технології на заняттях з української мови як мови професійного спілкування студентів-економістів.

У статті для дослідження використання тренінгових технологій з метою оволодіння студентами економічного профілю вміннями і навичками професійної взаємодії та культури ділового спілкування нами використано комплекс методологічних підходів, що включає компаративний аналіз та системний підхід, а з метою деталізації теоретичних положень і презентації практичних наробок за темою – метод аналізу конкретних ситуацій і аналітико-рефлексивний метод.

Text of the Actual Research

Тренінгові технології – це поєднання комплексу активних методів та форм організації взаємодії учасників (ділові, рольові ігри, кейси, групова дискусія, мозковий штурм, аналіз ситуацій та ін.), які спрямовані на набуття певних умінь, навичок, досвіду, особистісне та професійне вдосконалення. Тренінгові технології реалізуються в ході проведення тренінгу. У найбільш загальному вигляді тренінг являє собою спеціально організоване навчання, яке здійснюється шляхом використання відповідних вправ (завдань, дій, ігор, ситуацій та ін.) з метою формування нових та вдосконалення наявних умінь і навичок, підвищення ефективності тих чи інших видів діяльності (Мілорадова, 2020). При проведенні тренінгу використовуються техніки, вибір і поєднання яких залежить від мети, завдань, змісту діяльності (навчальної, професійної) та спрямованості на психологічну сферу особистості (інтелектуальну, емоційну, вольову, комунікативну).

На думку О. Кокун (Кокун, 2012), використання тренінгів як способу підготовки майбутніх фахівців до професійної діяльності дозволяє реалізувати такі функції: 1) освітню – розвиток спеціальних професійних знань і навичок; 2) інформаційну – передача інформації, що допомагає розширити уявлення про професійну діяльність, орієнтуватися в професійному середовищі; 3) мотиваційну – зміна установок працівників та стимулювання професійної мотивації; 4) комунікативну – розвиток комунікативних умінь та навичок, вдосконалення моделей міжособистісних та професійних комунікацій.

Вибір тренінгових технологій для формування культури ділового спілкування студентів-економістів обумовлений низкою положень. Реалізація тренінгових технологій дозволяє здійснювати розвиток вмінь і навичок міжособистісної професійної взаємодії та комунікації, формувати моделі поведінки та ділового спілкування, набувати досвіду здійснення професійної діяльності, підвищувати мотивацію та інтерес до професії. Також використання тренінгових технологій дозволяє варіативно використовувати комплекс інтерактивних методів (ігрових, неігрових, діалогічних, ситуаційних та ін.) і технік відповідно до мети і потреб професійної діяльності у контексті формування професійної культури майбутніх економістів.

Для сприяння формуванню культури ділового спілкування нами було розроблено комплекс активних методів та форм організації взаємодії учасників (рольові ігри, кейси, групова дискусія, мозковий штурм, тренінгові вправи, аналіз ситуацій та ін.). Метою його було підвищення обізнаності студентів про особливості та умови професійної

діяльності; підвищення мотивації та інтересу студентів до професійної діяльності; формування ціннісних орієнтирів, стійких етичних принципів і норм, зміцнення активної професійної позиції; формування професійно важливих комунікативних якостей; удосконалення і формування комунікативних умінь і навичок.

Комплекс тренінгових технологій був запроваджений нами у процесі вивчення наступних тем: «Професійна діяльність фахівця економічного профілю», «Морально-етичні засади професійної діяльності економіста», «Культура професійного спілкування фахівця-економіста», «Професійно важливі комунікативні якості фахівця економічного профілю», «Формування професійно-етичних навичок ділового спілкування економіста».

Головними завданнями тренінгових вправ були педагогічна діагностика рівня сформованості професійної культури студентів, визначення етапів професійного шляху і професійного становлення особистості, розробка індивідуальної програми самовдосконалення кожним студентом (вправа «Правила», вправа «Очікування», вправа «Декларація самоцінності», вправа «Хто я такий?»); підвищення рівня професійно-етичних знань студентів, визначення морально-етичних вимог до професійних та особистих якостей фахівця, формування моральних якостей студентів (самодіагностика, case-study); визначення особливостей професійного спілкування фахівця економічного профілю, відпрацювання власних стратегій і тактик ефективної поведінки майбутньої професійної діяльності, підвищення рівня емпатії, розвиток комунікативних умінь і навичок (брейнстормінг, анкетування, вправи на розвиток умінь передкомунікативного орієнтування, умінь контактувати, вправи на розвиток навичок мовного спілкування (вправи «Уточнення інформації», «Підтвердження», «Розрядження», «Формулювання «Я-висловлювань», «Правила діалогічної взаємодії»); формування комунікативних, організаторських якостей; розвиток навичок рефлексії, самовиховання і самовдосконалення (групові дискусії «Професійно важливі якості фахівця та шляхи їх удосконалення», «Комунікативні уміння професійного спілкування», «Конфлікти в процесі професійного спілкування», «Універсальні методи вирішення конфліктів»); оцінка розвитку професійно важливих комунікативних якостей (виконання мовленнєвих вправ, комунікативно-ситуативних завдань та кейсів); відпрацювання власних стратегій і тактик ефективної поведінки у професійної діяльності (комунікативні вправи «Передати одним словом», «Бесіда», «Знаменитості») та ін.

У процесі здійснення тренінгових технологій активно використовувалося рольове програвання ситуацій професійної діяльності (ділові та рольові ігри «Навчитися ділового спілкування», «Засоби професійного розвитку: професійна рефлексія, аналіз і самоаналіз, професійна інтуїція», «Конфлікт на фірмі» тощо), написання ессе («Моя майбутня професійна діяльність: плюси і мінуси», «Мої життєві і професійні цінності», «Морально-етичні норми ділового спілкування», «Роль емпатії в процесі професійного спілкування», «Саморозвиток спеціаліста в процесі професійного спілкування», «Конфлікти в процесі професійного спілкування», «Стилі поведінки в конфліктній ситуації», «Професійно важливі комунікативні якості фахівця» та ін.), ведення щоденника самопізнання і саморозвитку, складання програми вдосконалення професійно-етичної культури для досягнення професійного АКМЕ, самотестування (діагностика саморегуляції и комунікативного контролю (М. Шнайдер), рівня емпатії (В. Бойко), комунікативних і організаторських схильностей (КОС), діагностика типових способів поведінки в конфліктних ситуаціях (Тест Томаса)); складання за результатами тестування свого психолого-комунікативний портрета; визначення сформованості у себе професійно важливих комунікативних якостей і шляхів підвищення власних навичок професійного спілкування. обговорення рефлексії змін, які відбулися з кожним учасником під час занять; підготовка мікровиступів для групового обговорення («Етапи

і закономірності становлення і розвитку професіонала», «Самореалізація в професійній діяльності»; «Шляхи професійного самовдосконалення» та ін.).

Discussion

За результатами впровадження тренінгових технологій нами експериментально підтверджена ефективність запровадженого в навчальному процесі на заняттях з «Української мови як мови професійного спілкування» комплексу заходів, спрямованих на оволодіння студентами вміннями і навичками професійної взаємодії та ділової комунікації з дотриманням цінностей, норм і правил етики фахівця економічного профілю, що позитивно впливає на формування культури ділового спілкування та професійної культури.

Отже, враховуючи сучасні реалії, спрямовані на підготовку в закладі вищої освіти фахівця, здатного не тільки здійснювати професійну економічну діяльність, а й вміти професійно взаємодіяти з оточенням, знати норми та правила професійної етики, ділового спілкування та мовленнєвого етикету, можна стверджувати, що цифрове освітнє середовище створює нові високотехнологічні умови навчання, яке відповідає потребам інформаційного суспільства та сприяє формуванню інформаційно-комунікативних компетентностей всіх учасників освітнього процесу; культура ділового спілкування підвищує загальний рівень професійної культури майбутнього фахівця-економіста та сприяє подальшому професійному розвитку та самореалізації в трудовій діяльності.

Conclusion

Одним з найбільш ефективних методів формування культури ділового спілкування є використання тренінгових технологій, які поєднують комплекс інтерактивних видів навчальної діяльності та спрямовані на особистісне та професійне вдосконалення. Впровадження тренінгових технологій у процесі викладання дисципліни «Українська мова як мова професійного спілкування» показало інтенсивну позитивну динаміку в рівнях сформованості культури ділового спілкування, що доводить правильність вибору педагогічний дій для формування культури ділового спілкування майбутніх бакалаврів економічного профілю.

References

КАЙДАЛОВА, Л. (2025). Педагогічна комунікація у цифровому середовищі закладу вищої освіти. Наукові записки. Серія: Педагогічні науки. 220. С. 42-46.

ЗЛИВКОВ, В. Л., ЛУКОМСЬКА, С. О. (2022). Сучасні тренінгові технології розвитку особистості в освіті. Київ. 184 с.

МІЛОРАДОВА, Н. Е. (2020). Застосування тренінгових технологій у професійній підготовці слідчих (на прикладі тренінгу «Психологія допиту»). Юридична психологія. 1(26). С. 62-69.

КОКУН, О. М. (2012). Психологія професійного становлення сучасного фахівця : монографія. Київ: Інформ.-аналіт. Агенство. 200 с.

ТИЩЕНКО, Ю., ІВАСІВ, О., ДУБІНА, С. (2020). Управління різноманіттям. Посібник з організації тренінгів / за заг. ред. Ю. Тищенко. Київ : ФОП Харченко. 100 с.

USPOŘÁDÁNÍ UČIVA INTEGRACÍ JAKO PŘÍSPĚVEK K PREVENCI RIZIK ŠKOLNÍHO NEÚSPĚCHU A VZDĚLÁVACÍ ZRANITELNOSTI

ORGANIZING CURRICULUM CONTENT THROUGH INTEGRATION AS A CONTRIBUTION TO THE PREVENTION OF RISKS OF SCHOOL FAILURE AND EDUCATIONAL VULNERABILITY

Alena Rakoušová
PhDr. Mgr.
ORCID: https://orcid.org/0009-0003-7851-7237
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti
Hovorčovická 1281/11
182 00 Praha 8, Česká republika
alena.rakousova@seznam.cz

Abstrakt: Příspěvek se zabývá integrací vzdělávacího obsahu jako jednou z možností prevence rizik školního neúspěchu a vzdělávací zranitelnosti žáků. Pozornost je zaměřena na integrované slovní úlohy, které propojují více obsahových složek učiva a mohou podporovat porozumění souvislostem. Empirická část sleduje změnu žákovského hodnocení pojmu „slovní úlohy“ u žáků 5. ročníku základní školy. Data byla získána pomocí sémantického diferenciálu ve vstupním a výstupním měření a vyhodnocena Wilcoxonovým párovým testem. Výsledky ukázaly statisticky významnou změnu hodnocení slovních úloh. Zjištění naznačují, že promyšlené uspořádání učiva prostřednictvím integrace může přispívat k příznivějšímu vztahu žáků k náročným oblastem školního učení.

Klíčová slova: Integrace učiva. Prevence. Slovní úlohy. Školní neúspěch. Vzdělávací zranitelnost

Abstract: The paper focuses on the integration of curriculum content as one possible contribution to the prevention of risks related to school failure and educational vulnerability. Attention is paid to integrated word problems, which connect several content components and may support pupils’ understanding of broader relationships. The empirical part examines changes in fifth-grade pupils’ evaluation of the concept of “word problems”. Data were collected through a semantic differential in pre-test and post-test measurements and evaluated using the Wilcoxon signed-rank test. The results showed a statistically significant change in pupils’ evaluation of word problems. The findings suggest that a thoughtful organization of curriculum content through integration may contribute to a more favourable pupil relationship to demanding areas of school learning.

Keywords: Curriculum integration. Educational vulnerability. Prevention. School failure. Word problems

Úvod

Školní neúspěch představuje komplexní jev, který neovlivňuje pouze vzdělávací výsledky žáků, ale zasahuje i jejich další školní i mimoškolní fungování. Z tohoto pohledu se prevence školního neúspěchu stává důležitým úkolem školy. Jednou z možností, jak těmto rizikům předcházet, je promyšlená práce s obsahem učiva a jeho smysluplné uspořádání.

Příspěvek se zaměřuje na integraci obsahu učiva jako jeden z nástrojů, který může přispět ke snížení rizik školního neúspěchu a vzdělávací zranitelnosti žáků. Pozornost je věnována zejména roli integrovaných úloh, které propojují více obsahových složek, podporují

porozumění souvislostem a umožňují žákům pracovat s učivem v širším kontextu. Text vychází z předpokladu, že vhodně strukturované a integrované učivo může přispět nejen k lepšímu porozumění, ale i k příznivějšímu žákovskému vnímání školních úloh a ke snížení rizik spojených se školním neúspěchem.

Teoretická východiska řešené problematiky

Podle některých současných autorů představuje školní neúspěšnost významný faktor školního i mimoškolního života dítěte. Školní neúspěšnost významně zvyšuje pravděpodobnost několika mimoškolních rizik. Z tohoto hlediska je proto vhodné těmto rizikům předcházet. Jedná se především následující rizika.

Dítě, které dlouhodobě neprospívá, má vyšší riziko pozdějšího předčasného odchodu ze školy. To pak souvisí s horšími budoucími pracovními vyhlídkami, nižšími příjmy a sociálním vyloučením. (OECD, 2012, s. 13–16). Persistentní absence je spojena s horšími vzdělávacími výsledky a vyšším rizikem školního neúspěchu. Žáci ze socioekonomicky znevýhodněného prostředí jsou téměř dvakrát častěji persistentně absentující. (Education Endowment Foundation. *Attendance context.* Sekce „Why attendance matters“, bez stránkování).

Slabý školní výkon bývá spojen s vyšší psychickou zátěží, nižší životní spokojeností, strachem ze selhání a horším well-being i mimo školu. OECD i CDC spojují školní potíže a slabší školní zakotvení s horšími psychickými a zdravotními ukazateli. (Centers for Disease Control and Prevention).

CDC uvádí opakovaně: rizikové chování souvisí s horšími známkami a nižším dosaženým vzděláním. (Centers for Disease Control and Prevention).

Dítě s dlouhodobým neúspěchem je víc ohrožené izolací, oslabením vztahu ke škole, konflikty, stigmatizací a později i slabší sociální pozicí. U mladých lidí mimo vzdělávání a práci se častěji popisuje sociální vyloučení, problematické vztahy a ztráta sociální opory. (European Centre for the Development of Vocational Training).

Slabý školní výkon a nízká vazba ke škole patří mezi rizikové faktory pro zapojení do delikventních part, násilí a dalších problémů v chování. CDC to uvádí mezi rizikovými faktory youth violence. (Centers for Disease Control and Prevention).

Výzkum popisuje jejich situaci jako kombinaci rizik: slabší školní zakotvení, častější absence, vyšší psychická zátěž a vyšší pravděpodobnost odpojení od vzdělávání. (OECD, 2012, s. 13–16).

Škola nemůže ovlivnit všechny vlivy, avšak, školní neúspěch je vícerozměrný: souvisí i se vztahy ve škole a především s motivací a emocemi. Nejnovější poznatky vycházející z výzkumů odhalují školní neúspěšnost jako nejen výkonový problém, ale i problém zranitelnosti a kumulace rizik. (Costa, A., Moreira, D., Casanova, J., Azevedo, Â., Gonçalves, A., Oliveira, Í., Azevedo, R., & Dias, P. C., 2024, s. 27). Ochranný faktor není jen výkonová podpora, ale vztahovost.

Kvalita vztahu učitel–žák souvisí s akademickým zapojením, nižším podvýkonem a menším rizikem předčasného odchodu ze vzdělávání, zejména u zranitelných skupin. (Di Lisio, G., Halty, A., Berástegui, A., Milá Roa, A., & Couso Losada, A., 2025, bez stránkování). Sociálně-emoční dimenze patří k podstatným součástem školní zranitelnosti. (OECD. *Education GPS – Students' well-being indicators.* Webový indikátor, bez stránkování). Globálně dosahuje minimální úrovně způsobilosti na konci nižšího sekundárního vzdělávání 64 % žáků ve čtení a 51 % v matematice. Na konci primární školy 58 % ve čtení a 44 % v matematice (UNESCO, 2024, s. 28).

Jedna z nejméně snášených oblastí žákovského učení je školská matematika. Nováková a Novotná uvádějí toto: „Na základě naší zkušenosti si dovolujeme tvrdit, že postoj žáků k problematice slovních úloh je spíše negativní. Většinou je považují za obtížné.“ Toto tvrzení je uvedeno na (Novotná, Nováková, *2018*, s. 98). Nechceme s autorkami polemizovat, nakolik

skutečně zkoumaly „postoje“ a nakolik je jejich text terminologicky pedagogicky čistý, nicméně je jasné, že mají žáci ke slovním úlohám nepříznivý vztah zejména kvůli nutnosti převést text na matematický model. Riziko vzniká spíše tehdy, pokud se výuka omezí převážně na typové postupy a nerozvíjí porozumění, interpretaci a hledání různých vztahů, přesahů, propojení a souvislostí. Takovým typem úlohy, který tyto parametry splňuje je integrovaná úloha (Rakoušová, 2008–2013). Integrovaná úloha představuje didakticky konstruovaný typ úlohy, který vyžaduje souběžné uplatnění poznatků, dovedností a vztahů z více obsahových oblastí, nikoli pouze reprodukci jednoho izolovaného učiva. Za integrovanou úlohu považujeme takovou úlohu, jejíž řešení vyžaduje propojení více obsahových prvků, souvislostí nebo vzdělávacích oblastí v jednom úkolu. Je zasazená do obsahově propojené výuky, v níž se učivo nečlení izolovaně podle tradičně oddělených předmětových nebo tematických celků. Při vhodně uplatněné metodice může přinášet výuka integrovaných úloh příznivé efekty na žákovských hodnoticích vztazích (nehovoříme tím o postojích) k těmto úlohám.

Metodologická část příspěvku

Výzkum má charakter kvantitativního pedagogického výzkumu. Jedná se o párové porovnání hodnocení pojmu „slovní úlohy“ stejnými žáky ve dvou měřeních: ve vstupním (září) a výstupním (červen) šetření. „Slovní úloha“ je pojem, který žáci podrobili hodnocení v rámci sémantického diferenciálu. S výsledky bylo pracováno jako se škálou (sedm bodů). Pojem slovní úlohy jsme vybrali z toho důvodu, že bývá žáky chápán jako nejsložitější a nejobtížnější partie školní matematiky a ta potom jako jeden z nejobtížnějších předmětů, který bývá předmětem školního neúspěchu.

Popis

Výzkumný soubor tvořilo 24 žáků třídy 5. ročníku ve školním roce 2015/2016. U každého žáka byly sledovány sedmibodové škály, na kterých posuzovali, jak moc jsou slovní úlohy chápány při vstupním a výstupním měření jako: příjemné x nepříjemné, snadné x těžké, rychlé…., zdlouhavé, činné, veselé, užitečné, uvolněné, propojené, šťastné, zřetelné, vzrušující. Celkové skóre ve vstupním měření bylo 1051 bodů, ve výstupním měření 906 bodů. Rozdíl mezi měřeními byl statisticky ověřen pomocí Wilcoxonova párového testu.

Cíle

Cílem výzkumu bylo zjistit, zda se žákovské hodnocení pojmu „slovní úlohy“ mezi vstupním a výstupním měřením statisticky významně změnilo. Dílčím cílem bylo ověřit, zda je medián rozdílů mezi vstupním a výstupním měřením odlišný od nuly.

Hypotézy

Nulová hypotéza H_0:Medián rozdílů mezi vstupním a výstupním měřením je roven 0.
H_0: medián rozdílů = 0
Alternativní hypotéza H_1:Medián rozdílů mezi vstupním a výstupním měřením není roven 0.
H_1: medián rozdílů $\neq 0$

Metody

Pro vyhodnocení byl použit Wilcoxonův párový test, protože se porovnávaly výsledky stejných žáků ve dvou měřeních. Hladina významnosti byla stanovena na: $\alpha = 0{,}05$

Výpočet ukázal:

- součet kladných pořadí: $W^+ = 193{,}5$
- součet záporných pořadí: $W^- = 59{,}5$
- testová statistika: $T = 59{,}5$

- kritická hodnota: T* = 65

Protože platí: T = 59,5 ≤ 65, nulová hypotéza byla zamítnuta.

Text vlastního zkoumání

Interpretace výsledků výzkumu

Výsledky ukázaly rozdíl mezi vstupním a výstupním měřením. Celkový počet bodů ve vstupním měření činil 1051, zatímco ve výstupním měření 906. Rozdíl mezi měřeními tedy činil 145 bodů.

Statistické ověření pomocí Wilcoxonova párového testu prokázalo, že rozdíl mezi vstupním a výstupním měřením není náhodný na hladině významnosti 0,05.

Na základě výsledku testu lze konstatovat, že existuje dostatek důkazů k tvrzení, že populační medián rozdílů mezi vstupním a výstupním měřením je odlišný od 0.

Jinými slovy: hodnocení pojmu „slovní úlohy“ se mezi oběma měřeními statisticky významně změnilo.

Vlastní zjištění výzkumné části

Výzkumná část ukázala, že mezi vstupním a výstupním měřením existuje statisticky významný rozdíl. Nulová hypotéza, podle které by mezi měřeními nebyl rozdíl, byla zamítnuta.

Z naměřených hodnot je patrné, že výstupní celkové skóre bylo nižší než vstupní. Při interpretaci je také nutné vycházet z toho, co přesně bodová škála znamená. Už z pouhého pohledu na škály je patrné, že platí, že čím nižší skóre je, tím lepší hodnoticí vztah k danému pojmu (slovním úlohám). Ke snížení skóre tedy dochází. Vyšší skóre naopak znamená horší úroveň hodnoticích vztahů ke slovním úlohám.

Samotný Wilcoxonův test potvrzuje existenci rozdílu, nikoli jeho pedagogickou příčinu. Výsledek tedy říká, že mezi vstupem a výstupem nastala statisticky významná změna. Třída byla vyučována po celý rok v integrovaných celcích. Jistou úlohu zde samozřejmě hraje efekt novosti a pouze jednoletá zkušenost s učením slovních úloh v kontextu. V dalším výzkumu se autorka zabývala, zda podobných efektů dosáhne také jiný učitel/učitelka, než autorka výzkumu a po kolika letech dochází ke stagnaci, nebo zhoršení hodnocení slovních úloh, uvážíme-li, že hodnoticí vztahy žáků se nemohou zlepšovat do nekonečna. Bude rovněž nutné zaměřit se do budoucna na počet odučených integrovaných slovních úloh zejména v poměru k ne-integrovaným slovním úlohám, nebo úlohám, které nejsou vyučovány v kontextu. Zároveň je nutné zaměřit se, na míru sepětí průniků učiva při integraci, abychom zjistili, která míra integrace je pro žáky daného věku více motivující, dále jak se na hodnoticích vztazích podílí různá objektivní složitost zadání úloh a jak žáci subjektivně hodnotí obtížnost různých typů úloh atd.

Závěr

Výsledky ukazují, že mezi oběma měřeními došlo ke statisticky významné změně hodnocení pojmu „slovní úlohy“. Protože nižší skóre na použité škále vyjadřovalo příznivější hodnoticí vztah, pokles celkového skóre z 1051 na 906 bodů lze interpretovat jako posun k příznivějšímu hodnocení slovních úloh. Výsledky naznačují, že integrace vzdělávacího obsahu může být jedním z podpůrných prostředků při práci s oblastmi učiva, které žáci vnímají jako obtížné. Zároveň je třeba ověřit, u kterých učitelů je tento způsob práce účinný, za jakých podmínek a proč tomu tak je.

Seznam použité literatury

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. [b. r.]. *Health and Academics* [online]. Dostupné z: https://www.cdc.gov/healthy-schools/health-academics/index.html

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. [b. r.]. *Risk and Protective Factors for Youth Violence* [online]. Dostupné z: https://www.cdc.gov/youth-violence/risk-factors/index.html

COSTA, A., MOREIRA, D., CASANOVA, J., AZEVEDO, Â., GONÇALVES, A., OLIVEIRA, Í., AZEVEDO, R. a DIAS, P. C. 2024. Determinants of academic achievement from the middle to secondary school education: A systematic review. *Social Psychology of Education* [online]. Roč. 27, s. 3533–3572. Dostupné z: https://doi.org/10.1007/s11218-024-09941-z

DI LISIO, G., HALTY, A., BERÁSTEGUI, A., MILÁ ROA, A. a COUSO LOSADA, A. 2025. The longitudinal associations between teacher-student relationships and school outcomes in typical and vulnerable student populations: A systematic review. *Social Psychology of Education* [online]. Dostupné z: https://doi.org/10.1007/s11218-025-10107-8

EDUCATION ENDOWMENT FOUNDATION. [b. r.]. *Attendance context* [online]. Dostupné z: https://educationendowmentfoundation.org.uk/education-evidence/leadership-and-planning/supporting-attendance/attendance-context

EUROPEAN CENTRE FOR THE DEVELOPMENT OF VOCATIONAL TRAINING. [b. r.]. *What are the individual consequences of being NEET?* [online]. Dostupné z: https://www.cedefop.europa.eu/en/tools/neets/blog/what-are-individual-consequences-being-neet

NOVÁKOVÁ, Hana a Jarmila NOVOTNÁ. 2018. Jak na to? Různé způsoby řešení slovních úloh. In: *Setkání učitelů matematiky všech typů a stupňů škol 2018* [online]. S. 98–104. Dostupné z: https://pages.pedf.cuni.cz/sc25/files/2020/01/Jak-na-to-r%C5%AFzn%C3%A9-zp%C5%AFsoby-%C5%99e%C5%A1en%C3%AD-slovn%C3%ADch-%C3%BAloh.pdf

OECD. 2012. *Equity and Quality in Education: Supporting Disadvantaged Students and Schools* [online]. Paris: OECD Publishing. Dostupné z: https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2012/02/equity-and-quality-in-education_g1g16956/9789264130852-en.pdf

OECD. 2023. *Education GPS – Students' well-being* [online]. Dostupné z: https://gpseducation.oecd.org/IndicatorExplorer?plotter=h5&query=42

RAKOUŠOVÁ, Alena. 2008. *Integrace obsahu vyučování: integrované slovní úlohy napříč předměty*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2529-1.

RAKOUŠOVÁ, Alena. 2009. Integrované slovní úlohy jako jedna z možností rozvíjení klíčových kompetencí žáků primární školy. In: *Dva dny s didaktikou matematiky 2009. Sborník příspěvků*. Praha: PedF UK, s. 60–61. ISBN 978-80-7290-420-4.

RAKOUŠOVÁ, Alena. 2010. Integrované slovní úlohy v akčním výzkumu. In: *Dva dny s didaktikou matematiky 2010*. Praha: PedF UK, s. 55–58. ISBN 978-80-7290-483-9.

RAKOUŠOVÁ, Alena. 2011. *Integrované slovní úlohy pro primární školu: práce učitele se vzdělávacím obsahem*. Praha: Nakladatelství Triton. ISBN 978-80-7387-429-2.

RAKOUŠOVÁ, Alena. 2011. Postoje žáků k řešení slovních úloh. In: *Smíšený design v pedagogickém výzkumu: Sborník příspěvků z 19. výroční konference České asociace pedagogického výzkumu 2011*. Brno: Masarykova univerzita, s. 439–445. Dostupné z: http://www.ped.muni.cz/capv2011/sbornikprispevku/rakousova.pdf

RAKOUŠOVÁ, Alena. 2011. Role uspořádání vzdělávacího obsahu při rozvíjení postojů žáků k řešení slovních úloh. In: *Dva dny s didaktikou matematiky 2011*. Plzeň: Vydavatelský servis, s. 85–88. ISBN 978-80-86843-32-2.

RAKOUŠOVÁ, Alena. 2011. Vliv zařazování integrovaných slovních úloh do vyučování na postoje žáků 1. stupně základní školy k řešení integrovaných slovních úloh. In: *Tvořivost v počátečním vyučování matematiky – vědecká konference s mezinárodní účastí věnovaná matematickému vzdělávání v primární škole 2011*. Plzeň: Západočeská univerzita, Pedagogická fakulta, s. 195–199. ISBN 978-80-7043-992-0.

RAKOUŠOVÁ, Alena. 2012. *Development of attitudes towards problem solving of third, fourth and fifth graders in Czech primary school*. Poster. WCLTA 2012.
RAKOUŠOVÁ, Alena. 2012. Diagnostika postojů žáků pátých ročníků ZŠ k řešení slovních úloh. In: *Dva dny s didaktikou matematiky 2012*. Praha: JČMF, s. 165–169. ISBN 978-80-7290-604-8.
RAKOUŠOVÁ, Alena. 2012. Vývoj postojů žáků 4. ročníku základní školy k řešení slovních úloh: Matematika 5. In: *Specifika matematické edukace v prostředí primární školy*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, s. 231–235. ISBN 978-80-244-3048-5.
RAKOUŠOVÁ, Alena. 2013. Attitudes towards problem solving of pupils in Czech primary school. In: *Proceedings SEMT '13*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, s. 364–365. ISBN 978-80-7290-637-6. WOS:000329448800057.
RAKOUŠOVÁ, Alena. 2013. Integrace vzdělávacího obsahu a postoje žáků. In: *Efektivita vzdělávání v proměnách společnosti 2013*. Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, s. 306–310. ISBN 978-80-7414-601-5. Dostupné z: http://capv.cz/index.php/cz/2013.
RAKOUŠOVÁ, Alena. 2013. *Poster Title: Development of attitudes towards problem solving of third, fourth and fifth graders in Czech primary school*. Trends in Mathematics Education Reform Conference, March 5, Prague: PedF UK.
RAKOUŠOVÁ, Alena. 2013. Rozvíjení postojů žáků 1. stupně základní školy k řešení slovních úloh prostřednictvím integrovaných slovních úloh. In: *Matematika v primárnej škole. Rôzne cesty, rovnaké ciele*. Prešov: Prešovská univerzita, Pedagogická fakulta, s. 196–200. ISBN 978-80-555-0765-1.
UNESCO. 2024. *Global Education Monitoring Report Summary 2024/5: Leadership in education – Lead for learning* [online]. Dostupné z: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000391758

CELOŽIVOTNÁ PREVALENCIA UŽÍVANIA PSYCHOAKTÍVNYCH LÁTOK U ŠTUDENTOV STREDNÝCH ŠKÔL V SLOVENSKEJ REPUBLIKE

LIFETIME PREVALENCE OF PSYCHOACTIVE SUBSTANCE USE AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN THE SLOVAK REPUBLIC

Erich Schlesinger
PhDr., PhD.
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-7587-9369
Ekonomická univerzita v Bratislave / University of Economics in Bratislava
Národohospodárska fakulta/ Faculty of Economics and Finance
Katedra sociálneho rozvoja a práce/ Department of Social Development and Labour
Dolnozemská cesta 1, 852 35 Bratislava
Slovenská republika
erich.schlesinger@gmail.com

Václav Šimek
prof. u. PaedDr. PhDr. PhD., DBA., Ed. D.
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-0158-6432
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha
Česká republika
simek@wsnsb.cz

Abstrakt: Štúdia sa zaoberá celoživotnou prevalenciou užívania psychoaktívnych látok u študentov stredných škôl v Slovenskej republike a jej súvislosťou s vybranými sociálno-patologickými javmi. Cieľom štúdie je identifikovať najčastejšie užívané psychoaktívne látky v dvoch vekových kohortách a analyzovať, či vyššia miera užívania látok súvisí s vyšším výskytom rizikových sociálnych javov v živote respondentov. Výskum mal kvantitatívny, prierezový a deskriptívno-exploračný charakter. Údaje boli získané prostredníctvom anonymného elektronického dotazníka, ktorý vychádzal z rámca ESPAD a bol upravený podľa cieľov štúdie. Výskumný súbor tvorilo 228 respondentov vo veku od 15 do 20 rokov. Výsledky ukázali, že u respondentov vo veku 15 až 17 rokov bolo najčastejšie zaznamenané fajčenie tabakových výrobkov, zatiaľ čo u respondentov vo veku 18 až 20 rokov dominovalo užívanie alkoholu. Najnižšie hodnoty sa viazali k nelegálnym látkam s nízkou frekvenciou uvádzanej skúsenosti. Medzi celkovým indexom užívania psychoaktívnych látok a počtom sociálno-patologických javov bol zistený štatisticky významný pozitívny vzťah. Zistenia poukazujú na potrebu systematickej, vekovo citlivej a odborne vedenej prevencie v školskom prostredí, s osobitným dôrazom na legálne psychoaktívne látky, včasné zachytenie rizikového správania a širší sociálny kontext adolescentného vývinu.

Kľúčové slová: užívanie psychoaktívnych látok, celoživotná prevalencia, študenti stredných škôl, adolescencia, školské prostredie, prevencia, sociálno-patologické javy.

Abstract: The study examines the lifetime prevalence of psychoactive substance use among secondary school students in the Slovak Republic and its association with selected socio-pathological phenomena. The aim of the study is to identify the most frequently used psychoactive substances in two age cohorts and to analyse whether higher levels of substance use are associated with a higher occurrence of risk-related social phenomena in respondents' lives. A quantitative, cross-sectional and descriptive-exploratory research design was applied.

Data was collected using an anonymous electronic questionnaire based on the ESPAD framework and adapted to the objectives of the study. The research sample consisted of 228 respondents aged 15 to 20 years. The results showed that tobacco smoking was the most frequently reported form of substance use among respondents aged 15 to 17 years, whereas alcohol consumption predominated among respondents aged 18 to 20 years. The lowest values were observed for illicit substances with a low frequency of reported experience. A statistically significant positive association was found between the overall index of psychoactive substance use and the number of socio-pathological phenomena reported by respondents. The findings indicate the need for systematic, age-sensitive and professionally guided prevention in the school environment, with particular attention to legal psychoactive substances, early risk detection and the broader social context of adolescent development.

Keywords: psychoactive substance use, lifetime prevalence, secondary school students, adolescence, school environment, prevention, socio-pathological phenomena.

Úvod

Problematika užívania psychoaktívnych látok a látkových závislostí patrí v súčasnosti medzi najzávažnejšie spoločenské, zdravotné a sociálne problémy. Hoci užívanie psychoaktívnych látok sprevádza ľudstvo od dávnych čias a v minulosti bolo často spájané najmä s liečebnými, rituálnymi alebo náboženskými účelmi, v súčasnej spoločnosti nadobúda výrazne rizikový charakter. Látkové závislosti dnes nezasahujú iba dospelú populáciu, ale čoraz častejšie sa dotýkajú aj detí a mládeže, čo z nich robí mimoriadne aktuálnu tému aj v školskom prostredí. Aktuálnosť témy potvrdzujú aj európske monitorovacie správy, ktoré pri adolescentoch dlhodobo sledujú alkohol, tabak, konopné látky, elektronické cigarety a ďalšie formy rizikového správania. Význam školského prostredia preto nespočíva iba v zachytení nelegálnych drog, ale aj v systematickom sledovaní legálnych a spoločensky tolerovaných látok, ktoré môžu vytvárať vstupný priestor pre ďalšie rizikové správanie (ESPAD Group, 2025; WHO Regional Office for Europe, 2024).

Osobitne alarmujúcim javom je znižovanie vekovej hranice prvého kontaktu s drogou. Obdobie adolescencie predstavuje z vývinového hľadiska citlivú etapu, počas ktorej mladý človek hľadá vlastnú identitu, formuje hodnotový systém, sociálne väzby a postoje k rizikovému správaniu. Práve v tomto období sa zvyšuje pravdepodobnosť experimentovania s legálnymi aj nelegálnymi psychoaktívnymi látkami. Užívanie drog môže následne negatívne ovplyvňovať školskú úspešnosť, rodinné vzťahy, psychické zdravie, sociálne fungovanie a celkový osobnostný vývin mladého človeka.

Školské prostredie zohráva v tejto problematike významnú úlohu, pretože predstavuje priestor, v ktorom sa mladí ľudia denne pohybujú, nadväzujú sociálne kontakty a sú vystavení rôznym vplyvom rovesníckych skupín. Zároveň je školské prostredie dôležitým miestom včasnej identifikácie rizikového správania, realizácie prevencie a poskytovania odbornej pomoci. Efektívne preventívne programy, sociálne poradenstvo, krízová intervencia, harm reduction prístupy a spolupráca odborníkov zo sociálnej práce, psychológie, zdravotníctva a pedagogiky môžu významne prispieť k znižovaniu výskytu látkových závislostí medzi mladistvými.

Školská prevencia zároveň nemôže byť redukovaná iba na priame užívanie psychoaktívnych látok, pretože adolescentné rizikové správanie sa formuje aj v širšom psychosociálnom a digitálnom prostredí. Výskum zameraný na postoje žiakov základných a stredných škôl ku kyberpriestoru poukazuje na význam virtuálneho prostredia, sociálnych sietí, mediálnej gramotnosti a digitálnej resilience pri formovaní správania, prežívania a sociálnych vzťahov mladých ľudí (Budayová, Ludvigh Cintulová, 2025). Uvedený kontext je významný aj pri prevencii užívania psychoaktívnych látok, pretože školské prostredie dnes pracuje s

adolescentom, ktorého sociálne vzťahy, postoje k riziku a spôsoby zvládania záťaže sa formujú nielen v rodine a v triede, ale aj v online priestore.
Cieľom článku je poukázať na prevalenciu látkových závislostí v školskom prostredí, najmä u študentov stredných škôl, a analyzovať súvisiace sociálne, rodinné a školské faktory. Pozornosť je venovaná celoživotnej prevalencii legálnych a nelegálnych drog, rizikovým faktorom experimentovania s drogami, ako aj negatívnym sociálnym dôsledkom ich užívania. Významným aspektom je aj skúmanie rozdielov z hľadiska pohlavia, veku, socioekonomického statusu rodiny, študijného prospechu a výskytu ďalších sociálno-patologických javov.
Predkladaná téma je dôležitá nielen z hľadiska poznania aktuálneho stavu užívania návykových látok medzi mladými ľuďmi, ale aj z hľadiska tvorby účinných preventívnych a intervenčných opatrení. Získané poznatky môžu prispieť k lepšiemu pochopeniu rizikových faktorov látkových závislostí v školskom prostredí a zároveň vytvoriť priestor na formulovanie odporúčaní pre sociálnu prácu, školskú prax a preventívne programy zamerané na ochranu zdravého vývinu detí a mládeže.

1. Teoretické východiská a terminologické vymedzenie

Nasledujúca časť vytvára terminologický a koncepčný rámec článku. Zachytáva základné pojmy, klasifikačné prístupy k psychoaktívnym látkam a vývinové štádiá rozvoja závislostného správania. Zaradenie tejto časti je dôležité preto, že empirická časť článku pracuje primárne s celoživotnou prevalenciou užívania psychoaktívnych látok, zatiaľ čo klinická závislosť predstavuje užší diagnostický pojem viazaný na prítomnosť špecifických príznakov a funkčných dôsledkov.

1.1 Základné pojmy v oblasti látkových závislostí

Pojmy droga a závislosť patria medzi základné východiskové kategórie pri skúmaní látkových závislostí. Ich presné vymedzenie je dôležité najmä preto, že v odbornej aj laickej verejnosti sa tieto pojmy často používajú rozdielne. Kým v minulosti sa pojem droga spájal predovšetkým s liečivými alebo omamnými látkami, v súčasnosti sa chápe širšie ako látka, ktorá ovplyvňuje psychické, telesné a sociálne fungovanie človeka. Z lingvistického hľadiska má pojem droga pôvod v anglickom výraze drug. Tento výraz býva spájaný aj so starogréckym slovom pharmakon, ktorým sa v minulosti označovali liečivé prostriedky, ale aj jedy. Uvedené chápanie poukazuje na dvojaký charakter drogy, keďže tá istá látka môže mať za určitých okolností liečebný účinok, no pri nesprávnom alebo nadmernom užívaní môže pôsobiť škodlivo až toxicky (Hupková, Liberčanová, 2012).
Vo všeobecnosti možno drogu charakterizovať ako prírodnú, chemickú alebo syntetickú látku, ktorá po vstupe do organizmu spôsobuje zmeny v prežívaní, správaní, nálade, vedomí alebo telesných funkciách človeka. Charakteristickým znakom drogy je jej schopnosť pôsobiť na psychiku človeka, pričom môže vyvolávať stavy povzbudenia, útlmu, zmeneného vnímania reality alebo mimoriadnych psychických zážitkov. Pri opakovanom užívaní zároveň vzniká riziko rozvoja závislosti (Nociar, 2009). Na účinky drogy poukazovali už Hippokrates a Galenos, ktorí drogu chápali ako látku schopnú „premôcť“ telo a vyvolať už po malej dávke výrazné telesné a duševné zmeny (Mahdalíčková, 2014).
Podobne Nociar vymedzuje drogy ako prírodné a syntetické látky, ktoré môžu vyvolať zmenené stavy vedomia, nálady, utlmiť alebo stimulovať psychické a telesné funkcie, ovplyvniť prežívanie reality a v určitých prípadoch vyvolať závislosť (Nociar, 2009). Svetová zdravotnícka organizácia rozlišuje drogy z viacerých hľadísk. Môže ísť o látky rastlinného pôvodu, teda sušené, upravené alebo neupravené suroviny, látky živočíšneho pôvodu využívané najmä pri výrobe liečiv, omamné prostriedky, ale aj substancie, ktoré po vniknutí do organizmu menia jednu alebo viacero jeho funkcií (Chovanec, Billá, 2013).

Z uvedeného vyplýva, že droga nemusí byť výlučne nelegálnou látkou, ale môže zahŕňať aj legálne psychoaktívne látky, napríklad alkohol alebo tabak. Pri problematike drogových závislostí je potrebné upozorniť aj na terminologický vývoj. V minulosti sa často používal pojem narkománia, ktorý bol neskôr nahradený pojmom toxikománia. Tento posun možno považovať za opodstatnený, pretože nie všetky drogy majú narkotický alebo tlmivý účinok. V súčasnej odbornej literatúre sa najčastejšie používa pojem závislosť, hoci v laickej verejnosti sa stále možno stretnúť aj s označením toxikománia.
Medzinárodná klasifikácia chorôb definuje syndróm závislosti ako skupinu javov v oblasti telesných pochodov, správania a poznávania, pri ktorých užívanie psychoaktívnej látky získava u jednotlivca výraznú prednosť pred inými činnosťami, ktoré pre neho mali predtým väčšiu hodnotu (Gymerská, Kožuch, Rúžička a kol., 2009).
Závislosť teda nepredstavuje iba opakované užívanie látky, ale komplexný stav, ktorý zasahuje myslenie, správanie, vôľu, emócie aj sociálne fungovanie človeka. V odbornej literatúre sa závislosť často označuje ako chronické recidivujúce ochorenie mozgu, ktoré sa prejavuje nutkavým vyhľadávaním a užívaním drogy napriek negatívnym následkom. Podobne ako iné chronické ochorenia môže závislosť narúšať zdravé fungovanie jednotlivca a viesť k závažným zdravotným, psychickým, sociálnym i rodinným dôsledkom (NIDA, 2014).
Diagnóza závislosti sa spravidla stanovuje vtedy, ak sa u jednotlivca počas určitého obdobia objavuje viacero typických príznakov. Medzi ne patrí silná túžba užiť látku, zhoršená schopnosť sebaovládania, ťažkosti s kontrolou užívania, užívanie látky s cieľom zmierniť odvykacie príznaky, rastúca tolerancia k droge a postupné zanedbávanie predchádzajúcich záujmov, povinností a aktivít. Jedinec následne venuje čoraz viac času získavaniu látky, jej užívaniu alebo zotavovaniu sa z jej účinkov (Gymerská, Kožuch, Rúžička a kol., 2009). V súvislosti s drogovými závislosťami sa v odbornej terminológii používa aj pojem psychoaktívne látky. Tento termín odporúča používať Európske monitorovacie centrum pre drogy a drogovú závislosť, pretože zahŕňa nielen nelegálne drogy, ale aj legálne látky, ako sú alkohol a tabak. Tieto látky taktiež pôsobia na centrálnu nervovú sústavu a môžu meniť psychické aj telesné funkcie človeka (Hupková, Liberčanová, 2012).
Na základe uvedeného možno konštatovať, že droga je látka schopná ovplyvniť psychické a telesné funkcie človeka, pričom jej opakované užívanie môže viesť k vzniku závislosti. Závislosť predstavuje závažný bio-psycho-sociálny problém, ktorý nezasahuje iba samotného užívateľa, ale aj jeho rodinu, školské prostredie, rovesnícke vzťahy a širšiu spoločnosť. Presné vymedzenie týchto pojmov je preto nevyhnutným východiskom pre skúmanie prevalencie látkových závislostí v školskom prostredí.

1.2 Prehľad a klasifikácia psychoaktívnych látok a závislostí

Exaktné vymedzenie typológie drogových závislostí je v súčasnosti pomerne náročné, keďže v odbornej literatúre dochádza k prekrývaniu terminologických pojmov a jednotliví autori využívajú rôzne klasifikačné kritériá. V praxi sa preto stretávame s viacerými prístupmi k deleniu drog a závislostí, ktoré reflektujú ich účinky, legálny status, spôsob aplikácie či mieru rizika.
Z pohľadu verejnosti sa často využíva zjednodušené delenie na tzv. „mäkké“ a „tvrdé“ drogy. Toto rozdelenie je však problematické, keďže hranica medzi jednotlivými kategóriami je nejednoznačná. Napríklad legálne drogy, ako alkohol a tabak, by z hľadiska potenciálu vzniku psychickej a fyzickej závislosti mohli byť zaradené medzi tvrdé drogy, podobne ako heroín či pervitín. Z tohto dôvodu sa v odbornej terminológii uprednostňuje klasifikácia podľa kritéria legálnosti, ktorá rozlišuje drogy na legálne (spoločensky akceptované a zákonom povolené) a nelegálne (zákonom zakázané a sankcionované) (Hroncová, Kraus, Emmerová, 2006).
Významným klasifikačným rámcom je Medzinárodná klasifikácia chorôb (MKCH-10), ktorá systematicky vymedzuje jednotlivé typy závislostí podľa druhu psychoaktívnej látky. Medzi

základné kategórie patria závislosť od alkoholu (F10.2), opioidov (F11.2), kanabinoidov (F12.2), sedatív a hypnotík (F13.2), kokaínu (F14.2), stimulantov (F15.2), halucinogénov (F16.2), tabaku (F17.2), organických rozpúšťadiel (F18.2) a závislosť od viacerých psychoaktívnych látok (F19.2).

Závislosť od alkoholu patrí medzi najrozšírenejšie formy závislostí, pričom alkohol je spoločensky akceptovanou psychoaktívnou látkou. Jeho nadmerná konzumácia vedie k závažným zdravotným, sociálnym aj ekonomickým dôsledkom. V odbornej literatúre sa rozlišuje viacero typov alkoholizmu (alfa, beta, gama, delta, ypsilon), ktoré sa líšia mierou kontroly konzumácie, prítomnosťou abstinenčných príznakov a dopadmi na život jednotlivca.

Závislosť od opioidov patrí medzi najnebezpečnejšie formy závislostí, keďže tieto látky vyvolávajú silnú fyzickú aj psychickú závislosť. Medzi najznámejšie opiáty patria morfín, kodeín a heroín. Ich užívanie je spojené s vysokým rizikom zdravotných komplikácií, sociálneho úpadku a kriminality.

Závislosť od kanabinoidov je najčastejšie spojená s užívaním marihuany a hašišu. Hoci je často vnímaná ako menej nebezpečná, jej dlhodobé užívanie môže viesť k poruchám pamäti, zníženej koncentrácii a psychickým problémom.

Do skupiny sedatív a hypnotík patria lieky s tlmivým účinkom na centrálny nervový systém, ktoré sa pôvodne využívali v medicíne. Ich dlhodobé a nekontrolované užívanie vedie k rozvoju závislosti a viacerým vedľajším účinkom, vrátane porúch pamäti, koncentrácie či emocionality.

Kokaínová závislosť je charakteristická najmä psychickou závislosťou a stimulujúcim účinkom. Užívanie kokaínu vedie k pocitom eufórie, zvýšenej energie a výkonnosti, no zároveň prináša závažné psychické poruchy, ako sú úzkosti, paranoja či agresivita.

Závislosť od stimulantov zahŕňa najmä amfetamíny a metamfetamíny (napr. pervitín), ktoré sa vyznačujú výrazným povzbudzujúcim účinkom. Ich užívanie je rozšírené najmä medzi mladými ľuďmi, ktorí ich využívajú na zvýšenie výkonnosti.

Halucinogény predstavujú skupinu látok, ktoré spôsobujú zmeny vnímania reality a vyvolávajú halucinácie. Môžu byť prírodného aj syntetického pôvodu (napr. LSD, psilocybín). Ich účinky sú nepredvídateľné a môžu viesť k závažným psychickým poruchám.

Závislosť od tabaku je jednou z najrozšírenejších legálnych závislostí, pričom nikotín má výrazný vplyv na centrálnu nervovú sústavu. Napriek spoločenskej tolerancii spôsobuje tabak významné zdravotné riziká.

Závislosť od organických rozpúšťadiel sa vyskytuje najmä u detí a mládeže, a to z dôvodu ich ľahkej dostupnosti. Ide o mimoriadne nebezpečnú formu závislosti, ktorá môže viesť k vážnym poškodeniam zdravia a dokonca k úmrtiu.

Okrem uvedených klasifikácií existujú aj ďalšie prístupy k deleniu drog. Podľa účinku sa rozlišujú stimulačné látky, opiáty, halucinogény, konopné produkty a tlmivé látky (Bršiak, 1998). Z hľadiska výroby sa drogy delia na prírodné, polosyntetické a syntetické (Hupková, 2012). Podľa spôsobu aplikácie sa rozlišuje inhalácia, perorálne užívanie, injekčná aplikácia a vstrebávanie cez sliznicu (Novomeský, 1996). Významným kritériom je aj miera rizika, ktorá umožňuje hodnotiť nebezpečnosť jednotlivých látok. Drogy možno rozdeliť na vysoko rizikové (napr. heroín, toluén), stredne rizikové (napr. alkohol, extáza) a nízkorizikové (napr. marihuana), pričom niektoré látky, ako káva či čaj, sú považované za prakticky bezrizikové (Kalina, 2010).

Z uvedeného vyplýva, že typológia drogových závislostí je komplexná a multidimenzionálna. Rôzne klasifikačné prístupy umožňujú lepšie pochopenie jednotlivých druhov závislostí, ich príčin, prejavov a dôsledkov, čo je nevyhnutné pre efektívnu prevenciu a intervenciu v oblasti sociálnej práce.

1.3 Štádiá drogových závislostí

Pri problematike drogových závislostí je potrebné venovať pozornosť aj jednotlivým štádiám ich vývoja. Závislosť od psychoaktívnej látky nevzniká okamžite, ale postupne, pričom jej rozvoj má určitú vnútornú dynamiku. Jednotlivé fázy sa môžu u konkrétnych osôb líšiť intenzitou, dĺžkou trvania aj prejavmi, avšak vo všeobecnosti možno pozorovať postupný prechod od prvého experimentovania až po návykové užívanie spojené s výraznými zdravotnými, psychickými a sociálnymi dôsledkami.

Vágnerová (2008) rozdeľuje vývoj drogovej závislosti do štyroch základných štádií: štádium experimentovania, fáza príležitostného užívania, fáza pravidelného užívania a fáza návykového užívania.

1.3.1 Štádium experimentovania

Prvé štádium je charakteristické prvým kontaktom s drogou. Najčastejšie sa objavuje v období adolescencie, keď mladý človek hľadá vlastnú identitu, svoje miesto v spoločnosti a zároveň je výrazne ovplyvňovaný rovesníckou skupinou. Práve rovesníci, školská trieda alebo partia môžu predstavovať významný faktor, ktorý podnecuje mladého človeka k vyskúšaniu drogy. Dôvodom môže byť snaha zapadnúť do kolektívu, vyhnúť sa posmechu, získať uznanie alebo prekonať pocit vylúčenia zo skupiny. Experimentovanie s drogou môže vychádzať aj zo zvedavosti, nudy, túžby po nových zážitkoch alebo potreby úniku od problémov a náročných životných situácií. U adolescentov býva takéto správanie vnímané ako atraktívne, dobrodružné a spojené s pocitom vzrušenia. V tejto fáze jedinec často pociťuje pozitívne účinky drogy, napríklad úľavu, zvýšené sebavedomie, odstránenie strachu, úzkosti alebo psychického napätia. Práve preto si nemusí uvedomovať riziká spojené s jej užívaním (Vágnerová, 2008).

Hupková, Liberčanová (2012) označuje prvé štádium aj ako euforické štádium. Prejavuje sa najmä ľahkou dostupnosťou drogy, opojením, elimináciou strachu a obáv, učením sa drogovým rituálom a subjektívnym pocitom rozšíreného vedomia. V tejto fáze droga pôsobí ako pozitívny posilňovač, pretože jej účinky sú vnímané ako príjemné a môžu viesť k opakovanému užitiu. Z hľadiska teórie učenia môže droga v počiatočnom štádiu pôsobiť ako prostriedok na dosiahnutie príjemného stavu alebo ako spôsob úniku od nepríjemných situácií. Ak jednotlivec užíva drogu s cieľom zvládnuť stres, konflikt alebo negatívny emocionálny stav, vytvára sa spojenie medzi užitím látky a subjektívnym pocitom úľavy. Tento mechanizmus môže podporovať ďalšie užívanie a zvyšovať riziko vzniku závislosti (Ondrejkovič a kol., 2009).

1.3.2 Fáza príležitostného užívania

V druhej fáze už človek nezostáva iba pri jednorazovom experimente, ale začína drogu užívať príležitostne. Uvedomuje si, že mu látka môže prinášať úľavu, pomáhať pri zvládaní nepríjemných situácií alebo slúžiť ako prostriedok na prekonanie nudy. Užívanie drogy však ešte nemusí byť každodenné a jedinec si často zachováva presvedčenie, že má svoje správanie pod kontrolou.

Charakteristickým znakom tejto fázy je postupné ospravedlňovanie užívania a skrývanie pravdy pred okolím. Konzument môže klamať o frekvencii užívania, minimalizovať jeho význam alebo sa snažiť presvedčiť seba i druhých, že nejde o vážny problém. Zároveň si však do určitej miery uvedomuje negatívny charakter svojho konania, najmä vo vzťahu k rodine, škole alebo blízkemu okoliu (Vágnerová, 2008). Hupková, Liberčanová (2012) túto fázu označuje ako kritické, varovné alebo návykové štádium. Objavuje sa zvyšovanie tolerancie voči droge, čo znamená, že jedinec potrebuje väčšie dávky na dosiahnutie rovnakého účinku. Súčasne môže odmietať varovania blízkych ľudí a prejavovať poruchy sebahodnotenia. Postupne sa objavujú problémy v rodine, škole, práci, rovesníckych vzťahoch aj vo voľnočasových aktivitách. Mení sa denný režim, motivácia, hospodárenie s financiami a celkové smerovanie života jednotlivca.

1.3.3 Fáza pravidelného užívania

Tretia fáza je charakteristická častejším a pravidelnejším užívaním drogy. Jedinec užíva látku opakovane a jej miesto v jeho živote sa stáva čoraz významnejším. Napriek tomu svoje konanie často popiera, nepripúšťa si závažnosť situácie a snaží sa presviedčať okolie, že jeho správanie nie je problémové. Typické je ďalšie zvyšovanie dávok a rastúca tolerancia voči účinkom drogy (Vágnerová, 2008).

V tomto štádiu sa začínajú výraznejšie prejavovať zmeny v osobnosti a správaní. Užívanie drogy môže viesť k zdravotným problémom, nespavosti, úbytku hmotnosti, abstinenčným príznakom a poklesu celkovej výkonnosti. Zhoršuje sa schopnosť plniť školské, pracovné a rodinné povinnosti. Objavujú sa konflikty s okolím, zanedbávanie záujmov a v niektorých prípadoch aj rizikové alebo protiprávne správanie (Hupková, Liberčanová, 2012). Fáza pravidelného užívania predstavuje závažný medzník, pretože droga sa postupne stáva stabilnou súčasťou každodenného života jednotlivca. Človek čoraz viac podriaďuje svoje správanie potrebe získať a užiť látku, pričom ostatné oblasti života ustupujú do úzadia.

1.3.4 Fáza návykového užívania

Štvrté štádium predstavuje najzávažnejšiu fázu vývoja drogovej závislosti. Hlavným znakom je strata kontroly nad užívaním drogy, ľahostajnosť voči bežným povinnostiam, úlohám, záujmom a životným cieľom. Závislý človek postupne stráca záujem o rodinu, priateľov, školu, prácu aj voľnočasové aktivity. Väčšinu svojej energie venuje získaniu drogy, jej užívaniu alebo zotavovaniu sa z jej účinkov (Vágnerová, 2008). Sociálne kontakty sa často zužujú najmä na osoby, ktoré drogu taktiež užívajú. Jedinec prestáva svoj problém skrývať alebo ho už nedokáže efektívne maskovať. Dochádza k výraznej sociálnej izolácii, zhoršeniu zdravotného stavu a narušeniu osobnosti. Hupková, Liberčanová (2012) v tejto súvislosti poukazuje na úplný úpadok osobnosti, stratu životnej motivácie, vysokú toleranciu voči droge, opakované zvyšovanie dávok, psychický úpadok a odcudzenie od spoločnosti. V konečnom štádiu môže človek závislosť vnímať ako bežnú súčasť svojho života, alebo si naopak začína uvedomovať jej deštruktívne dôsledky a prejaví snahu o liečbu. Motívom môže byť strach zo zdravotného poškodenia, sociálneho prepadu, straty blízkych osôb alebo celkového rozpadu vlastnej osobnosti (Vágnerová, 2008).

Z uvedeného vyplýva, že vývoj drogovej závislosti je postupný proces, ktorý sa začína zdanlivo nevinným experimentovaním, no môže vyústiť do závažného návykového správania. Poznanie jednotlivých štádií je dôležité najmä z hľadiska prevencie, včasnej identifikácie rizikového správania a realizácie účinnej intervencie. V školskom prostredí má osobitný význam zachytiť rizikové prejavy už v počiatočných fázach, keď je ešte možné účinne pôsobiť preventívne a zabrániť prechodu k pravidelnému alebo návykovému užívaniu drog.

2. Cieľ štúdie, výskumná otázka a hypotéza

Cieľom štúdie je analyzovať celoživotnú prevalenciu užívania vybraných psychoaktívnych látok u študentov stredných škôl na území Slovenskej republiky a posúdiť jej vzťah k výskytu sociálno-patologických javov v živote respondentov. Výskumná otázka bola formulovaná nasledovne: Ktoré psychoaktívne látky sú najčastejšie užívané z hľadiska veku? Hypotéza H1 predpokladá, že existuje štatisticky významný pozitívny vzťah medzi užívaním psychoaktívnych látok a výskytom sociálno-patologických javov. Uvedené znenie hypotézy umožňuje testovať asociáciu medzi sledovanými premennými, nie však kauzálny účinok, keďže výskum má prierezový charakter.

3. Metódy

Metodická časť opisuje výskumný dizajn, charakteristiku výskumného súboru, spôsob výberu respondentov, použitý výskumný nástroj, operacionalizáciu premenných, postup štatistického

spracovania a etické aspekty zberu údajov. Zaradenie tejto kapitoly je kľúčové, pretože umožňuje posúdiť, či sú výsledky interpretované primerane vzhľadom na typ dát, rozsah vzorky a spôsob merania. Vzhľadom na to, že štúdia nemeria klinicky diagnostikovanú závislosť, ale celoživotnú skúsenosť s užívaním vybraných psychoaktívnych látok, metodická časť používa terminológiu užívania, frekvencie a prevalenčného skóre.

3.1 Dizajn výskumu a výskumný súbor

Hlavným cieľom výskumu bolo analyzovať problematiku užívania psychoaktívnych látok u študentov stredných škôl na území Slovenskej republiky so zameraním na celoživotnú prevalenciu užívania legálnych a nelegálnych drog a identifikáciu súvisiacich sociálnych faktorov.

Výskum mal kvantitatívny, deskriptívno-explaračný charakter a bol realizovaný formou dotazníkového šetrenia. Objektom skúmania boli študenti stredných škôl na území Slovenskej republiky (gymnáziá, stredné odborné školy a stredné odborné učilištia). Výber respondentov bol zámerný s dôrazom na čo najväčšiu vyváženosť z hľadiska demografických premenných.

Charakteristika výskumného súboru je uvedená preto, aby bolo možné posúdiť vekové a rodové rozloženie respondentov a rozsah, v akom možno výsledky interpretovať v kontexte stredoškolskej populácie. Súbor má zámerný charakter, čo je nutné zohľadniť pri generalizácii výsledkov.

Výskumný súbor tvorilo 228 respondentov, pričom: muži: 118 (51,8 %), ženy: 110 (48,2 %).

Vek respondentov sa pohyboval v rozpätí 15 – 20 rokov, pričom priemerný vek bol 17,27 roka.

3.2 Výskumný nástroj a operacionalizácia premenných

Zber údajov bol realizovaný prostredníctvom dotazníkového šetrenia v elektronickej forme. Pri tvorbe výskumného nástroja sa vychádzalo zo štandardizovaného dotazníka ESPAD (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs), ktorý bol upravený podľa cieľov výskumu. Priemerný čas vyplnenia dotazníka bol približne 10 minút. Výskum bol anonymný a dobrovoľný.

Sledované položky boli vyhodnocované ako skóre celoživotnej prevalencie na sedembodovej škále, kde nižšie hodnoty vyjadrujú absenciu alebo nízku mieru uvádzanej skúsenosti a vyššie hodnoty vyjadrujú vyššiu mieru celoživotnej skúsenosti s danou látkou. Uvedené skóre preto nemožno interpretovať ako klinickú diagnózu závislosti, ale ako empirický indikátor rozsahu užívania v skúmanej vzorke. Pri položkách sociálno-patologických javov bol sledovaný počet javov, ktoré respondent uviedol vo svojom živote.

3.3 Štatistické spracovanie údajov

Na spracovanie dát bol použitý štatistický softvér IBM SPSS Statistics 22 a program Microsoft Excel. Deskriptívne štatistiky boli použité na opísanie rozdelenia odpovedí, priemerných hodnôt, mediánu, variability, šikmosti a špicatosti. Vzťah medzi celkovým indexom užívania psychoaktívnych látok a počtom sociálno-patologických javov bol testovaný Spearmanovým korelačným koeficientom, pretože premenné majú ordinálny, respektíve neparametrický charakter a nemožno predpokladať normálne rozdelenie údajov. Hodnota p je interpretovaná pri hladine štatistickej významnosti $p < 0,05$, pričom pri výsledku uvádzanom štatistickým softvérom ako 0,000 sa odporúča publikačne zapisovať $p < 0,001$. Vo výskume boli použité nasledovné, konkrétne vedecké metódy: analýza (výber relevantných údajov), syntéza (spájanie poznatkov do celku), indukcia (tvorba všeobecných záverov), dedukcia (overovanie hypotéz), obsahová analýza, metóda predikcie.

3.4 Etické aspekty výskumu

Účasť respondentov bola anonymná a dobrovoľná. Vzhľadom na vek časti respondentov a citlivý obsah otázok je pred finálnym odoslaním článku potrebné presne doplniť, akým spôsobom bol zabezpečený informovaný súhlas, ako bol riešený súhlas zákonných zástupcov pri neplnoletých respondentoch, aký bol postup ochrany osobných údajov a či bol výskum posúdený etickou komisiou alebo príslušným pracoviskom. Transparentné uvedenie týchto informácií je pri výskume zameranom na psychoaktívne látky, rizikové sexuálne správanie a problémy s políciou nevyhnutnou podmienkou recenznej obhájiteľnosti.

4. Výsledky výskumu

Výsledková časť zachováva pôvodné grafické a tabuľkové výstupy a dopĺňa ich o vstupné vysvetlenie a interpretačné komentáre. Najprv sú prezentované rozdelenia celoživotnej prevalencie užívania jednotlivých látok v dvoch vekových kohortách, následne sú uvedené deskriptívne charakteristiky celkového indexu užívania látok a počtu sociálno-patologických javov a v závere výsledkovej časti je testovaná hypotéza H1 pomocou Spearmanovho korelačného koeficientu.

4.1 Celoživotná prevalencia užívania psychoaktívnych látok podľa veku

Tabuľka 1 uvádza súhrn priemerných skóre celoživotnej prevalencie užívania jednotlivých psychoaktívnych látok v dvoch vekových kohortách. Tabuľka je zaradená ako vstupný orientačný prehľad k nasledujúcim grafom, pretože umožňuje rýchlo identifikovať, ktoré látky dosahujú najvyššie a najnižšie hodnoty a pri ktorých položkách je rozdiel medzi mladšou a staršou skupinou najvýraznejší.

Tabuľka 1. Súhrn priemerných skóre celoživotnej prevalencie podľa vekovej kohorty

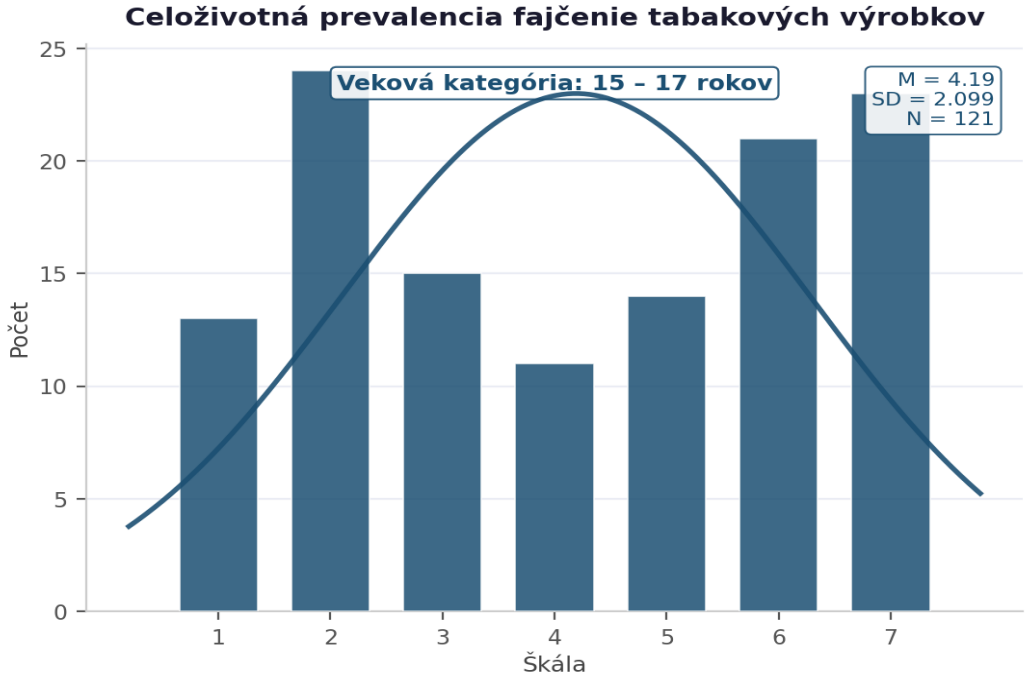
Látka	15-17 rokov	18-20 rokov	Rozdiel	Vecná interpretácia
Fajčenie tabakových výrobkov	4,19	4,79	+0,60	vyššie skóre v staršej kohorte
Alkohol	3,85	4,89	+1,04	najvyššie skóre v staršej kohorte
Marihuana	2,04	3,19	+1,15	výraznejší nárast so stúpajúcim vekom
Extáza	1,32	2,13	+0,81	nízke hodnoty, vyššie skóre v staršej kohorte
Stimulanty amfetamínového typu	1,31	1,90	+0,59	nízke hodnoty, vyššie skóre v staršej kohorte
Kokaín	1,17	1,76	+0,59	nízke hodnoty, vyššie skóre v staršej kohorte
Prchavé látky	1,47	1,72	+0,25	nízke hodnoty v oboch kohortách

Zdroj: vlastný

Údaje uvedené v tabuľke 1 poukazujú na vyššie priemerné skóre celoživotnej prevalencie užívania všetkých sledovaných psychoaktívnych látok v staršej vekovej kohorte respondentov od 18 do 20 rokov. Najvyššia priemerná hodnota bola v tejto vekovej skupine zaznamenaná pri alkohole, kde skóre dosiahlo hodnotu 4,89, pričom zároveň ide o látku s najvýraznejším postavením v rámci staršej kohorty. V mladšej vekovej skupine od 15 do 17 rokov bolo

najvyššie priemerné skóre zaznamenané pri fajčení tabakových výrobkov, ktoré dosiahlo hodnotu 4,19. Uvedené zistenie naznačuje, že v mladšej adolescencii vystupuje do popredia predovšetkým skúsenosť s tabakovými výrobkami, zatiaľ čo vo vyššom veku sa výraznejšie presadzuje konzumácia alkoholu. Najväčší rozdiel medzi vekovými kohortami bol zistený pri marihuane, kde staršia skupina dosiahla o 1,15 bodu vyššie skóre než mladšia skupina, a pri alkohole, kde rozdiel predstavoval 1,04 bodu. Nárast hodnôt pri týchto látkach môže súvisieť s vyššou mierou sociálnej dostupnosti, intenzívnejšími rovesníckymi kontaktmi a postupným rozširovaním príležitostí na experimentovanie v neskoršej adolescencii. Naopak, pri extáze, stimulantoch amfetamínového typu, kokaíne a prchavých látkach zostali priemerné hodnoty v oboch vekových kohortách nízke, hoci aj pri týchto látkach sa prejavilo vyššie skóre v staršej skupine. Výsledky preto naznačujú, že vek predstavuje významný diferenciačný faktor najmä pri legálnych psychoaktívnych látkach a marihuane, zatiaľ čo pri ostatných nelegálnych látkach ide skôr o nižšiu mieru experimentovania než o rozšírený vzorec užívania.

Naša výskumná otázka znie nasledovne: Ktoré psychoaktívne látky sú najčastejšie užívané z hľadiska veku? Nasledujúce grafy sú ponechané v rozšírenej podobe, pretože okrem priemerných hodnôt zobrazujú aj rozdelenie odpovedí v jednotlivých kategóriách škály. Pri interpretácii grafov je potrebné brať do úvahy, že počet platných odpovedí sa pri niektorých položkách mierne líši, čo pravdepodobne súvisí s nevyplnenými položkami dotazníka.
Graf 1 je zaradený preto, aby bolo možné posúdiť rozdelenie celoživotnej skúsenosti s fajčením tabakových výrobkov. V dodaných grafických výstupoch je k dispozícii histogram pre mladšiu kohortu, zatiaľ čo hodnota staršej kohorty je uvedená v súhrnnej tabuľke a textovej interpretácii.

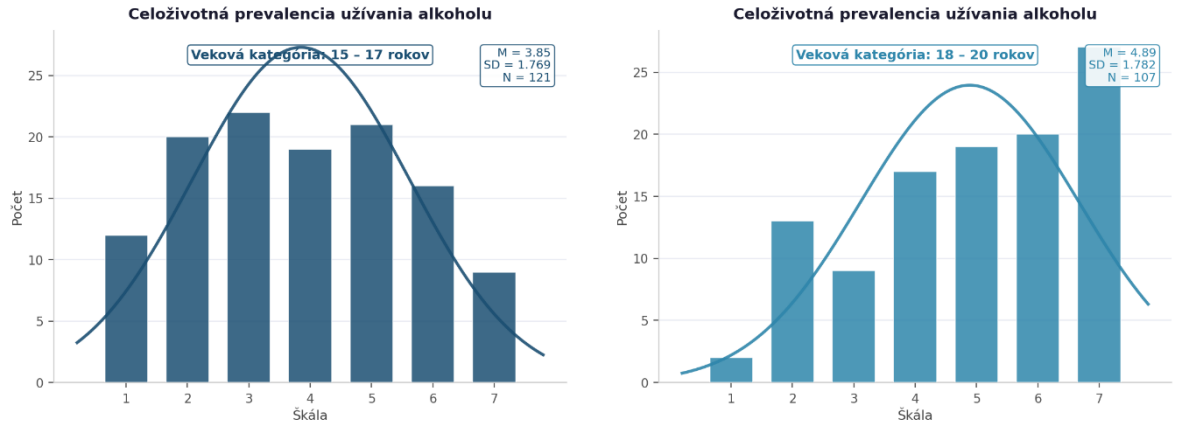


Graf 1. Celoživotná prevalencia fajčenia tabakových výrobkov
Zdroj: vlastný

Graf 1 ukazuje, že fajčenie tabakových výrobkov predstavuje v mladšej vekovej kohorte výrazne zastúpenú formu skúsenosti s psychoaktívnou látkou. Rozloženie odpovedí naznačuje, že nejde iba o ojedinelý kontakt s tabakovými výrobkami, ale o jav, ktorý je v tejto vekovej skupine prítomný vo viacerých úrovniach intenzity. Priemerné skóre 4,19 v skupine respondentov vo veku 15 až 17 rokov poukazuje na pomerne výraznú celoživotnú skúsenosť s fajčením už v období strednej adolescencie. Hodnota 4,79 v skupine respondentov vo veku 18

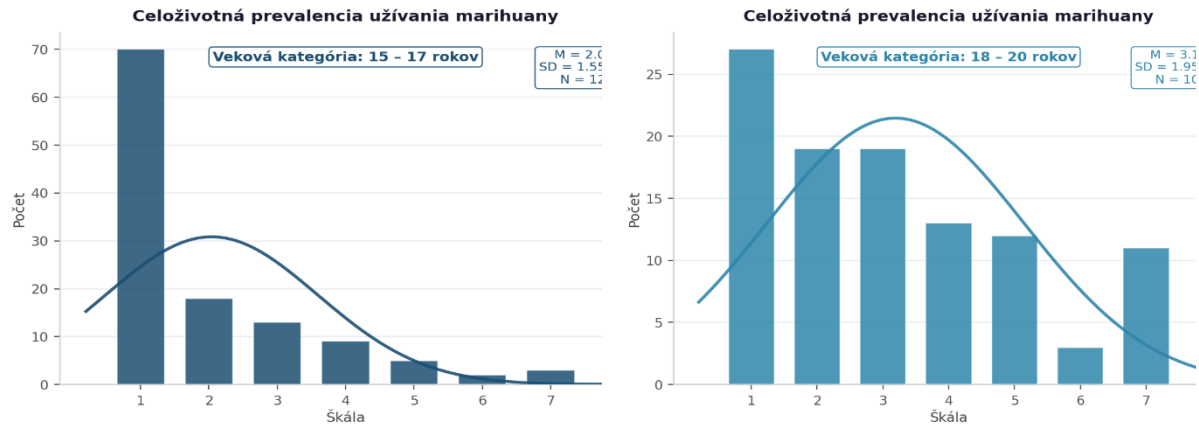
až 20 rokov zároveň naznačuje ďalší nárast skúsenosti s tabakovými výrobkami vo vyššom veku, hoci rozdiel medzi kohortami nie je taký výrazný ako pri alkohole alebo marihuane. Výsledok možno interpretovať tak, že fajčenie tabakových výrobkov patrí medzi najskoršie a sociálne najdostupnejšie formy rizikového správania, pričom jeho výskyt v mladšej kohorte signalizuje potrebu preventívneho pôsobenia už pred vstupom žiakov do vyšších ročníkov strednej školy. Z preventívneho hľadiska je významné najmä to, že tabakové výrobky môžu u adolescentov fungovať ako normalizovaná vstupná forma kontaktu s psychoaktívnymi látkami, ktorá sa v rovesníckom prostredí často spája so sociálnou akceptáciou, experimentovaním a postupným oslabovaním vnímania rizika.

Graf 2 poskytuje vstupné údaje o rozdelení celoživotnej skúsenosti s alkoholom v dvoch vekových kohortách.



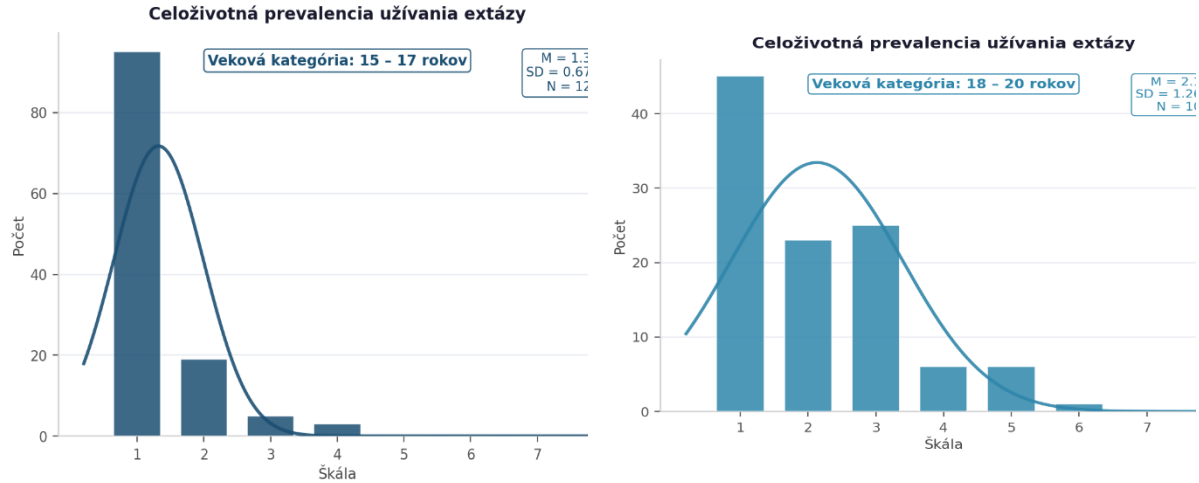
Graf 2. Celoživotná prevalencia užívania alkoholu podľa vekovej kohorty
Zdroj: vlastný

Graf 2 dokumentuje zreteľný vekový rozdiel v celoživotnej skúsenosti s alkoholom, pričom vyššie priemerné skóre v kohorte 18 až 20 rokov naznačuje postupné posilňovanie kontaktu s alkoholom v neskoršej adolescencii. Rozdiel 1,04 bodu patrí medzi najvýraznejšie rozdiely zaznamenané medzi sledovanými látkami, čo poukazuje na význam alkoholu ako dominantnej psychoaktívnej látky v staršej vekovej skupine. Uvedené zistenie možno interpretovať v kontexte vyššej sociálnej dostupnosti alkoholu, častejšej účasti starších adolescentov na spoločenských aktivitách a postupného oslabovania vonkajšej kontroly zo strany rodiny a školy. V mladšej kohorte síce priemerné skóre dosahuje nižšiu hodnotu, avšak hodnota 3,85 zároveň ukazuje, že skúsenosť s alkoholom je prítomná už pred dosiahnutím dospelosti. Z hľadiska školskej prevencie preto nemožno alkohol vnímať ako okrajový jav alebo ako problém viazaný až na staršiu mládež. Výsledky skôr naznačujú, že preventívne intervencie majú byť zamerané na skoré formovanie postojov k alkoholu, posilňovanie schopnosti odmietať tlak rovesníkov, rozvoj kritického hodnotenia rizika a znižovanie spoločenskej normalizácie pitia alkoholu v adolescentnom prostredí.
Graf 3 zachytáva celoživotnú skúsenosť s užívaním marihuany v mladšej a staršej vekovej kohorte.



Graf 3. Celoživotná prevalencia užívania marihuany podľa vekovej kohorty
Zdroj: vlastný

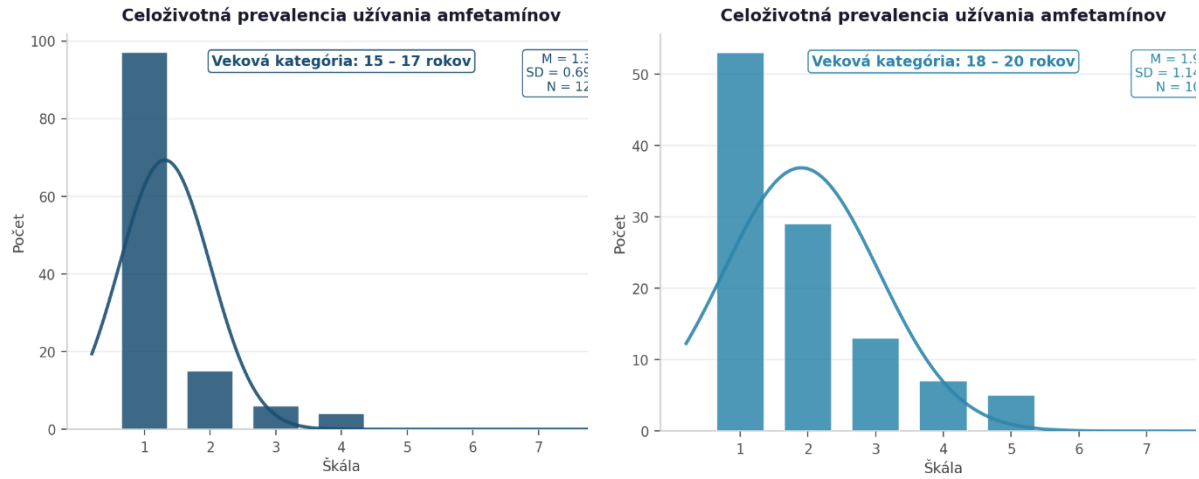
Graf 3 poukazuje na výraznejší vekovo podmienený nárast celoživotnej skúsenosti s marihuanou v porovnaní s viacerými inými sledovanými nelegálnymi látkami. Priemerné skóre 2,04 v mladšej kohorte naznačuje, že užívanie marihuany sa u respondentov vo veku 15 až 17 rokov vyskytuje skôr na úrovni obmedzenej alebo počiatočnej skúsenosti, pričom odpovede sa sústreďujú najmä v nižších kategóriách škály. V staršej kohorte dosiahlo priemerné skóre hodnotu 3,19, čo svedčí o zreteľnejšom rozšírení skúsenosti s marihuanou u respondentov vo veku 18 až 20 rokov. Rozdiel 1,15 bodu predstavuje najvýraznejší nárast medzi vekovými skupinami v rámci sledovaných látok, a preto možno marihuanu považovať za látku, pri ktorej sa s pribúdajúcim vekom najviac rozširuje experimentovanie alebo opakovaná skúsenosť. Z preventívneho hľadiska je významné, že marihuana stojí na rozhraní medzi sociálne normalizovaným experimentovaním a rizikovým užívaním, pričom adolescenti môžu jej riziká podceňovať najmä v dôsledku liberálnejších postojov rovesníckeho prostredia. Výsledky preto podporujú potrebu cielenej prevencie, ktorá nebude založená iba na všeobecnom varovaní pred nelegálnymi drogami, ale bude pracovať aj s konkrétnymi postojmi mladých ľudí k marihuane, s ich predstavami o nízkej škodlivosti a s rizikom postupného prechodu od jednorazového experimentovania k opakovanejšiemu užívaniu.
Graf 4 je zaradený na posúdenie celoživotnej skúsenosti s extázou.



Graf 4. Celoživotná prevalencia užívania extázy podľa vekovej kohorty
Zdroj: vlastný

Graf 4 ukazuje, že celoživotná skúsenosť s extázou zostáva v oboch vekových kohortách relatívne nízka, avšak v staršej skupine respondentov sa prejavuje zreteľnejší posun k vyšším hodnotám škály. Priemerné skóre 1,32 v kohorte 15 až 17 rokov naznačuje skôr ojedinelý alebo minimálny kontakt s touto látkou, zatiaľ čo hodnota 2,13 v kohorte 18 až 20 rokov poukazuje na vyššiu mieru experimentovania v neskoršej adolescencii. Rozdiel 0,81 bodu je vecne významný najmä preto, že sa týka látky, ktorá býva spájaná so špecifickými sociálnymi situáciami, najmä s prostredím zábavy, nočného života, hudobných podujatí a rovesníckych skupín. Pri interpretácii je však potrebné zachovať opatrnosť, pretože nízke priemerné hodnoty môžu znamenať, že skúsenosť s extázou sa sústreďuje iba u menšej časti respondentov, zatiaľ čo väčšina populácie s touto látkou skúsenosť nemá alebo ju uvádza len minimálne. Z preventívneho hľadiska výsledky naznačujú potrebu cielenej edukácie zameranej na rizika syntetických drog, na kontext rekreačného užívania a na mylnou predstavu, že příležitostné užití extázy nepředstavuje významné zdravotní nebo psychické riziko. Význam má aj práca s rovesníckou dynamikou, pretože práve sociálny tlak, túžba po prijatí a snaha zvýšiť intenzitu zážitku môžu v staršej adolescencii podporovať experimentovanie s touto látkou.

Graf 5 sa vzťahuje k položke stimulantov amfetamínového typu. V grafoch je uvedené označenie amfetamíny, preto je v texte použitý širší pojem stimulanty amfetamínového typu.

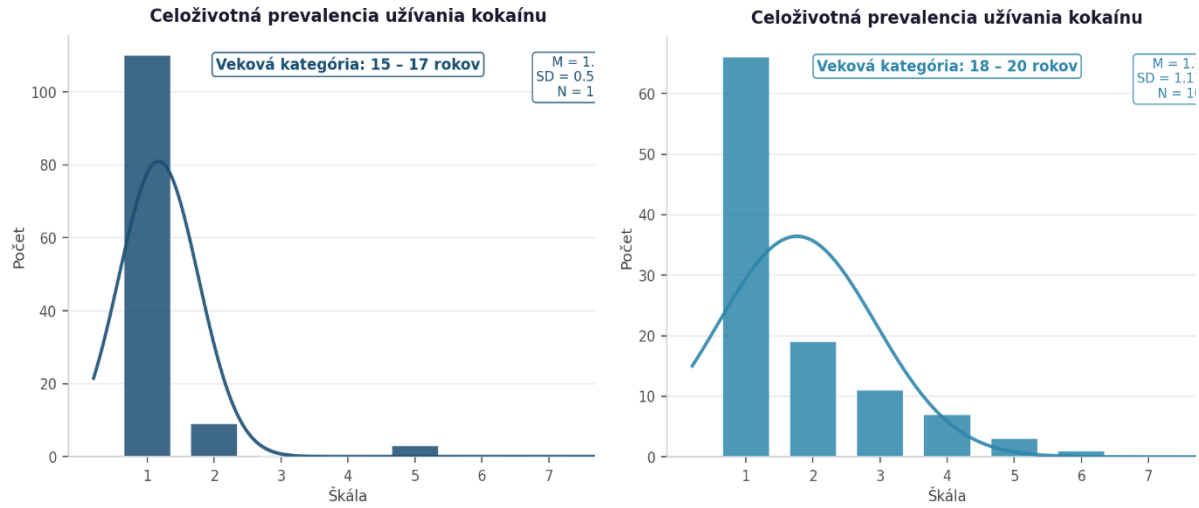


Graf 5. Celoživotná prevalencia užívania stimulantov amfetamínového typu podľa vekovej kohorty
Zdroj: vlastný

Graf 5 naznačuje, že celoživotná skúsenosť so stimulantmi amfetamínového typu je v oboch vekových kohortách skôr okrajová, pričom väčšina odpovedí sa koncentruje v najnižších kategóriách škály. Priemerné skóre 1,31 v skupine respondentov vo veku 15 až 17 rokov poukazuje na veľmi nízku mieru skúsenosti s touto skupinou látok, zatiaľ čo hodnota 1,90 v skupine respondentov vo veku 18 až 20 rokov signalizuje mierny nárast v období neskoršej adolescencie. Rozdiel medzi vekovými kohortami síce nedosahuje rozsah pozorovaný pri alkohole alebo marihuane, ale potvrdzuje všeobecný trend vyšších hodnôt v staršej vekovej skupine. Odborne významné je najmä to, že aj pri nízkom priemernom skóre môžu stimulanty amfetamínového typu predstavovať závažné riziko pre menšiu skupinu respondentov, ktorá s nimi experimentuje alebo ich užíva opakovane. Z hľadiska školskej prevencie preto nejde o plošne rozšírený jav, ale o rizikový segment správania, ktorý si vyžaduje včasnú identifikáciu, citlivú prácu s ohrozenými žiakmi a prepojenie preventívnych aktivít s poradenskými a odbornými službami. Výsledok zároveň podporuje potrebu rozlišovať medzi látkami s vysokou

mierou rozšírenia, ako sú alkohol a tabak, a látkami s nižšou prevalenciou, ktoré však môžu mať pri individuálnom užívaní výraznejší zdravotný, psychický a sociálny dopad.

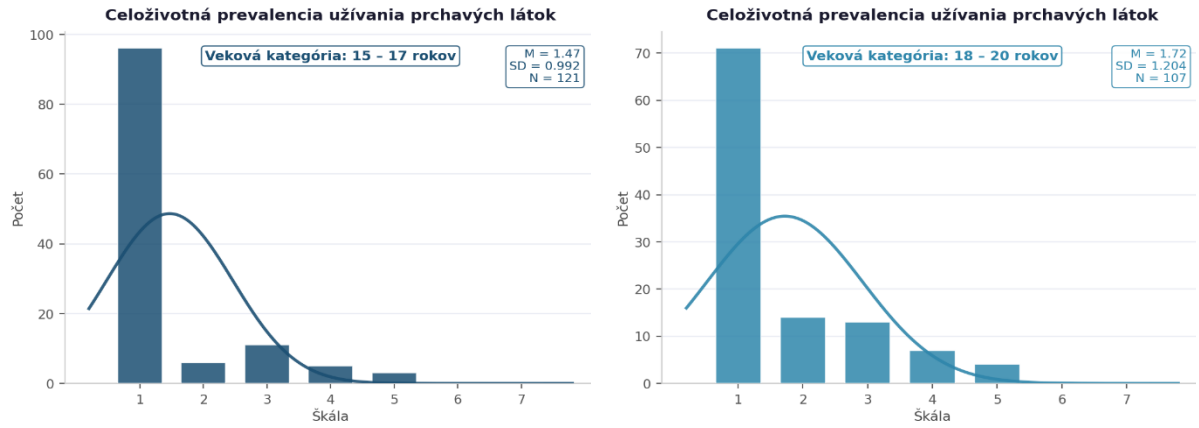
Kokaín predstavuje v adolescentnej populácii menej frekventovanú, avšak z hľadiska zdravotných, psychických a sociálnych dôsledkov vysoko rizikovú psychoaktívnu látku. Zaradenie grafu 6 umožňuje posúdiť, či sa skúsenosť s kokaínom v sledovanom súbore objavuje skôr ako ojedinelý jav, alebo či sa v staršej vekovej kohorte prejavuje zreteľnejší nárast celoživotnej skúsenosti. Pri interpretácii údajov je potrebné zohľadniť, že pri látkach s nízkou mierou výskytu môžu byť priemerné hodnoty ovplyvnené menšou skupinou respondentov, ktorí uvádzajú vyššie kategórie odpovedí.



Graf 6. Celoživotná prevalencia užívania kokaínu podľa vekovej kohorty
Zdroj: vlastný

Graf 6 ukazuje, že celoživotná skúsenosť s kokaínom zostáva v oboch vekových kohortách nízka, pričom odpovede sú výrazne sústredené v najnižších kategóriách škály. Priemerné skóre 1,17 v skupine respondentov vo veku 15 až 17 rokov naznačuje iba minimálnu mieru skúsenosti s touto látkou, zatiaľ čo hodnota 1,76 v skupine respondentov vo veku 18 až 20 rokov poukazuje na mierne vyšší výskyt v období neskoršej adolescencie. Rozdiel medzi vekovými skupinami síce nie je taký výrazný ako pri alkohole alebo marihuane, avšak potvrdzuje všeobecný trend, podľa ktorého staršia kohorta dosahuje vyššie skóre pri väčšine sledovaných psychoaktívnych látok. Z odborného hľadiska je dôležité, že nízka priemerná hodnota neznamená nízku závažnosť problému, pretože už ojedinelá skúsenosť s kokaínom môže byť spojená s významným zdravotným, psychickým a sociálnym rizikom. Výsledok preto podporuje potrebu preventívnych aktivít zameraných nielen na najrozšírenejšie látky, ale aj na menej časté, no závažnejšie formy rizikového experimentovania, ktoré sa môžu objavovať predovšetkým u menších, špecificky ohrozených skupín adolescentov.

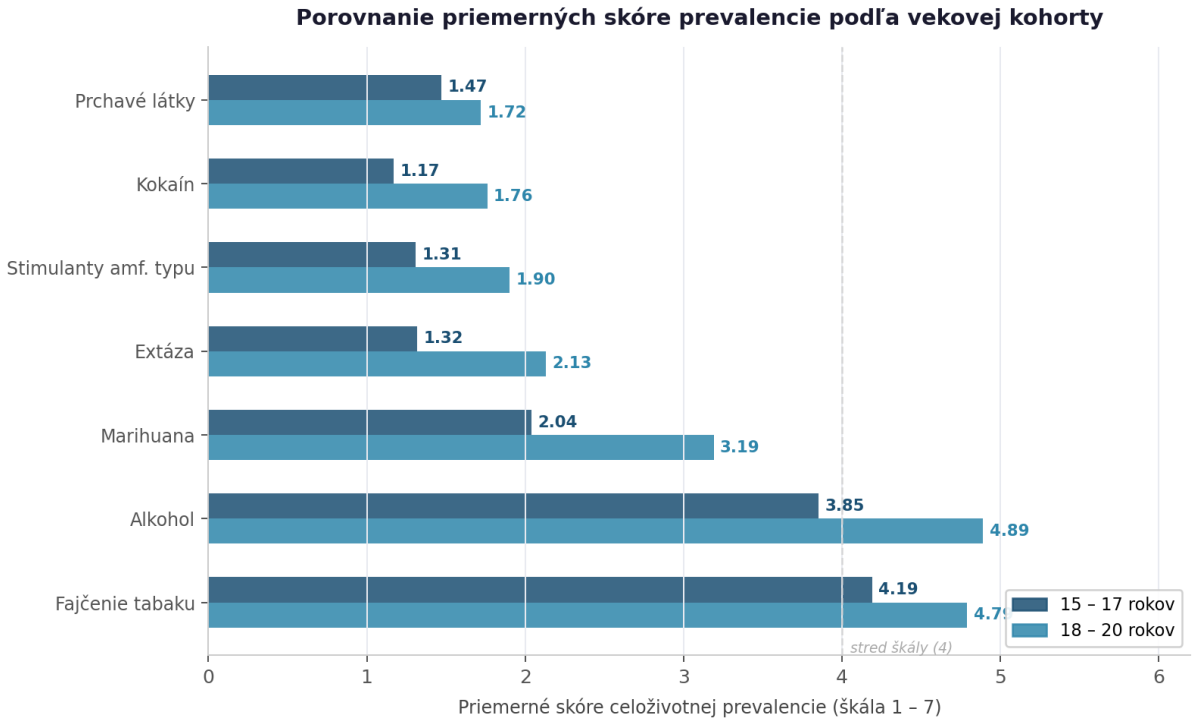
Prchavé látky predstavujú osobitnú skupinu psychoaktívnych látok, pretože ich rizikovosť nesúvisí iba s mierou rozšírenia, ale aj s ľahkou dostupnosťou a možnými akútnymi zdravotnými následkami. Zaradenie grafu 7 umožňuje posúdiť, či sa celoživotná skúsenosť s touto skupinou látok vyskytuje v oboch vekových kohortách rovnomerne, alebo či sa podobne ako pri iných látkach prejavuje vyššie skóre v staršej skupine respondentov. Pri interpretácii výsledkov je potrebné zohľadniť, že nízke priemerné hodnoty môžu zakrývať závažnosť individuálneho rizika u menšej časti adolescentov.



Graf 7. Celoživotná prevalencia užívania prchavých látok podľa vekovej kohorty
Zdroj: vlastný

Graf 7 ukazuje, že celoživotná skúsenosť s prchavými látkami zostáva v oboch vekových kohortách nízka, pričom odpovede sa sústreďujú najmä v najnižších kategóriách škály. Priemerné skóre 1,47 v skupine respondentov vo veku 15 až 17 rokov a 1,72 v skupine respondentov vo veku 18 až 20 rokov naznačuje iba mierny rozdiel medzi vekovými kohortami. V porovnaní s alkoholom, tabakovými výrobkami alebo marihuanou nejde o výrazne rozšírenú formu skúsenosti s psychoaktívnou látkou, avšak uvedené zistenie nemožno interpretovať ako zanedbateľné. Prchavé látky sú špecifické tým, že môžu byť dostupné aj mimo bežných drogových scén, často v domácnosti alebo v bežnom spotrebnom prostredí, a preto môžu predstavovať riziko najmä pre mladších adolescentov s nižšou mierou informovanosti o ich zdravotných dôsledkoch. Výsledky preto podporujú potrebu preventívneho pôsobenia, ktoré sa nebude sústreďovať výlučne na najčastejšie užívané látky, ale zahrnie aj menej frekventované formy rizikového experimentovania s potenciálne závažnými následkami.

Na záver analýzy celoživotnej prevalencie užívania jednotlivých psychoaktívnych látok je vhodné údaje zhrnúť v spoločnom porovnávacom grafe, ktorý umožňuje prehľadné porovnanie priemerných skóre medzi mladšou a staršou vekovou kohortou. Graf 8 syntetizuje výsledky za všetky sledované látky a ukazuje, pri ktorých látkach sa rozdiel medzi vekovými skupinami prejavuje najvýraznejšie. Pri interpretácii je potrebné zohľadniť, že uvedené hodnoty nevyjadrujú klinicky diagnostikovanú závislosť, ale priemerné skóre celoživotnej skúsenosti s užívaním látok na škále od 1 do 7. Vodorovné usporiadanie grafu umožňuje lepšie porovnať poradie látok podľa miery zastúpenia a zároveň zvýrazňuje rozdiel medzi respondentmi vo veku 15 až 17 rokov a respondentmi vo veku 18 až 20 rokov. Referenčná čiara v strede škály napomáha orientačne posúdiť, ktoré látky sa približujú k strednej hodnote škály a ktoré zostávajú prevažne v nízkych hodnotách. Graf je preto zaradený ako súhrnný vizuálny výstup, ktorý nadväzuje na predchádzajúce čiastkové grafy a umožňuje formulovať celkový záver k výskumnej otázke zameranej na najčastejšie užívané psychoaktívne látky z hľadiska veku.



Graf č 8 - Porovnanie priemerných skóre celoživotnej prevalencie podľa vekovej kohorty
Zdroj: vlastný

Súhrnné porovnanie ukazuje, že staršia veková kohorta dosahuje vyššie priemerné skóre pri všetkých sledovaných psychoaktívnych látkach. Najvyššie hodnoty boli zaznamenané pri fajčení tabakových výrobkov a alkohole, pričom alkohol sa v kohorte 18 až 20 rokov stáva najvýraznejšie skórovanou látkou. U respondentov vo veku 15 až 17 rokov zostáva najvyššie skóre pri fajčení tabakových výrobkov, čo naznačuje skorší nástup skúsenosti s tabakom v porovnaní s viacerými inými látkami. Výrazný vekový rozdiel je zrejmý najmä pri marihuane a alkohole, kde možno predpokladať narastajúcu dostupnosť, väčšiu autonómiu adolescentov a intenzívnejší vplyv rovesníckeho prostredia v neskoršej adolescencii. Extáza, stimulanty amfetamínového typu, kokaín a prchavé látky zostávajú v oboch kohortách v nižších hodnotách škály, avšak aj pri nich sa prejavuje vyššie skóre v staršej skupine. Celkový obraz preto potvrdzuje, že vek je významným diferenciačným faktorom celoživotnej skúsenosti s psychoaktívnymi látkami, pričom preventívne programy by mali osobitne reagovať na vysoké zastúpenie legálnych látok a na postupný nárast skúsenosti s marihuanou a ďalšími nelegálnymi látkami v období neskoršej adolescencie.

5.2 Celkový index užívania psychoaktívnych látok a sociálno-patologické javy

Hypotéza H1 sa zameriava na vzťah medzi celkovým indexom užívania psychoaktívnych látok a počtom sociálno-patologických javov, ktoré respondenti uviedli vo svojom živote. Nasledujúce tabuľky sú zaradené ako vstupné deskriptívne údaje k testovaniu hypotézy, pretože ukazujú základnú úroveň, variabilitu a rozloženie oboch premenných pred samotnou korelačnou analýzou.

Tabuľka 2. Deskriptívna charakteristika celkového indexu užívania psychoaktívnych látok

Ukazovateľ	Hodnota
N	228
Priemer	2,393
Medián	2,188

Štd. odchýlka	1,0017
Šikmosť	,657
Špicatosť	-,237
Rozpätie	4,4
Minimum	1,0
Maximum	5,4

Zdroj: vlastný

Deskriptívne údaje uvedené v tabuľke 2 ukazujú, že celkový index užívania psychoaktívnych látok dosiahol priemernú hodnotu 2,393, pričom medián bol 2,188. Blízkosť priemeru a mediánu naznačuje, že rozloženie hodnôt nie je extrémne narušené, hoci mierne vyšší priemer oproti mediánu poukazuje na prítomnosť časti respondentov s vyššími hodnotami indexu. Štandardná odchýlka 1,0017 signalizuje strednú mieru variability v rámci výskumného súboru, čo znamená, že respondenti sa v miere celoživotnej skúsenosti s psychoaktívnymi látkami navzájom odlišovali. Pozitívna hodnota šikmosti 0,657 naznačuje mierne pravostranné zošikmenie rozloženia, teda väčšia časť respondentov dosahovala nižšie hodnoty indexu, zatiaľ čo vyššie hodnoty boli zastúpené u menšej časti súboru. Hodnota špicatosti −0,237 poukazuje na mierne ploššie rozloženie v porovnaní s normálnym rozložením, bez výraznej koncentrácie hodnôt okolo jedného bodu. Rozpätie od 1,0 do 5,4 ukazuje, že v súbore sa nachádzali respondenti bez výraznejšej skúsenosti s užívaním psychoaktívnych látok, ale aj respondenti s vyššou kumulovanou skúsenosťou naprieč viacerými sledovanými látkami. Z metodického hľadiska sú uvedené charakteristiky dôležité preto, že potvrdzujú dostatočnú variabilitu celkového indexu na následné skúmanie jeho vzťahu k počtu sociálno-patologických javov.

Tabuľka 3. Deskriptívna charakteristika počtu sociálno-patologických javov v živote respondenta

Ukazovateľ	Hodnota
N	228
Priemer	2,32
Medián	2,00
Štd. odchýlka	2,293
Šikmosť	,584
Špicatosť	-,757
Rozpätie	9
Minimum	0
Maximum	9

Zdroj: vlastný

Tabuľka 3 ukazuje, že respondenti uvádzali v priemere 2,32 sociálno-patologického javu vo svojom živote, pričom medián dosiahol hodnotu 2,00. Uvedený výsledok naznačuje, že typický respondent uvádzal približne dva sledované rizikové alebo sociálno-patologické javy. Štandardná odchýlka 2,293 poukazuje na pomerne výraznú variabilitu odpovedí, čo znamená, že skúsenosti respondentov sa v tejto oblasti značne líšili. Rozpätie hodnôt od 0 do 9 zároveň ukazuje, že v súbore boli zastúpení respondenti bez uvedenej skúsenosti so sociálno-patologickými javmi, ale aj respondenti, ktorí uviedli viacero takýchto javov. Pozitívna hodnota šikmosti 0,584 naznačuje mierne pravostranné zošikmenie rozloženia, teda väčšia časť

respondentov uvádzala nižší počet javov, zatiaľ čo vyšší počet sa týkal menšej časti súboru. Hodnota špicatosti −0,757 poukazuje na ploššie rozloženie odpovedí, čo podporuje záver o väčšej rôznorodosti skúseností v sledovanej skupine.

Deskriptívne výsledky celkového indexu užívania psychoaktívnych látok a počtu sociálno-patologických javov ukazujú, že obe premenné vykazujú dostatočnú variabilitu na následné posúdenie ich vzájomného vzťahu. Pri oboch premenných sa objavuje mierne pravostranné zošikmenie, čo naznačuje koncentráciu väčšej časti respondentov v nižších hodnotách a súčasnú prítomnosť menšej skupiny respondentov s vyššími hodnotami. Uvedené rozloženie podporuje použitie neparametrickej korelačnej analýzy, pretože Spearmanov korelačný koeficient je vhodný pri ordinálnych alebo nenormálne rozložených premenných a umožňuje posúdiť, či vyššie skóre užívania psychoaktívnych látok súvisí s vyšším počtom sociálno-patologických javov v živote respondentov.

5.3 Testovanie vzťahu medzi užívaním psychoaktívnych látok a sociálno-patologickými javmi

Na testovanie hypotézy H1 bol po zohľadnení povahy premenných použitý neparametrický Spearmanov korelačný test. Výber testu je metodicky primeraný, pretože premenné nevystupujú ako intervalové klinické merania, ale ako škálové a početné ukazovatele odvodené z dotazníkových odpovedí.

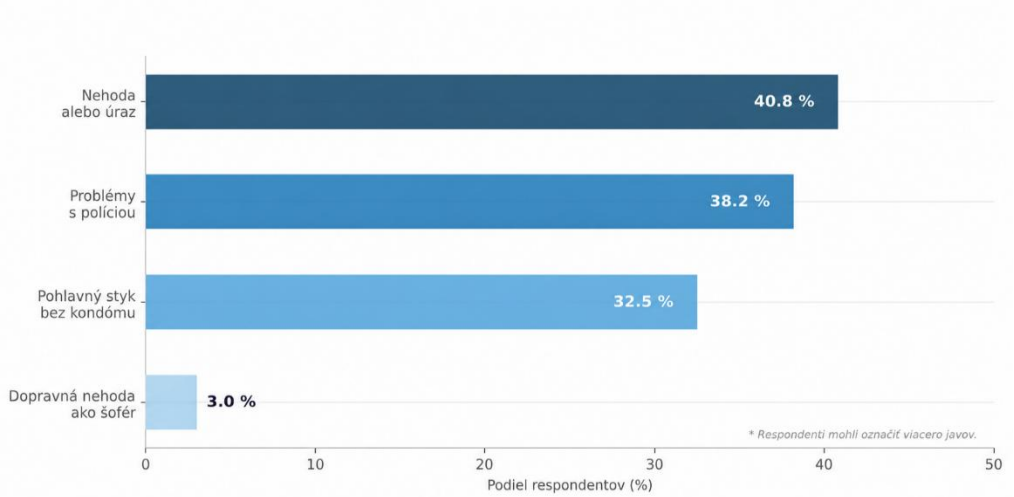
Tabuľka 4. Spearmanov korelačný test vzťahu medzi užívaním psychoaktívnych látok a sociálno-patologickými javmi

Premenné	Štatistika	Hodnota
Prevalencia užívania návykových látok celkovo × počet sociálno-patologických javov v živote	Spearmanovo rho	,741**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	228

Zdroj: vlastný

Výsledky uvedené v tabuľke 4 potvrdzujú silný pozitívny a štatisticky významný vzťah medzi celkovým indexom užívania psychoaktívnych látok a počtom sociálno-patologických javov v živote respondentov. Hodnota Spearmanovho korelačného koeficientu rho = 0,741 poukazuje na vysokú tesnosť vzťahu medzi sledovanými premennými, pričom štatistická významnosť $p < 0,001$ naznačuje, že zistený vzťah nemožno považovať za náhodný. Vecne možno výsledok interpretovať tak, že respondenti s vyššou mierou celoživotnej skúsenosti s psychoaktívnymi látkami častejšie uvádzali aj vyšší počet sociálno-patologických javov. Uvedená súvislosť podporuje predpoklad, že užívanie psychoaktívnych látok sa v adolescentnej populácii nevyskytuje izolovane, ale môže byť súčasťou širšieho komplexu rizikového správania, ktorý zahŕňa napríklad úrazy, konflikty s normami, problémy s políciou alebo rizikové sexuálne správanie. Napriek vysokej hodnote korelačného koeficientu je potrebné interpretovať výsledok opatrne. Prierezový charakter výskumu neumožňuje určiť smer vzťahu ani preukázať kauzalitu. Zistenie preto neznamená, že užívanie psychoaktívnych látok priamo spôsobuje sociálno-patologické javy, ani že sociálno-patologické javy priamo vedú k užívaniu látok. Výsledok však spoľahlivo ukazuje, že obe oblasti sú v skúmanom súbore úzko prepojené a mali by byť v školskej prevencii posudzované spoločne. Preventívne programy by sa preto nemali zameriavať iba na izolované informovanie o rizikách jednotlivých látok, ale aj na širšie faktory adolescentného rizikového správania, akými sú rovesnícky tlak, zvládanie záťaže, impulzivita, bezpečné rozhodovanie a sociálne dôsledky rizikových voľieb. Na základe výsledkov Spearmanovho korelačného testu možno konštatovať, že hypotéza H1 bola podporená. Medzi

celkovým indexom užívania psychoaktívnych látok a počtom sociálno-patologických javov v živote respondentov bol zistený silný pozitívny a štatisticky významný vzťah. Uvedené zistenie predstavuje jeden z kľúčových empirických výsledkov štúdie, pretože poukazuje na potrebu chápať užívanie psychoaktívnych látok ako súčasť širšieho rizikového kontextu adolescentného vývinu.
Hypotéza H1 bola podporená, pretože medzi sledovanými premennými bol zistený štatisticky významný pozitívny vzťah.
Po overení vzťahu medzi celkovým indexom užívania psychoaktívnych látok a počtom sociálno-patologických javov je potrebné doplniť aj vecný prehľad konkrétnych javov, ktoré respondenti uvádzali vo svojom živote. Korelačná analýza poskytuje informáciu o sile a smere vzťahu medzi sledovanými premennými, neumožňuje však sama osebe určiť, ktoré rizikové alebo sociálno-patologické skúsenosti boli v skúmanom súbore najčastejšie. Z tohto dôvodu je zaradený graf percentuálnej frekvencie vybraných sociálno-patologických javov, ktorý rozširuje štatistickú interpretáciu hypotézy o konkrétnejší obsahový pohľad. Pri interpretácii grafu je potrebné zohľadniť, že respondenti mohli označiť viacero možností, preto jednotlivé percentuálne hodnoty nepredstavujú podiely jedného celku a nesčítavajú sa do 100 percent.



Graf 8. Percentuálna frekvencia vybraných sociálno-patologických javov v živote respondentov
Zdroj: vlastný

Graf 8 dopĺňa korelačnú analýzu o vecný pohľad na konkrétne sociálno-patologické javy uvádzané respondentmi. Najvyšší podiel respondentov uviedol nehodu alebo úraz, 40,80 %, nasledovali problémy s políciou, 38,20 %, a pohlavný styk bez kondómu, 32,50 %. Najnižší podiel bol zaznamenaný pri účasti na dopravnej nehode ako šofér, 3,00 %. Keďže respondenti mohli označiť viacero javov, percentá sa nesčítavajú do 100 %, ale vyjadrujú samostatnú frekvenciu výskytu jednotlivých javov v skúmanom súbore. Zahrnutie grafu sociálno-patologických javov je dôležité preto, že korelačný koeficient poskytuje informáciu o sile vzťahu, ale neukazuje, ktoré konkrétne javy sa v skúmanej vzorke vyskytovali najčastejšie. Kombinácia korelačného testu a popisného grafu preto umožňuje interpretovať výsledky nielen štatisticky, ale aj vecne vzhľadom na školskú prevenciu a potrebu včasnej intervencie.

5. Diskusia

Zistenia štúdie ukazujú, že skúsenosť s legálnymi psychoaktívnymi látkami je v skúmanom súbore výraznejšia než skúsenosť s väčšinou nelegálnych látok. V mladšej vekovej kohorte bolo najvyššie priemerné skóre zaznamenané pri fajčení tabakových výrobkov, zatiaľ čo v staršej kohorte dominovalo užívanie alkoholu. Uvedený vzorec je významný z hľadiska školskej prevencie, pretože legálne látky môžu byť vnímané ako menej rizikové, hoci práve ich

dostupnosť a sociálna tolerancia zvyšujú pravdepodobnosť experimentovania v adolescencii. Vekové rozdiely v priemerných skóre naznačujú kumulatívny charakter celoživotnej skúsenosti s psychoaktívnymi látkami. Výraznejší nárast medzi mladšou a staršou kohortou sa prejavil najmä pri alkohole a marihuane. Výsledky preto podporujú potrebu preventívnych programov realizovaných ešte pred obdobím neskoršej adolescencie, keď sa skúsenosť s viacerými látkami rozširuje a môže sa spájať s ďalšími formami rizikového správania. Silná pozitívna korelácia medzi celkovým indexom užívania psychoaktívnych látok a počtom sociálno-patologických javov ukazuje, že skúsenosť s látkami sa v živote respondentov nevyskytuje izolovane. Súvisí s širším okruhom rizikových javov, medzi ktoré patria úrazy, problémy s políciou a rizikové sexuálne správanie. Výsledok je dôležitý pre školskú prax, pretože preventívne pôsobenie by nemalo byť redukované iba na informovanie o drogách, ale malo by zahŕňať sociálne zručnosti, zvládanie záťaže, prácu s rovesníckym tlakom a bezpečné rozhodovanie. Interpretácia výsledkov musí byť opatrná, lebo prierezový charakter výskumu neumožňuje určiť smer vzťahu medzi užívaním látok a sociálno-patologickými javmi. Podobný dôraz na širší psychosociálny kontext adolescentného rizikového správania prináša aj výskum online prostredia ako rizikového faktora suicidálneho správania u adolescentov. Šrobárová a Stachoň (2026) poukazujú na to, že digitálne prostredie môže súvisieť s osamelosťou, emočnou záťažou, psychickou zraniteľnosťou a potrebou dostupnej odbornej podpory. Pre školskú prevenciu z toho vyplýva, že užívanie psychoaktívnych látok nemožno posudzovať izolovane, ale v súvislosti s celkovou kvalitou sociálnych vzťahov, dostupnosťou pomoci, schopnosťou adolescentov vyhľadať podporu a s prostrediami, v ktorých mladí ľudia reálne trávia významnú časť svojho času. Vyššie skóre užívania môže byť spojené s vyšším výskytom rizikových javov, ale rovnako môže ísť o prejavy spoločného rizikového životného kontextu, osobnostných charakteristík, rodinných faktorov, školského zlyhávania alebo rovesníckeho prostredia. Pre ďalší výskum by preto bolo vhodné doplniť viac premenne modely a kontrolovať pohlavie, typ školy, prospech, socioekonomické zázemie a rodinné premenné. V porovnaní s európskymi monitorovacími rámcami, ktoré sledujú adolescentné užívanie alkoholu, tabaku, konopných látok a ďalších rizikových javov, má predložená štúdia význam najmä ako lokálny empirický príspevok k diskusii o školskej prevencii v Slovenskej republike. Najväčšiu hodnotu článku preto netvorí samotné konštatovanie existencie rizikového správania, ale prepojenie užívania psychoaktívnych látok so širším spektrom sociálno-patologických javov v živote študentov.

6. Limity štúdie

Štúdia má viaceré limity, ktoré je potrebné uviesť explicitne. Výskumný súbor bol získaný zámerným výberom, a preto nemožno výsledky generalizovať na všetkých študentov stredných škôl v Slovenskej republike. Elektronická forma dotazníka môže byť spojená so selekciou respondentov a so špecifickým spôsobom vypĺňania, ktorý nemožno plne kontrolovať. Druhým limitom je seba posudzovací charakter údajov. Pri témach, akými sú užívanie psychoaktívnych látok, problémy s políciou alebo rizikové sexuálne správanie, môže dochádzať k podhodnocovaniu alebo nadhodnocovaniu odpovedí v dôsledku sociálnej žiaducnosti, pamäťového skreslenia alebo rozdielnej ochoty respondentov priznať citlivú skúsenosť.

Tretím limitom je skutočnosť, že štúdia pracuje s celoživotnou prevalenciou a prevalenčnými skórami, nie s klinicky diagnostikovanou závislosťou. Výsledky preto hovoria o miere uvádzanej skúsenosti s užívaním psychoaktívnych látok, nie o prevalencii porúch z užívania návykových látok v klinickom zmysle. Pred finálnym publikovaním je vhodné doplniť presné znenie položiek, spôsob tvorby celkového indexu a reliabilitu použitých škál. Štvrtým limitom je prierezový dizajn výskumu, ktorý neumožňuje kauzálnu interpretáciu. Zistené vzťahy možno chápať ako asociácie, ktoré vyžadujú ďalšie overenie v longitudinálnych alebo viac premenných výskumných modeloch.

7. Záver

Užívanie psychoaktívnych látok a látkové závislosti predstavujú závažný sociálny, zdravotný a výchovný problém, ktorý sa výrazne dotýka aj školského prostredia. Obdobie adolescencie je z hľadiska experimentovania s psychoaktívnymi látkami mimoriadne rizikové, pretože mladí ľudia sú v tomto období ovplyvňovaní rovesníkmi, potrebou prijatia, zvedavosťou, túžbou po nových zážitkoch, ale aj snahou zvládať stres či osobné problémy. Cieľom článku bolo poukázať na celoživotnú prevalenciu užívania psychoaktívnych látok u študentov stredných škôl na Slovensku a identifikovať vybrané súvislosti medzi užívaním návykových látok a sociálno-patologickými javmi. Výskum realizovaný na vzorke 228 respondentov ukázal, že najčastejšie užívanými látkami sú legálne psychoaktívne látky, predovšetkým tabak a alkohol. U respondentov vo veku 15 až 17 rokov bolo najčastejšie zaznamenané fajčenie, zatiaľ čo u respondentov vo veku 18 až 20 rokov dominovalo užívanie alkoholu. Najnižšia miera užívania bola v oboch vekových skupinách zaznamenaná pri metamfetamínoch. Výsledky zároveň poukázali na skutočnosť, že so zvyšujúcim sa vekom respondentov narastá aj priemerné skóre celoživotnej prevalencie pri viacerých psychoaktívnych látkach, najmä pri alkohole, marihuane, extáze a kokaíne. Tieto zistenia potvrdzujú potrebu vekovo primeranej a cielenej prevencie, ktorá by mala začínať už pred vstupom mladých ľudí do obdobia vyššej miery rizikového správania. Významným zistením výskumu bolo potvrdenie štatisticky významného pozitívneho vzťahu medzi celkovým indexom užívania psychoaktívnych látok a počtom sociálno-patologických javov v živote respondenta. Silná pozitívna korelácia naznačuje, že vyššia miera uvádzanej skúsenosti s psychoaktívnymi látkami je spojená s vyšším výskytom rizikových a sociálno-patologických javov, ako sú úrazy, problémy s políciou či rizikové sexuálne správanie. Hypotéza výskumu bola podporená, avšak výsledok nemožno interpretovať ako dôkaz príčinnej súvislosti. Na základe uvedených zistení možno konštatovať, že školské prostredie má nezastupiteľnú úlohu pri prevencii látkových závislostí. Prevencia by nemala byť jednorazová ani formálna, ale systematická, dlhodobá a odborne vedená. Dôležité je zamerať sa nielen na nelegálne drogy, ale aj na legálne látky, najmä alkohol a tabak, ktoré sú medzi mladými ľuďmi najrozšírenejšie. Účinné preventívne programy by mali rozvíjať sociálne zručnosti, kritické myslenie, schopnosť odolávať tlaku rovesníkov a zvládať záťažové situácie bez potreby úniku k návykovým látkam. Záverom možno uviesť, že problematika látkových závislostí v školskom prostredí si vyžaduje multidisciplinárny prístup, v ktorom má významné miesto spolupráca školy, rodiny, sociálnych pracovníkov, psychológov, zdravotníkov a ďalších odborníkov. Len komplexné a včasné preventívne pôsobenie môže prispieť k znižovaniu výskytu užívania psychoaktívnych látok a k ochrane zdravého osobnostného a sociálneho vývinu mladých ľudí.

Zoznam použitej literatúry

BUDAYOVÁ, Z. – LUDVIGH CINTULOVÁ, L. 2025. Attitudes towards Cyberspace in Youth Education – Selected Problem Areas – Quantitative Research. In Andragogy Adult Education and Social Marketing, 5(5). DOI: 10.15503/andr2025.5.

ESPAD GROUP. 2025. ESPAD Report 2024: Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2025.

EUDA. 2025. European Drug Report 2025: Trends and Developments. Lisbon: European Union Drugs Agency, 2025.

GYMERSKÁ, M. – KOŽUCH, B. – RÚŽIČKA, M. a kol. 2009. Ako sa brániť drogám a predchádzať závislostiam. 1. vyd. Bratislava: OZ PERSONA. 2009. 63 s. ISBN 978-80-89463-05-3.

HRONCOVÁ, J. – KRAUS, B. – EMMEROVÁ, I. 2006. Sociálna patológia pre sociálnych pracovníkov a pedagógov. 1. vyd. Banská Bystrica: PF Univerzita Mateja Bela. 2006. 251 s. ISBN 80-8083-223-4.

HUPKOVÁ, I. – LIBERČANOVÁ, K. 2012. Drogové závislosti an ich prevencia. 1. vyd. Trnava: Trnavská univerzita v Trnave. 153 s. ISBN 978-80-8082-563-8.
CHOVANEC, J. – BILLÁ, T. 2013. Drogy, závislosti a úloha sociálnej práce. 1. vyd. Bratislava: VŠZaSP sv. Alžbety. 2013. 98 s. ISBN 978-80-8132-073-6.
KALINA, K. 2010. Základy klinické adiktologie. Praha: Grada. 2010. 388 s. ISBN 9788024714110.
MAHDALÍČKOVÁ, J. 2014. Víme o drogách všechno? 1. vyd. Praha: Wolters Kluwer. 122 s. ISBN 978-80-7478-589-4.
NATIONAL INSTITUTE ON DRUG ABUSE (NIDA). 2014. Drugs, Brains, and Behavior the Science of Addiction. [online]. 30 s. Dostupné na internete: https://www.drugabuse.gov/sites/default/files/soa_2014.pdf
NOCIAR, A. 2009. Drogové závislosti. 1. vyd. Bratislava: VŠZaSP sv. Alžbety. 121 s. ISBN 978-80-89271-68-9.
NOVOMESKÝ, F. 1996. Drogy: História – medicína - právo. 1. vyd. Martin: Advent Orion. 1996. 120 s. ISBN 80-88719-49-6.
ONDREJKOVIČ, P. a kol. 2009. Sociálna patológia. 3 vyd. Bratislava: Veda. 2009. 577 s. ISBN 978-80-224-1074-8.
ŠROBÁROVÁ, S. – STACHOŇ, M. 2026. The online environment as a risk factor for suicidal behaviour in adolescents: challenges for social work. In Kontakt, 28(1), s. 98–105. DOI: 10.32725/kont.2026.012.
VÁGNEROVÁ, M. 2008. Psychopatologie pro pomáhajíci profese. 4 vyd. Praha: Portál. 2008. 870 s. ISBN 978-80-7367-414-4.
WHO REGIONAL OFFICE FOR EUROPE. 2024. A focus on adolescent substance use in Europe, central Asia and Canada: Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2024.

TECHNOLOGICKÉ ZÁVISLOSTI ADOLESCENTŮ A FUNGOVÁNÍ RODINY: KVALITATIVNÍ VÝZKUM V RODINÁCH KARLOVARSKÉHO KRAJE

TECHNOLOGICAL ADDICTIONS OF ADOLESCENTS AND FAMILY FUNCTIONING: QUALITATIVE RESEARCH IN FAMILIES OF THE KARLOVY VARY REGION

Jakub Šimek
mgr. MSc.
ORCID: https://orcid.org/0009-0000-4245-1692
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti Praha, zahraniční pobočka
Hovorčovická 1281/11, Praha 182 00
Česká republika
jakvb.simek@icloud.com

Abstrakt: Předložená studie zkoumá vztah mezi závislostí adolescentů na sociálních sítích a digitálních hrách a celkovým fungováním rodiny v Karlovarském kraji. Výzkum byl proveden na záměrně zvoleném vzorku dvaceti rodin s adolescenty ve věku 12 až 18 let a opírá se o metodologickou triangulaci tří komplementárních nástrojů sběru dat, konkrétně polostrukturovaných rozhovorů, participačního pozorování a analýzy kontextových dokumentů. Výsledky prokazují, že technologické závislosti systematicky narušují všechny dimenze rodinných funkcí vymezené McMasterovým modelem rodinného fungování, tedy komunikaci mezi členy rodiny, plnění rodinných rolí, emocionální zapojení, emocionální odezvu, řízení chování a celkové fungování domácnosti jako funkčního sociálního systému. Adolescenti vykazující výraznější znaky závislostního chování projevují sníženou ochotu sdílet prožitky a emoce s rodiči, systematicky se vyhýbají odpovědnosti za domácí povinnosti a jsou emocionálně méně dostupní pro ostatní členy rodinného systému. Rodiče v důsledku toho ztrácejí schopnost efektivně nastavovat pravidla a smysluplné hranice pro užívání technologií a pociťují narůstající bezmoc, frustraci a psychické vyčerpání. Pět podrobných případových studií ilustruje různorodost projevů závislostního chování a naznačuje, že účinná intervence musí nutně zahrnovat celý rodinný systém, nikoli pouze adolescenta jako izolovaného nositele problému. Závěr přináší doporučení pro rodičovskou praxi, školy a instituce státní správy a zároveň poukazuje na potřebu dalšího výzkumu v regionálním kontextu.

Klíčová slova: technologická závislost, adolescence, McMasterův model, závislost na sociálních sítích, herní porucha, rodinné funkce, Karlovarský kraj, kvalitativní výzkum, biopsychosociální model.

Abstract: This study examines the relationship between adolescent addiction to social networks and digital games and the overall functioning of the family in the Karlovy Vary Region. The research was conducted on a purposively selected sample of twenty families with adolescents aged 12 to 18 years, drawing on methodological triangulation of three complementary data collection instruments, namely semi-structured interviews, participatory observation, and analysis of contextual documents. The results demonstrate that technological addictions systematically disrupt all dimensions of family functioning as defined by the McMaster Model of Family Functioning, specifically intrafamily communication, fulfilment of family roles, emotional involvement, emotional responsiveness, behavioural control, and overall household functioning as a social system. Adolescents exhibiting more pronounced signs of addictive behaviour show markedly reduced willingness to share experiences and emotions with parents, systematically avoid responsibility for domestic duties, and are

emotionally less available to other members of the family system. As a consequence, parents lose the capacity to set effective rules and meaningful boundaries for technology use, and increasingly report feelings of helplessness, frustration, and psychological exhaustion. Five detailed case studies illustrate the diversity of addictive behaviour manifestations and indicate that effective intervention must encompass the entire family system, not solely the adolescent as an isolated bearer of the problem. The conclusion offers recommendations for parenting practice, schools, and government institutions, while also highlighting the need for further research within a regional context.

Keywords: technological addiction, adolescence, McMaster Model, social media addiction, gaming disorder, family functions, Karlovy Vary Region, qualitative research, biopsychosocial model.

1 Úvod

Digitální technologie se v uplynulých dvou desetiletích staly neoddělitelnou součástí každodenního života adolescentů, kteří vyrůstají v prostředí, jež jim umožňuje nepřetržitý přístup k sociálním sítím, digitálním hrám a dalším online platformám. Sociální média a interaktivní hry přestávají být pouze zábavním nástrojem a stávají se pro dospívající klíčovým prostorem pro budování identity, navazování vrstevnických vztahů a zvládání emočních nároků vývojového období. Průměrná denní doba, kterou čeští adolescenti tráví na internetu, přesahuje tři hodiny, přičemž přibližně 66 % z nich uvádí aktivní přítomnost na sociálních sítích jako každodenní součást svého režimu (Šmahel a kol., 2020). Uvedená čísla vypovídají nejen o technologickém přechodu generace, ale také o hlubokých změnách ve způsobu, jakým mladí lidé navazují kontakty, tráví volný čas a řeší každodenní výzvy.

Závislost na sociálních sítích a herní porucha jsou v současné odborné literatuře řazeny mezi behaviorální závislosti, tedy závislostní stavy, které nevyžadují přítomnost psychoaktivní látky, avšak vykazují srovnatelné symptomatologické znaky jako látková závislost, například ztrátu kontroly nad chováním, odvykací obtíže, zvyšující se toleranci a výrazné narušení každodenního fungování (Blinka a kol., 2015). Světová zdravotnická organizace zařadila herní poruchu do jedenácté revize Mezinárodní klasifikace nemocí, čímž jí přiznala status klinicky uznaného onemocnění a zároveň vyzvala odbornou veřejnost k systematičtějšímu výzkumu jejích příčin, projevů a dopadů (WHO, 2019). Zmíněná mezinárodní klasifikace potvrzuje závažnost fenoménu, který byl donedávna považován za pouhou módní zálibu nebo nevýznamný vedlejší efekt technologického pokroku.

Vliv technologických závislostí přesahuje individuální rovinu a zasahuje do fungování rodinného systému jako celku. Rodina, jakožto primární socializační prostředí, plní zásadní výchovnou, ochrannou a emocionálně podpůrnou funkci, přičemž narušení jejích vnitřních dynamik může mít dalekosáhlé důsledky pro psychický vývoj adolescenta (Matějček, 2005). Zahraniční výzkumy opakovaně dokládají, že nadměrné užívání sociálních médií a digitálních her narušuje komunikaci mezi rodiči a dětmi, oslabuje emocionální vazby, způsobuje konflikty při plnění rodinných rolí a snižuje celkovou kohezi rodiny (Yayman a Bilgin, 2020). V českém odborném kontextu upozorňují Šmahaj, Kolařík a Glaser (2022) na skutečnost, že rodiče stále více obtížně nastavují smysluplná pravidla pro technologické chování svých dětí a cítí se při řešení těchto problémů osamocení a nepodporovaní.

Přes narůstající zájem odborné veřejnosti o tuto problematiku zůstává empirických výzkumů mapujících konkrétní mechanismy vlivu technologických závislostí na rodinné fungování v českém prostředí stále nedostatek. Předložená studie si proto klade za cíl tuto mezeru alespoň částečně zaplnit prostřednictvím kvalitativního výzkumu realizovaného v Karlovarském kraji, a to zejména na základě podrobné analýzy dvaceti rodin s adolescenty, u nichž bylo identifikováno problematické nebo rizikové chování související s technologiemi. Šimek

(2025a) ve svém přehledovém článku o problémovém chování adolescentů v digitálním věku poukazuje na obecnější pravdivost, že digitální prostředí neslouží jako neutrální komunikační kanál, ale jako prostor, v němž se formují a zesilují vzorce chování ovlivňující celý socializační systém adolescenta, tedy rodinu, školu a vrstevnické prostředí. Šrobárová a Stachoň (2026) doplňují, že rizikovost online prostředí pro adolescenty nelze posuzovat pouze podle délky doby strávené na internetu, ale zejména podle kvality digitálních interakcí, míry prožívané osamělosti a dostupnosti odborné podpory.

Specifickým přínosem této studie je regionální zaměření. Karlovarský kraj je dlouhodobě jedním ze socioekonomicky nejslabších regionů České republiky, vyznačuje se nadprůměrnou nezaměstnaností, nižší vzdělanostní strukturou a omezenou dostupností preventivních a poradenských služeb. Zmíněné faktory mohou modifikovat způsob, jakým rodiny vnímají a zvládají technologické přetížení svých dětí, a je proto odůvodněné předpokládat, že výsledky výzkumu přinesou poznatky relevantní nejenom pro daný region, ale i pro oblasti s podobným socioekonomickým profilem v rámci střední Evropy.

2 Teoretická východiska

Teoretická část vymezuje základní pojmový a konceptuální rámec, na němž je výzkum postaven. Pozornost je věnována třem vzájemně propojeným vrstvám. První vrstvou je klasifikace technologických závislostí jako behaviorálních poruch a jejich ukotvení v biopsychosociálním modelu závislosti, jenž integruje biologické, psychologické a sociální determinanty závislostního chování. Druhou vrstvou je McMasterův model rodinného fungování jako analytický nástroj pro strukturované posouzení šesti dimenzí rodinného života, jichž se technologické závislosti adolescentů bezprostředně dotýkají. Třetí vrstvou je sociální a vývojový kontext adolescence, v němž digitální technologie plní specifické funkce regulace emocí, budování identity a navazování vztahů, a jenž zároveň vytváří podmínky zvýšené zranitelnosti vůči závislostnímu chování. Propojení těchto tří vrstev umožňuje pochopit, proč technologické závislosti nemohou být redukovány na pouhé nadměrné trávení času u obrazovky, ale musejí být chápány jako komplexní biopsychosociální fenomén se systémovými dopady na celou rodinu.

2.1 Technologické závislosti jako behaviorální poruchy

Závislost na sociálních sítích i herní porucha jsou v odborné literatuře klasifikovány jako behaviorální závislosti, tedy formy závislostního chování, jejichž definujícím znakem není přítomnost psychoaktivní substance, ale nutkavá a opakující se aktivita vedoucí k narušení každodenního fungování. Blinka a kol. (2015) definují závislost na sociálních sítích jako vzorec chování charakterizovaný nadměrnou zaujatostí online platformami, ztrátou kontroly nad délkou a frekvencí jejich užívání, abstinenčními obtížemi při omezení přístupu a postupnou preferencí virtuálních interakcí před interakcemi reálnými. Ševčíková (2014) k tomu dodává, že klíčovým diagnostickým kritériem je zejména skutečnost, že online aktivity přestávají plnit doplňkovou funkci a stávají se primárním nástrojem regulace emocí, emocionálního úniku a potřeby sociálního uznání.

Herní porucha, v anglické terminologii označovaná jako gaming disorder, je od roku 2019 součástí Mezinárodní klasifikace nemocí ICD-11, kde je definována jako perzistentní nebo opakující se vzorec herního chování s negativním dopadem na osobní, sociální, vzdělávací nebo pracovní fungování jedince (WHO, 2019). Herní závislost je přitom v odborné literatuře konzistentně spojována s impulzivitou, obtížemi v oblasti seberegulace, nízkou frustrační tolerancí a sníženou mírou rodičovské a vrstevnické sociální podpory (Nešpor, 2011). West (2013) zdůrazňuje, že závislostní chování je třeba chápat jako dynamický proces s různými fázemi rozvoje, nikoli jako statický diagnostický stav, přičemž environmentální faktory,

zejména rodinné prostředí, hrají klíčovou roli jak v jeho vzniku, tak v jeho udržování nebo naopak v jeho remisi.
Biopsychosociální model závislosti představuje v současnosti nejucelenější teoretický rámec pro porozumění nejen látkovým, ale i behaviorálním formám závislostního chování. Biopsychosociální model, podrobně zpracovaný Kalinou a kol. (2008), integruje tři základní dimenze, a sice biologickou, zahrnující neurobiologické predispozice a mechanismy dopaminergní aktivace systému odměny, psychologickou, zahrnující osobnostní rysy jako impulzivitu, nízké sebevědomí a obtíže v emocionální regulaci, a sociální, zahrnující vrstevnické normy, rodičovský styl výchovy a celkové kulturní nastavení vůči technologiím. V kontextu adolescentních technologických závislostí je sociální dimenze zvláště důležitá, protože dospívání je vývojovým obdobím, v němž se identita formuje primárně prostřednictvím vztahů s vrstevníky a rodinou, přičemž digitální prostředí nabízí pro tento proces lákavou, rychle odměňující a zdánlivě bezpečnější alternativu (Langmeier a Krejčířová, 2006).
Spitzer (2014) ve svém konceptu digitální demence upozorňuje na neuroplastické důsledky nadměrného užívání digitálních médií v období dospívání, kdy mozek prochází intenzivní strukturální proměnou. Nadměrná stimulace systému okamžité odměny vede podle tohoto autora k oslabení sítí zodpovědných za pozornost, seberegulaci a dlouhodobé plánování, čímž se vytváří neurobiologická vulnerabilita, která závislostní chování dále posiluje a ztěžuje jeho překonání. Suchá (2023) v rámci širšího přehledu digitálních závislostí u dospívajících připomíná, že pouhé omezení přístupu k technologiím bez současné práce s psychologickými příčinami závislostního chování vede k jeho rychlé recidivě nebo k přesunu na jiný typ stimulace.

2.2 McMasterův model rodinného fungování

Pro systematické uchopení problematiky rodinného fungování vychází předložený výzkum z McMasterova modelu, jenž rozlišuje šest základních dimenzí, prostřednictvím nichž lze hodnotit zdraví rodinných vztahů a detekovat oblasti dysfunkce. Dimenze řešení problémů se týká schopnosti rodiny identifikovat, definovat a efektivně řešit každodenní i krizové situace, přičemž v kontextu technologických závislostí znamená zejména schopnost společně a bez eskalace řešit problém nadměrného užívání technologií formou dialogu, vyjednávání a spolupráce. Dimenze komunikace zahrnuje kvalitu, otevřenost, přímočarost a respektující charakter předávání informací v rámci rodiny, přičemž v digitálně přetížených domácnostech dochází k postupnému oslabování schopnosti aktivního naslouchání a ke ztrátě prostoru pro sdílení emocí a prožitků (Šmahaj, Kolařík a Glaser, 2022).
Dimenze rodinných rolí sleduje jasnost, flexibilitu a spravedlivé rozdělení odpovědnosti mezi členy rodiny, přičemž závislostní chování adolescenta vede typicky k tzv. rozházení rolí, kdy rodič nebo sourozenec přebírá úkoly, jež adolescent systematicky zanedbává v důsledku absorpce do virtuálního prostředí. Dimenze emocionální odezvy posuzuje schopnost jednotlivých členů rodiny vyjadřovat a zpracovávat emoce přiměřeným a kontextu odpovídajícím způsobem. Dimenze emocionálního zapojení měří míru vzájemného zájmu, blízkosti a aktivního sdílení, přičemž závislost na digitálních médiích může tento kontakt výrazně omezit, protože adolescenti se stahují do online prostředí a rodiče nezřídka nevědomě replikují stejné vzorce chování. Dimenze kontroly chování se zabývá způsoby, jimiž rodina stanovuje, prosazuje a sankcionuje dodržování pravidel, přičemž v digitální éře bývá tato dimenze jednou z nejkonfliktnějších a nejhůře spravovatelných oblastí rodinného systému.
McMasterův model byl původně vyvinut jako diagnostický a intervenční nástroj pro rodinnou terapii a v průběhu desetiletí byl empiricky ověřen napříč různými kulturními prostředími. Hodnoty nad 2,0 na škále Family Assessment Device, která jednotlivé dimenze operacionalizuje, signalizují klinicky relevantní riziko dysfunkce. Chomynová a kol. (2023) ve své přehledové zprávě o závislostech v České republice zdůrazňují, že přístup zaměřený na celý

rodinný systém je prokazatelně účinnější než individuální intervence zaměřené výhradně na závislého jedince, přičemž McMasterův model poskytuje pro tento přístup metodologicky propracovaný rámec.

2.3 Sociální kontext technologických závislostí v adolescenci

Adolescenti využívají digitální technologie jako nástroj pro zvládání vývojových výzev specifických pro toto životní období, zejména pro hledání identity, navazování vrstevnických vztahů a regulaci emočního napětí. Yang a Tung (2007) zjistili, že až 70 % adolescentů s nízkým sebevědomím využívá sociální média jako únikový mechanismus od reálných problémů, přičemž tento únik je posilován okamžitou dostupností digitální zpětné vazby ve formě reakcí, komentářů a hodnocení, jež neurobiologicky aktivují dopaminergní systém odměny způsobem analogickým mechanismu látkové závislosti. Kuss a Griffiths (2017) identifikovali tři klíčové sociální faktory přispívající k rozvoji závislosti na sociálních sítích, jimiž jsou tlak vrstevníků na neustálou online přítomnost, strach z vynechání označovaný anglickým akronymem FoMO a normalizace nadměrného užívání technologií prostřednictvím mezigeneračního modelování v rodinném prostředí.

Savci a Aysan (2017) prokázali ve studii zaměřené na adolescentní populaci, že intenzivní užívání sociálních médií a digitálních her negativně koreluje se schopností navazovat a udržovat mezilidské vztahy v reálném světě, a že digitální prostředí se v případě závislostního chování stává nikoliv doplňkem reálných vazeb, ale jejich náhradou vedoucí k sociální izolaci a prohlubujícímu se pocitu osamělosti. Budayová a Ludvigh Cintulová (2025) v analýze postojů k digitálnímu prostoru ve výchově mládeže zdůrazňují, že klíčovým faktorem ochrany před rozvojem závislostního chování je mediální gramotnost dospělých, zejména rodičů a pedagogů, kteří by měli být schopni s dítětem otevřeně diskutovat o digitálních rizicích, sdílet zkušenosti a společně rozvíjet kritické myšlení vůči online obsahu, a to nikoli formou zákazu, ale formou aktivního průvodcovství.

Šimek (2025b) ve svém přístupu k pedagogicko-psychologickým fenoménům digitálního věku poukazuje na to, že škola sehrává v životě adolescenta funkci sekundárního socializačního prostředí, v němž se naplno projeví důsledky narušené rodinné dynamiky, a zároveň může fungovat jako korektivní prostor, pokud disponuje dostatečnou kapacitou pro psychosociální podporu. Spolupráce rodičů a školy při identifikaci a řešení technologického přetížení je proto klíčovým preventivním faktorem, jehož potenciál zůstává v praxi často nevyužit. Šrobárová a Stachoň (2026) tento pohled doplňují zjištěním, že adolescenti s výraznějšími znaky závislostního chování vykazují současně zvýšenou míru prožívané osamělosti a sníženou ochotu vyhledat odbornou pomoc, přičemž obě tyto charakteristiky signifikantně korelují s omezenou dostupností podpory v jejich bezprostředním sociálním prostředí.

3 Metodologie

Metodologická část podrobně popisuje výzkumný design, způsob výběru respondentů a sestavení výzkumného souboru, použité nástroje sběru dat a strategii jejich analýzy. Zahrnuty jsou rovněž reflexe etických aspektů výzkumu s rodinami a ochrana soukromí všech zúčastněných. Volba kvalitativní metodologie vychází z povahy zkoumaného fenoménu, protože technologické závislosti a jejich dopady na rodinné fungování jsou komplexní jevy, jejichž porozumění vyžaduje přístup citlivý k individuálním prožitkům, kontextu a dynamice mezilidských vztahů. Metodologická triangulace, tedy kombinace polostrukturovaných rozhovorů, participačního pozorování a analýzy kontextových dokumentů, byla zvolena jako strategie zvyšující validitu zjištění prostřednictvím cross-validace mezi různými typy dat a perspektivami. Analytická strategie tematické analýzy pak umožňuje propojit individuální výpovědi respondentů s obecnějšími vzorci a závěry o mechanismech vlivu závislostního chování na rodinný systém.

3.1 Výzkumný design a zdůvodnění metodologické volby

Výzkum byl navržen jako kvalitativní studie s využitím relačního průzkumného modelu, jenž je vhodným designem pro analýzu vztahů a vzájemných súvislostí mezi proměnnými v situacích, kde komplexnost a subjektivní prožívání respondentů neumožňují redukci na číselná data bez ztráty podstatných interpretačních vrstev. Kvalitativní přístup byl zvolen proto, že umožňuje hluboké porozumění individuálním zkušenostem, emocím a významům, jež by v kvantitativním výzkumu zůstaly skryté nebo podhodnocené. Metodologická triangulace tří vzájemně se doplňujících nástrojů, polostrukturovaných rozhovorů, participačního pozorování a analýzy kontextových dokumentů, pak zvyšuje validitu zjištění a umožňuje cross-validaci mezi různými typy dat.

Kvantitativní výzkumný design nebyl zvolen záměrně, protože přílišná redukce komplexních a citlivých rodinných zkušeností na škálové hodnoty by vedla ke ztrátě kontextuálního porozumění. Přestože kvantitativní přístup umožňuje statistickou generalizaci na větší populace, není schopen zachytit jemné nuance a dynamiku rodinných interakcí, které jsou pro pochopení mechanismu vlivu technologických závislostí klíčové. Tematická analýza jako hlavní analytická strategie umožnila identifikovat opakující se vzorce, témata a významové jednotky napříč jednotlivými rodinami a propojit individuální příběhy s obecnějšími závěry o dopadech digitálního přetížení na rodinný systém.

3.2 Výzkumný soubor a výběr respondentů

Výzkumný vzorek tvořilo dvacet rodin s adolescenty ve věku 12 až 18 let z Karlovarského kraje, přičemž osmnáct z nich bylo úplných a dvě tvořila pouze matka s dítětem. Celkem bylo zapojeno dvacet matek, osmnáct otců, deset babiček a osm dědů žijících společně s rodinou, pětačtyřicet sourozenců dotazovaných adolescentů a čtyřiadvacet samotných adolescentů. Rodiny byly oslovovány záměrně prostřednictvím místních škol, školních psychologů, komunitních organizací a poraden pro mládež v Karlovarském kraji, přičemž kritériem zařazení bylo identifikované problematické nebo rizikové chování adolescenta spojené s užíváním digitálních technologií, ochota sdílet informace o rodinné dynamice a dostupnost rodiny pro opakované návštěvy v průběhu výzkumu.

Karlovarský kraj byl pro výzkum zvolen záměrně. Jde o region s dlouhodobě vyšší mírou nezaměstnanosti, nižší průměrnou mzdou, horší dostupností preventivních a poradenských služeb a vyšším podílem dětí vyrůstajících v neúplných rodinách ve srovnání s ostatními českými regiony. Uvedené socioekonomické charakteristiky mohou modifikovat rodinnou dynamiku v kontextu technologických závislostí a přidávat specifické zátěžové faktory, jež v ekonomicky silnějších regionech nemusejí být přítomny s takovou intenzitou. Oslabená rodičovská dostupnost způsobená ekonomickým stresem, nižší vzdělanostní úroveň rodičů omezující mediální gramotnost a horší dostupnost odborné pomoci vytvářejí podmínky, v nichž jsou rodiny exponovány rizikům digitálního přetížení ve zvýšené míře a s omezenějšími zdroji pro jejich zvládání.

3.3 Metody sběru a analýzy dat

Polostrukturované rozhovory trvající přibližně 45 až 60 minut probíhaly v přirozeném prostředí respondentů, zpravidla v domácnostech nebo v prostorách školních poradenských zařízení. Volba přirozeného prostředí záměrně podporovala navázání důvěry a vytvoření bezpečného komunikačního prostoru, v němž respondenti sdíleli informace, jež by v anonymním dotazníkovém šetření pravděpodobně nevyjádřili. Rozhovory byly vedeny s adolescenty i jejich rodiči, avšak v řadě případů také s prarodiči, sourozenci, třídními učiteli, výchovnými poradci a školními psychology, čímž bylo dosaženo víceperspektivního pohledu na zkoumaný fenomén. Tematické okruhy rozhovorů zahrnovaly způsoby trávení volného času adolescenty, vnímání

vlastního vztahu k sociálním sítím a digitálním hrám, konkrétní změny v komunikaci a plnění rodinných povinností, způsoby řešení konfliktů a celkové emocionální klima v rodině.
Participační pozorování se zaměřovalo na přirozené každodenní interakce v domácnostech a školních prostředích. Výzkumník při opakovaných návštěvách sledoval situace společného rodinného soužití, způsoby trávení volného času, dynamiku konfliktů a výskyt přirozených rituálů jako jsou společné večeře nebo večerní rozhovory. Zvláštní pozornost byla věnována situacím, v nichž se technologie projevovaly jako rušivý element, například při přerušování rozhovorů notifikacemi, vyrušování ze společných aktivit nebo naopak jako faktor sjednocující pozornost všech přítomných. Analýza dokumentů zahrnovala školní zprávy, záznamy o chování a poznámky pedagogického personálu, jež sloužily jako nezávislý zdroj pro ověření shody mezi verbálními výpověďmi respondentů a formalizovaným popisem chování adolescenta v institucionálním kontextu.
Analytická strategie využívala tematickou analýzu prováděnou opakovaným čtením přepisů rozhovorů a observačních poznámek, jejich otevřeným kódováním, seskupením kódů do kategorií a závěrečnou syntézou témat reprezentujících jádro výpovědí. Klíčová témata vycházejícíze šesti dimenzí McMasterova modelu zahrnovala narušení komunikačních vzorců, proměnu rozdělení rodinných rolí, emocionální distancování, ztrátu kontroly nad technologickým chováním, obtíže při řešení konfliktů a celkový pokles rodinné koheze.

4 Výsledky výzkumu

Kapitola prezentuje hlavní zjištění výzkumu strukturovaná podle šesti dimenzí rodinného fungování vymezených McMasterovým modelem. Výsledky vycházejí z kombinace polostrukturovaných rozhovorů s adolescenty, rodiči, prarodiči a pedagogickými pracovníky, z participačního pozorování v domácím a školním prostředí a z analýzy kontextových dokumentů, zejména školních zpráv a záznamů výchovných poradců. Metodická triangulace umožnila propojit osobní výpovědi respondentů se situačně specifickými pozorováními a institucionálně zachycenými projevy chování adolescentů a nabídnout tak vícerozměrný obraz o tom, jak se technologické závislosti promítají do každodenního fungování rodin. Výsledky jsou prezentovány tematicky, nikoli po jednotlivých rodinách, s cílem zachytit opakující se vzorce a mechanismy platné napříč výzkumným souborem. Analytické propojení individuálních příběhů s obecnějšími závěry o systémovém dopadu závislostního chování na rodinnou dynamiku, přičemž konkrétní případové studie v kapitole 5 pak tyto obecné vzorce ilustrují v celé jejich osobní a kontextové komplexitě.

4.1 Korelace mezi závislostí na sociálních sítích a herní závislostí

Kvalitativní analýza dat získaných z rozhovorů a participačního pozorování odhalila výraznou vzájemnou provázanost mezi závislostí adolescentů na sociálních sítích a jejich závislostí na digitálních hrách. Třiadvacet ze čtyřiadvaceti dotazovaných adolescentů explicitně uvedlo, že užívání sociálních sítí nebo hraní her pro ně představuje formu úniku z reality a způsob zvládání psychického napětí, a devadesát procent dotazovaných potvrdilo, že po intenzivním hraní her se pravidelně připojuje k sociálním sítím, aby sdílelo herní zážitky nebo navázalo kontakt s vrstevníky. Obě formy technologického chování proto nefungují odděleně, ale tvoří synergický závislostní komplex, v němž každá z aktivit posiluje touhu po druhé a celkový čas strávený v digitálním prostředí narůstá vzájemným posilováním.
Více než polovina dotazovaných adolescentů uvedla pocit osamělosti jako hlavní motivaci pro zapojení do těchto aktivit, zatímco 40 % zmínilo frustraci z každodenních problémů, tlak ve škole nebo konflikty s rodiči. Digitální prostředí jim podle jejich vlastních slov poskytuje prostor, kde jsou pravidla jasná, úspěch je okamžitě měřitelný a uznání přichází rychle, na rozdíl od reálného světa, kde odměna za úsilí přichází pomalu nebo vůbec. Rodiče a prarodiče zapojení do výzkumu potvrzovali, že jejich děti tráví podstatnou část volného času těmito

aktivitami, přičemž osm z deseti rodičů reflektovalo negativní dopady v podobě zanedbávání školních povinností a snížení kvality interpersonální komunikace v rodinném kontextu. Patnáct z oslovených učitelů identifikovalo synergický efekt obou forem závislostního chování, kdy nadměrné užívání jednoho typu technologie zvyšuje pravděpodobnost rozvoje závislosti na druhém a prohlubuje ztrátu kontaktu adolescenta s reálným prostředím.

4.2 Vliv na komunikaci

Technologické závislosti měly ve zkoumaných rodinách zásadní vliv na kvalitu a frekvenci komunikace mezi členy domácnosti. Dvaadvacet ze čtyřiadvaceti dotazovaných adolescentů reagovalo agresivně nebo odmítavě při vyrušení z online aktivit, přičemž rodiče opakovaně popisovali, že pokusy o navázání smysluplného rozhovoru s dítětem v průběhu jeho technologických aktivit vedou buď k výbuchu zlosti, nebo k naprostému ignorování. Vzniklá situace vedla k narušení otevřenosti a důvěry jako základních stavebních kamenů komunikace mezi generacemi. Fenomén technoference, tedy narušení přímých mezilidských interakcí přítomností technologií, se manifestoval nejenom jako fyzická absence adolescenta při klíčových rodinných momentech, ale také jako emocionální nedostupnost bránící budování vzájemné důvěry a sdílení každodenních prožitků (Kuss a Griffiths, 2017).

Pozorování v domácnostech ukázalo, že komunikace mezi členy rodiny se ve většině zkoumaných rodin zúžila na sdělování praktických informací a výměnu pokynů, zatímco emocionální sdílení bylo výrazně oslabeno nebo zcela chybělo. Někteří rodiče popisovali, jak po opakovaně neúspěšných pokusech o smysluplný rozhovor přestali vyvíjet iniciativu a spokojili se s minimální komunikační výměnou, přestože si uvědomovali, že tím rodinné odcizení dále prohlubují. Pedagogové potvrzovali tyto tendence ze školního prostředí a upozorňovali na sníženou schopnost dotazovaných adolescentů navazovat přímý komunikační kontakt bez zprostředkování digitálními nástroji.

4.3 Narušení rodinných rolí

Výrazné narušení schopnosti adolescentů plnit jejich legitimní role v rodinném systému patřilo mezi nejkonsistentnější zjištění celého výzkumu. Dvacet ze čtyřiadvaceti dotazovaných adolescentů výslovně uvedlo, že kvůli hraní her nebo aktivity na sociálních sítích zanedbávají domácí povinnosti, jako jsou úklid, péče o mladší sourozence nebo pomoc při přípravě jídla, přičemž toto chování bylo potvrzeno i výpověďmi rodičů. Matky zejména popisovaly narůstající frustraci z toho, že musí přebírat úkoly, jež by za normálních okolností sdílely se svými dětmi, a že tento nerovnoměrný rozklad odpovědnosti vede k jejich fyzickému přetížení, psychosomatickým obtížím a zhoršení partnerského vztahu.

V extrémních případech docházelo ke změně mocenské hierarchie v domácnosti, kdy adolescenti přebírali dominantní postavení prostřednictvím agresivního odmítání rodičovských požadavků, vyhrožování nebo využívání napětí mezi rodiči k prosazení vlastní vůle. Pedagogové upozorňovali na paralely tohoto chování ve školním prostředí, kde adolescenti vykazující závislostní chování vůči technologiím souběžně projevují sníženou schopnost plánovat, nést zodpovědnost za vlastní povinnosti a zvládat frustraci z odloženého uspokojení, přičemž tyto deficity zasahují jak školní výkon, tak vrstevnické vztahy.

4.4 Emocionální zapojení a odezva

Emocionální zapojení adolescentů do rodinného života bylo výzkumem identifikováno jako jedna z nejzávažněji narušených dimenzí rodinného fungování. Dvaadvacet ze čtyřiadvaceti dotazovaných adolescentů vykazovalo znaky emocionální nestability přímo spojené s jejich online aktivitami, přičemž rodiče popisovali své děti jako emocionálně odtažité, snadno dráždivé nebo výrazně apatické, zejména pokud byly nuceny přerušit digitální aktivity kvůli rodinným požadavkům. Adolescenti v rozhovorech opakovaně uváděli, že online prostředí pro

ně představuje bezpečný prostor k vyjádření emocí, které se obávají nebo neumějí sdílet v reálném světě, a zároveň prostor, kde mohou zažít okamžité uznání a pocit úspěchu nezávisle na tom, jak se jim daří v reálném životě.
Specifický regionální kontext Karlovarského kraje se v této dimenzi projevoval výrazně. V rodinách, které se současně potýkaly s ekonomickým stresem, nezaměstnaností nebo nízkou vzdělanostní kompetencí rodičů, byla emocionální dostupnost rodičů omezena nejen přítomností technologií, ale také celkovým psychickým vyčerpáním způsobeným kumulací každodenních životních zátěží. Souhrnná vulnerabilita pak vytvářela podmínky, v nichž bylo odpojení adolescenta od rodinného systému hlubší a obtížněji napravitelné než v rodinách bez takovýchto přidružených rizikových faktorů.

4.5 Řízení chování a celkové fungování rodiny

Schopnost rodičů efektivně řídit chování adolescentů a udržovat celkové fungování domácnosti jako koherentního systému byla v celém výzkumném souboru výrazně narušena. Dvaadvacet ze čtyřiadvaceti dotazovaných adolescentů se téměř vůbec neúčastnilo společných rodinných aktivit, jako jsou společné večeře, výlety nebo jiné formy sdíleného trávení času. Rodiče popisovali, že pokusy o nastavení pravidel pro užívání technologií narážely na odpor v podobě výbuchů zlosti, pasivní rezistence, vyhrožování nebo manipulace s jejich vzájemnými odlišnými postoji. Část rodičů přiznala, že po opakovaných neúspěšných pokusech o zavedení pravidel zcela rezignovala na jakoukoliv regulaci technologického chování svých dětí, čímž problém dále prohlubovala.
Patnáct z oslovených pedagogů potvrzovalo dopady tohoto stavu ze školního prostředí. Učitelé identifikovali u adolescentů s výraznými znaky závislostního chování narušenou schopnost seberegulace, sníženou frustrační toleranci, neschopnost dodržovat termíny a pravidla a celkově nižší připravenost k systematickému úsilí. Zároveň upozorňovali na absenci domácího zázemí s funkčními pravidly jako na jeden z hlavních prediktivních faktorů školního selhání, čímž se krug dysfunkce uzavírá, protože školní selhání zpětně posiluje závislostní chování jako únikový mechanismus.

5 Případové studie

Výzkum zahrnoval dvacet případových studií, z nichž pět nejlépe ilustruje různorodost projevů technologických závislostí a jejich systémový dopad na rodinné fungování. Každá z níže uvedených studií je strukturována tak, aby zachytila základní charakteristiky adolescenta a jeho rodinného prostředí, povahu a intenzitu závislostního chování, jeho konkrétní dopady na jednotlivé dimenze rodinného fungování a navrhovaný rámec intervence.
Jan (15 let, student gymnázia) představuje adolescenta, jehož závislost na digitálních hrách vznikla jako reakce na chronický vnitřní tlak a pocit nedostatečnosti v reálném světě. Na první pohled klidný a nenápadný žák se v průběhu posledních měsíců postupně přestal zapojovat do rodinného i školního života a většinu volného času tráví u počítače nebo s mobilem v ruce. Online prostředí mu nabízí přesně to, co mu v reálném světě schází, tedy jasná pravidla, okamžitě měřitelný úspěch a bezpodmínečné přijetí ze strany herní komunity. Rodiče zaujímají vzájemně odlišné přístupy, matka volí trpělivý dialog a otec přísná pravidla s omezeným přístupem k internetu, přičemž tato nejednotnost sama o sobě prohlubuje rodinné napětí a Janovi nepřímo umožňuje vyhýbat se odpovědnosti. Klíčem k intervenci není omezení technologií samotné, ale pochopení psychologické funkce, kterou pro Jana plní, a nalezení reálných aktivit nabízejících srovnatelný pocit kompetence a uznání.
Simona (17 let, studentka obchodní akademie) prošla postupným, nenápadným přesunutím pozornosti od rodinného a školního života k sociálním sítím, přičemž přechod od přirozeného využívání technologií k závislostnímu vzorci chování proběhl tak pozvolna, že si jej rodiče ani sama Simona dlouho neuvědomovali. Každá zpráva, každé srdíčko a každý komentář pod jejím

příspěvkem nesou pro ni zásadní emocionální hodnotu a rozhodují o jejím okamžitém pocitu vlastní hodnoty. Rodinná komunikace se ztenčila na minimum, napětí mezi rodiči narůstá kvůli odlišným přístupům k situaci a mladší sestra postupně ztrácí sourozence, k němuž dříve vzhlížela. Simona se v online světě cítí v kontrole a v bezpečí, zatímco reálné interakce pro ni představují nepředvídatelné, rizikem zatížené prostředí. Rodinná terapie a kognitivně-behaviorální práce s mechanismy úniku a regulace emocí jsou pro ni klíčovými intervenčními nástroji.

Tomáš (18 let, student střední školy živnostenské) je závislý na online hře World of Tanks, přičemž každodenní hraní mu přináší iluzi úspěchu a sociálního uznání, jež mu v reálném životě systematicky chybí. Neochota podílet se na domácích povinnostech přetěžuje matku, vytváří citovou propast mezi sourozenci a vyvolává opakující se konflikty, při nichž Tomáš reaguje výbuchy zlosti nebo chladným ignorováním. Rodiče postupně sjednotili svůj přístup a zavedli podmíněný přístup k internetu, přičemž tento posun k rodičovské jednotě byl jedním z nejpozitivnějších momentů celé případové studie. Případ Tomáše exemplárně ilustruje, jak může herní závislost přeformovat mocenskou hierarchii rodiny a jak je sjednocenost rodičovského přístupu absolutním předpokladem jakékoliv smysluplné intervence.

Jiří (15 let, žák 9. ročníku základní školy) vykazuje závislostní chování, jež se projevuje výraznou agresivitou vůči rodičům a prokazatelnou schopností manipulovat s jejich odlišnými výchovnými postoji. Z původně výborného žáka se stal student s průměrem kolem čtyřek a jeho chování se stalo hlavním zdrojem partnerského napětí, přičemž rodiče uváděli, že situace v některých obdobích dospěla až k úvahám o rozvodu. Kazuistika dokládá, jak technologická závislost může destabilizovat nejenom vztah rodič–dítě, ale zasáhnout i partnerský vztah a celkovou kohezi rodinného systému. Neodkladná systematická rodinná terapie spojená s individuální psychologickou prací s Jiřím a nastavením jednotných a předvídatelných pravidel jsou základními podmínkami pro obnovu rodinného fungování.

Petr (17 let, student střední školy ekonomické) dosáhl závislosti natolik hluboké, že fyzicky napadl otce, který se pokoušel dočasně omezit domácí Wi-Fi připojení, a vzápětí přivolal policii s tvrzením, že je ohrožen na životě. Otec, jenž se v té době zotavoval po komplikované operaci páteře, incidentem hluboce trpěl a ztratil důvěru v možnost vztah s vlastním synem ozdravit. Petrova závislost zcela přeformovala mocenskou strukturu domácnosti, rodiče se ocitli v atmosféře strachu a bezradnosti a dítě fakticky určuje pravidla rodinného soužití. Petrova situace je nejzávažnějším případem v celém výzkumném souboru a dokládá, že v krizových situacích, kde závislost vede k fyzické agresi, je okamžitá komplexní odborná intervence, zahrnující krizovou rodinnou terapii, individuální psychoterapii, regulaci přístupu k technologiím a spolupráci školy, naprosto neodkladná.

6 Diskuze

Výsledky předloženého výzkumu jsou v souladu s dostupnou odbornou literaturou a současně ji obohacují o regionálně specifická zjištění. Kvantitativní studie Yaymana a Bilgina (2020) realizovaná na vzorku 762 tureckých adolescentů odhalila statisticky významnou pozitivní korelaci mezi závislostí na sociálních sítích a problematikou rodinného fungování, přičemž jejich regresní analýza naznačila, že kombinace obou typů závislostí vysvětluje až 10 % variance v celkové rodinné dysfunkci, zejména v oblastech komunikace a plnění rodinných rolí. Výsledky předloženého kvalitativního výzkumu tato zjištění v řadě bodů potvrzují a prohlubují o mechanistické porozumění tomu, jakými konkrétními procesy a interakcemi technologické závislosti do rodinného fungování zasahují a jak se tato dynamika proměňuje v závislosti na kontextu.

Savci a Aysan (2017) prokázali, že závislostní chování adolescentů ve vztahu k digitálním technologiím nahrazuje reálné mezilidské vztahy jejich virtuálními substituty, čímž dochází k ochuzenou sociální sítě, zvyšování prožívané osamělosti a oslabování klíčových sociálních

dovedností nezbytných pro fungování v reálném světě. Naznačený mechanismus byl v předloženém výzkumu opakovaně potvrzen výpověďmi adolescentů popisujících online prostředí jako bezpečnější a předvídatelnější alternativu k reálným vztahům, jež vnímají jako nepředvídatelné, hodnotící a potenciálně ohrožující jejich křehké sebepojetí. Šmahaj, Kolařík a Glaser (2022) zdůrazňují, že absence konsenzu v rodině ohledně pravidel pro užívání technologií a neschopnost rodičů efektivně nastavovat hranice jsou v české populaci jedněmi z nejčastěji identifikovaných rizikových faktorů rozvoje závislostního chování, a tato zjištění jsou plně konzistentní s výsledky předloženého výzkumu.

Specifickým přínosem předloženého výzkumu je důraz na socioekonomický kontext Karlovarského kraje jako modifikující proměnnou ovlivňující způsob, jakým rodiny zvládají technologické přetížení. Chomynová a kol. (2023) ve své souhrnné zprávě o závislostech v České republice poukazují na významnou nerovnost v dostupnosti preventivních a intervenčních služeb mezi různými regiony, přičemž Karlovarský kraj patří dlouhodobě mezi oblasti s nejomezenější dostupností odborné podpory pro rodiny. Identifikovaný strukturální deficit se v předloženém výzkumu projevoval jako dodatečný rizikový faktor prohlubující důsledky technologické závislosti, protože rodiny, které se ocitaly v situaci vyžadující odbornou pomoc, tuto pomoc jen velmi obtížně hledaly a nalézaly.

Budayová a Ludvigh Cintulová (2025) upozorňují, že mediální gramotnost dospělých, zejména rodičů a pedagogů, je klíčovým protektivním faktorem, jehož systematická kultivace by měla být součástí preventivních programů zaměřených na technologické závislosti u dětí a adolescentů. Uvedený závěr je v souladu s tím, co výzkum opakovaně odhaloval v rodinách z Karlovarského kraje, kde rodiče s nižší mediální gramotností nedokázali ani pojmenovat rozsah problému, natož nabídnout věrohodné alternativy nebo smysluplnou regulaci digitálního chování svých dětí. Šimek (2025b) pak ve svém přístupu ke škole jako prostoru mezilidského spojení zdůrazňuje, že škola nemůže být pouhým místem řešení důsledků, ale musí se stát aktivním partnerem v prevenci, a to zejména prostřednictvím systematické spolupráce s rodinami a nabídky podpůrného prostředí pro adolescenty, kteří se v rodinném zázemí necítí bezpečně.

Šrobárová a Stachoň (2026) přinášejí v tomto kontextu zvláště závažné zjištění, které předložený výzkum nepřímo potvrzuje, a sice že adolescenti s vyšší mírou závislostního chování vůči digitálním technologiím vykazují současně zvýšenou míru prožívané osamělosti, sníženou ochotu vyhledat odbornou pomoc a omezenou dostupnost sociální podpory ve svém bezprostředním okolí. Souhrnná vulnerabilita naznačuje, že technologická závislost není izolovaným behaviorálním problémem, ale symptomem hlubšího narušení sociálních vazeb adolescenta, na nějž digitální prostředí odpovídá iluzí snadného a bezpečného naplnění potřeb přijetí, uznání a sounáležitosti.

7 Závěr

Předložená studie přinesla empiricky podloženou evidenci pro tvrzení, že technologické závislosti adolescentů jsou závažným systémovým jevem s dalekosáhlými důsledky pro fungování celého rodinného systému, nikoliv pouhým individuálním problémem spojeným s osobnostními slabostmi nebo nedostatkem vůle jedince. Výsledky výzkumu prokázaly, že závislost na sociálních sítích a herní porucha systematicky narušují všechny dimenze rodinného fungování vymezené McMasterovým modelem, přičemž komunikace, plnění rodinných rolí, emocionální zapojení a řízení chování představují oblasti s nejkonzistentnějšími a nejzávažnějšími narušeními. Pět podrobných případových studií pak ilustruje, že mechanismus vlivu závislostního chování na rodinu má opakující se strukturu s typickými znaky, byť se konkrétní projevy liší v závislosti na rodinném kontextu, osobnostních charakteristikách adolescenta a dostupnosti sociální podpory.

Pro rodičovskou praxi výzkum naznačuje potřebu systematického vzdělávání v oblasti mediální gramotnosti, rozpoznávání varovných signálů závislostního chování a praktického nastavování srozumitelných pravidel pro užívání technologií. Klíčovým zjištěním v tomto ohledu je skutečnost, že rodičovská jednota v přístupu k technologickému chování adolescenta je nezbytnou podmínkou jakékoliv efektivní regulace, protože odlišné přístupy rodičů dítěti de facto umožňují vyhýbat se odpovědnosti a posilují závislostní chování jako strategii úniku. Budayová a Ludvigh Cintulová (2025) v tomto kontextu zdůrazňují, že mediální gramotnost by měla být součástí každodenní rodinné kultury, nikoliv pouze reaktivní odpovědí na již rozvinutý problém.

Školy by měly hrát aktivní, preventivní roli a zavedení programů zaměřených na vědomé a kritické užívání technologií by nemělo zůstávat na úrovni jednorázových osvětových přednášek, ale mělo by být systematicky začleňováno do školní kultury a každodenní pedagogické praxe. Spolupráce mezi školními psychology, výchovnými poradci a rodinami adolescentů s identifikovanými znaky závislostního chování je přitom nezastupitelnou součástí komplexního preventivního a intervenčního přístupu, jak ji ve svém pojetí školy jako prostoru mezilidského spojení naznačuje i Šimek (2025b). Na úrovni státní správy výzkum poukazuje na potřebu financování preventivních kampaní, budování sítě komunitních center s alternativními volnočasovými aktivitami pro adolescenty a vytváření legislativního rámce podporujícího zdravé užívání technologií, přičemž zvláštní pozornost by měla být věnována regionálně znevýhodněným oblastem s omezenou dostupností odborných služeb. Oláh (2025) v tomto kontextu zdůrazňuje klíčovou roli sociální práce jako disciplíny schopné propojit individuální intervenci se systémovými zásahy na úrovni rodiny, školy i komunity, přičemž integrovaný přístup zahrnující všechny tyto roviny považuje za základ udržitelné prevence rizikového chování u dospívajících.

Mezi hlavní omezení studie patří relativně malý výzkumný vzorek dvaceti rodin, jenž neumožňuje statistickou generalizaci na celou populaci adolescentů s technologickými závislostmi, a skutečnost, že část rodičů vnímala závislostní chování svého dítěte jako odraz vlastního výchovného selhání a v důsledku toho byla rezervovaná při sdílení citlivých informací. Budoucí výzkumy by měly využívat větší a geograficky diverzifikovanější vzorky, zavést longitudinální design umožňující sledování vývoje rodinné dynamiky v čase a věnovat pozornost neurobiologickým změnám spojeným s intenzivním užíváním technologií jako faktorům modifikujícím úspěšnost intervenčních programů. Šrobárová a Stachoň (2026) přitom připomínají, že rizikovost online prostředí pro adolescenty nelze posuzovat bez zohlednění kvality jejich sociálního zázemí a dostupnosti odborné podpory, což jsou proměnné, jejichž systematická operacionalizace zůstává výzvou pro budoucí výzkum.

Literatura

Blinka, L., Ševčíková, A., Škařupová, K., Vondráčková, P. a Licehammerová, Š. (2015). Online závislosti. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-5311-9.

Budayová, Z. a Ludvigh Cintulová, L. (2025). Attitudes towards Cyberspace in Youth Education – Selected Problem Areas – Quantitative Research. Andragogy Adult Education and Social Marketing, 5(5). https://doi.org/10.15503/andr2025.5

Budayová, Z., Ludvigh Cintulová, L. a Bredová, S. (2022). Sociálna prevencia a príprava sociálnych pracovníkov v oblasti prevencie. Bratislava: Vysoká škola zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety. ISBN 978-80-8132-245-7.

Chomynová, P. a kol. (2023). Souhrnná zpráva o závislostech v České republice 2022. Praha: Úřad vlády České republiky. ISBN 978-80-7440-311-8.

Kalina, K. a kol. (2008). Základy klinické adiktologie. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-1411-0.

Kuss, D. J. a Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. International Journal of Environmental Research and Public Health, 14(3), 311. https://doi.org/10.3390/ijerph14030311
Langmeier, J. a Krejčířová, D. (2006). Vývojová psychologie (2. vydání). Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-1284-0.
Matějček, Z. (2005). Výbor z díla. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-1056-6.
Nešpor, K. (2011). Návykové chování a závislost (4. vydání). Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-908-8.
Savci, M. a Aysan, F. (2017). Technological addictions and social connectedness: Predictor effect of internet addiction, social media addiction, digital game addiction and smartphone addiction on social connectedness. Düşünen Adam, 30(3), 202–216. https://doi.org/10.5350/DAJPN2017300304
Spitzer, M. (2014). Digitální demence. Brno: Host. ISBN 978-80-7491-128-3.
Suchá, J. (2023). Digitální závislosti u dospívajících: Prevence, diagnostika a léčba. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1939-9.
Oláh, A. (2025). In: FUTURE HUMAN SOCIETY CONFERENCES 2025: Odolnost člověka a společnosti: výzvy, přístupy, řešení. Praha: Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti. ORCID: https://orcid.org/0009-0002-6634-2196
Šimek, V. (2025a). Problémové chování ve školním prostředí jako výzva pro vzdělávací praxi a systémovou transformaci. Eastern University of Management and Education Inc. ISBN: 978-80-909497-0-6.
Šimek, V. (2025b). The Importance of Cooperation between Parents and School. Andragogy Adult Education and Social Marketing, 5(5). https://doi.org/10.15503/andr2025.5
Šmahaj, J., Kolařík, M. a Glaser, A. (2022). Děti a dospívající online: Výzvy digitálního světa. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1835-4.
Šmahel, D. (2014). Rodičovská kontrola online aktivit dětí. Brno: Masarykova univerzita.
Šmahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S. a Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. EU Kids Online. https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01ofo
Šrobárová, S. a Stachoň, M. (2026). The online environment as a risk factor for suicidal behaviour in adolescents: Challenges for social work. Kontakt, 28(1), 98–105. https://doi.org/10.32725/kont.2026.012 ORCID: https://orcid.org/0000-0003-2733-6439
Ševčíková, A. (2014). Děti a dospívající online: Vybraná rizika používání internetu. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-7527-2.
West, R. (2013). Models of addiction. Luxembourg: European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction.
World Health Organization. (2019). ICD-11: International Classification of Diseases, 11th Revision. World Health Organization. Dostupné z https://icd.who.int
Yang, C. K. a Tung, C. J. (2007). Comparison of internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. Computers in Human Behavior, 23(1), 79–96. https://doi.org/10.1016/j.chb.2004.03.037
Yayman, S. a Bilgin, A. (2020). Social networking and online gaming addictions and family functionality. Journal of Child and Family Studies, 29, 3238–3246. https://doi.org/10.1007/s10826-020-01797-6

ZOSTUZOVÁNÍ V DIGITÁLNÍM VĚKU JAKO PEDAGOGICKO-PSYCHOLOGICKÝ A SOCIÁLNÍ PROBLÉM

SHAMING IN THE DIGITAL AGE AS A PEDAGOGICAL-PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL PROBLEM

Václav Šimek
prof. u. PaedDr. PhDr., PhD., DBA., Ed. D.
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-0158-6432
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti Praha, zahraniční pobočka
Hovorčovická 1281/11, Praha 182 00
Česká republika
simek@wsnsb.cz

Marek Vochozka
prof. Ing. MBA, Ph.D., Dr. h.c.
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-9923-7814
Vysoká škola DTI, Dubnica nad Váhom
Sládkovičova 533/20, 018 41 Dubnica nad Váhom
Slovenská republika
vochozka@dti.sk

Abstrakt: Cílem článku je vyložit zostuzování jako pedagogicko-psychologický a sociální problém, který v digitálním věku překračuje rámec jednotlivých komunikačních excesů a nabývá podoby normalizovaného mechanismu sociální regulace. Pozornost je soustředěna na digitální veřejný prostor, školní prostředí a primární vztahy v rodině. Text je koncipován jako teoreticko-analytická studie založená na kritické syntéze empirických výzkumů a českých výzkumných zpráv. Teoretické ukotvení vychází z konceptu morální dezangažovanosti, z teorie online disinhibice a z mentalizační perspektivy vztahového vývoje. Analýza ukazuje, že zostuzování oslabuje sebehodnotu, narušuje důvěru v mezilidské vztahy, snižuje školní sounáležitost a zvyšuje bariéry ve vyhledání pomoci. Významným zjištěním je, že tento mechanismus je sociálně naučený, v digitálním prostředí se zesiluje, ve škole se může normalizovat a v rodině vstupuje do formování sebepojetí prostřednictvím internalizovaného studu. Závěr článku akcentuje potřebu prevence založené na kultivaci školního klimatu, podpoře empatie a mentalizace a na proměně komunikačních vzorců, v nichž je ponižování dosud chápáno jako legitimní nástroj sociální kontroly.

Klíčová slova: body shaming, digitální veřejný prostor, kyberšikana, mentalizace, morální dezangažovanost, online shaming, primární vztahy, rodinná komunikace, školní klima, zostuzování.

Abstract: The aim of the article is to explain stigmatization as a pedagogical-psychological and social problem, which in the digital age goes beyond the framework of individual communication excesses and takes the form of a normalized mechanism of social regulation. Attention is focused on digital public space, school environment and primary relationships in the family. The text is conceived as a theoretical-analytical study based on a critical synthesis of empirical research and Czech research reports. The theoretical anchoring is based on the concept of moral disengagement, the theory of online disinhibition and the mentalizing perspective of relational development. The analysis shows that stigmatization weakens self-esteem, disrupts trust in interpersonal relationships, reduces school belonging and increases

barriers to seeking help. A significant finding is that this mechanism is socially learned, it is amplified in the digital environment, it can become normalized in school, and in the family it enters the formation of self-concept through internalized shame. The conclusion of the article emphasizes the need for prevention based on the cultivation of the school climate, the support of empathy and mentalization, and the transformation of communication patterns in which humiliation is still understood as a legitimate tool of social control.

Keywords: body shaming, digital public space, cyberbullying, mentalization, moral disengagement, online shaming, primary relationships, family communication, school climate, stigmatization.

Úvod

Zostuzování patří k těm sociálním mechanismům, které bývají dlouho podceňovány právě proto, že jsou kulturně známé, jazykově banální a v každodenní komunikaci široce rozptýlené. Ponižující poznámka, veřejné zesměšnění, ironické odhalení cizí nedostatečnosti nebo kolektivní výsměch bývají často interpretovány jako humor, upřímnost, výchovný tlak nebo legitimní korekce nevhodného jednání. Pedagogicko-psychologický problém však vzniká ve chvíli, kdy se pozornost přesune od deklarovaného záměru k účinku takového jednání. Právě v této rovině se ukazuje, že zostuzování necílí primárně na čin, nýbrž na osobu, a že jeho účelem není pouze sdělit nesouhlas, ale vyvolat pocit snížení, vystavení a sociální znehodnocenosti. Digitální prostředí tento proces násobí tím, že přidává publikum, rychlost šíření, archivovatelnost a algoritmickou amplifikaci. Online public shaming je proto vhodnější chápat jako specifickou formu distribuované sociální sankce než jako pouhý vedlejší efekt ostré komunikace na internetu. (Aitchison & Meckled-Garcia, 2021; Frye, 2021; Chen et al., 2025).
Pedagogicko-psychologická relevance tématu vyplývá z několika důvodů. Výzkum ukazuje, že zkušenost s online agresí a body shamingem je u dětí a dospívajících rozšířená, že negativně zasahuje sebepojetí a duševní pohodu a že nemalá část obětí se s touto zkušeností nikomu nesvěří. Česká data přitom dokládají, že v online prostředí má negativní zkušenost se slovním ubližováním více než polovina dětí a že značná část respondentů zažila šíření ponižujících fotografií či videí. Další český výzkum zaměřený na vzhled a sociální sítě pak ukázal, že třetina dětí čelila online zesměšňování a více než polovina posmívání kvůli vzhledu v reálném prostředí. Uvedená zjištění činí z tématu nejen problém mediální kultury, ale také problém školy, rodiny a výchovy. Širší česko-slovenský odborný kontext tuto interpretační linii doplňuje o důraz na vzdělávací, sociální a preventivní rozměr digitálního prostředí, protože Budayová a Ludvigh Cintulová upozorňují na význam kyberprostoru ve vzdělávání mladých lidí, na jeho vliv na prožívání, sociální vztahy a hodnotovou orientaci žáků a na potřebu rozvoje mediální gramotnosti, kritického myšlení a digitální odpovědnosti. Šrobárová a Stachoň současně ukazují, že u adolescentů není rozhodující pouze intenzita užívání online prostředí, ale také kvalita digitálních interakcí, přičemž jako rizikové faktory vystupují kyberšikana, online osamělost, expozice suicidálnímu obsahu a omezená dostupnost odborné podpory v digitálním prostoru. (Safer Internet Centrum Česká republika, 2025; Kopecký, 2022; Budayová & Ludvigh Cintulová, 2025).
Předkládaný text proto neusiluje pouze o deskripci internetového jevu, ale o hlubší vysvětlení toho, proč se zostuzování v současném prostředí tak snadno normalizuje, proč bývá zaměňováno za morální oprávněnost a proč má v dětství a adolescenci tak závažné důsledky. Výklad vychází z přesvědčení, že bez propojení digitální roviny s rovinou školní a rodinnou zůstává každá analýza neúplná. Online útok totiž nevzniká mimo socializaci, nýbrž z ní vyrůstá. Školní klima určuje, zda bude ponížení tolerováno, korigováno nebo reprodukováno. Primární vztahy pak určují, zda dítě vstupuje do veřejného prostoru s relativně stabilním pocitem vlastní hodnoty, nebo s již internalizovaným očekáváním, že odlišnost musí být trestána studem. (Li et

al., 2025; Menabò et al., 2024; Slade, 2005; Stuhrmann et al., 2022).konkrétního člověka a současně rozšiřuje možnosti publika. Zostuzování se tak stává nejen snazším, ale také atraktivnějším jako forma výkonu před ostatními. (Suler, 2004; Muir et al., 2023).
Výzkum Muir a kol. je v tomto směru důležitý proto, že nesetrvává u obecných úvah, ale empiricky propojuje online shaming s morální, emoční a behaviorální rovinou. Autoři ukazují, že tendence k online shamingu souvisí s morální dezangažovaností, s emoční reaktivitou a s dalšími dispozičními faktory, zatímco empatie vykazuje ochranný charakter. Ge pak přímo ukázal, že sociální média mohou snižovat morální citlivost a že právě toto oslabení může podporovat online shaming jako specifický důsledek digitální komunikace. Pro výchovu a vzdělávání z toho plyne závažný závěr. Digitální agrese není jen technický problém platforem, ale také problém morálního vývoje, emoční regulace a sociálního učení. (Ge, 2020; Muir et al., 2023).

Digitální prostředí a normalizace ponižování
Digitální prostředí neprodukuje zostuzování z ničeho, ale radikálně mění jeho měřítko, rychlost a legitimizační mechanismy. Zatímco v tradiční interakci bývá zahanbení vázáno na omezené publikum a relativně jednoznačný kontext, online prostor generuje tzv. context collapse, tedy kolaps hranic mezi různými publiky, která původně k danému sdělení nepatřily. Jediný výrok, obraz nebo video se tak může během velmi krátké doby přesunout z lokální roviny do roviny masové. Chen a kol. zároveň upozorňují, že reakce publika na online public shaming nejsou náhodné, ale jsou ovlivňovány implicitními normami daného online prostoru a vyvolanými emocemi. Jinými slovy řečeno, stejný akt může být v jednom kontextu interpretován jako nepřijatelná agrese, zatímco v jiném jako společensky schválené moralizující vystoupení. Právě tato proměnlivá norma činí fenomén pedagogicky nebezpečným, protože snižuje schopnost mladých lidí rozpoznat hranici mezi kritikou a dehumanizací. (Chen et al., 2025; Frye, 2021).
Normativní teorie online public shamingu navíc ukazují, že problém neleží pouze v intenzitě útoku, ale v samotné logice jednání. Aitchison a Meckled-Garcia popisují online public shaming jako formu kolektivního reputačního trestu, která může cílovou osobu symbolicky diskvalifikovat z běžných lidských vztahů a z veřejné participace. Frye pak mluví o nesouladu mezi historickou „sociální technologií“ studu a současnými digitálními „artefakty“ shamingu, protože sociální média posouvají stud od lokálně regulující funkce k disintegrativnímu působení, které spíše narušuje spolupráci a důvěru, než aby obnovovalo sociální řád. Pedagogicko-psychologická interpretace těchto tezí je velmi důležitá. Ve výchovném prostoru totiž nejde jen o to, zda někdo jednal nevhodně, ale také o to, jaký model zacházení s chybou a odlišností se před očima dětí a dospívajících legitimizuje. (Aitchison & Meckled-Garcia, 2021; Frye, 2021).
Český kontext potvrzuje, že nejde o abstraktní úvahu. Výzkumná zpráva Čeští žáci v online světě 2025 pracuje s mimořádně rozsáhlým souborem 53 119 respondentů z celé České republiky, přičemž analytická část pro věk 13 až 17 let zahrnuje 42 772 dětí. Podle tiskové zprávy k tomuto výzkumu má negativní zkušenost se slovním ubližováním v online prostředí 58 procent dětí, se šířením ponižujících fotografií 33 procent a se šířením ponižujících videí 18 procent. Obzvlášť závažný je údaj, že 58 procent dětí, které agresi zažily, se nikomu nesvěřilo. V pedagogické perspektivě zde nejde pouze o vysokou prevalenci online útoků, ale také o zjevnou nedostatečnost podpůrných vztahových kanálů, protože dítě, které zůstává se zahanbující zkušeností samo, vstupuje do rizika internalizace studu a osamění. (Safer Internet Centrum Česká republika, 2025).
Další český výzkum zaměřený na kult krásy v online světě tuto linii doplňuje konkrétněji v oblasti vzhledu a body shamingu. Výzkumný soubor tvořilo 9441 respondentů ve věku 11 až 17 let. Zpráva uvádí, že třetina českých dětí čelila online posměškům týkajícím se jejich online profilu, 14 procent zažilo negativní komentáře spojené s obličejem a vlasy a 11 procent urážky

spojené s postavou. Ještě výraznější situace se ukázala v offline prostředí, kde 53 procent dětí uvedlo posmívání kvůli vzhledu. Zpráva zároveň spojuje tento problém s potřebou preventivních osvětových aktivit, posilování sociálních dovedností, psychické odolnosti a budování zdravého školního klimatu. Význam tohoto zdroje spočívá v tom, že přímo propojuje digitální agresi s pedagogickou prevencí a se školním prostředím, tedy přesně v rovině, v níž bývá veřejná debata často nejslabší. (Kopecký, 2022).

Škola jako sekundární socializační prostor

Školu nelze v této problematice chápat jen jako místo, kde se důsledky digitální agrese objevují. Škola je také prostorem, v němž se každodenně utvářejí normy interpersonálního zacházení, statusové hierarchie, podoby uznání i způsoby práce s odlišností. Meta-analýza Li a kol. založená na 40 efektových velikostech a souboru 122 567 účastníků ukázala významnou negativní souvislost mezi školním klimatem a kyberviktimizací. Negativnější školní klima je spojeno s vyšší pravděpodobností zkušenosti s kyberšikanou, přičemž vztah je výraznější u žáků středního školního věku. Výsledek je důležitý tím, že narušuje zjednodušující představu, podle níž je online agrese čistě mimoškolní problém. Digitální útoky se sice odehrávají na platformách, ale jejich dynamika je zřetelně zakotvena v institucionálním a vztahovém prostředí školy. (Li et al., 2025).

Menabò a kol. ukazují, že vztah mezi viktimizací, kyberviktimizací a psychickou pohodou dospívajících významně zprostředkovávají vrstevnická síť, učitelská opora a školní sounáležitost. Školní connectedness se tak jeví nikoli jako doplňková proměnná, ale jako skutečný ochranný faktor. Pedagogický význam tohoto zjištění spočívá v tom, že škola může fungovat buď jako sekundární zdroj potvrzení studu, nebo jako prostředí, které narušenou sebehodnotu koriguje zkušeností bezpečného vztahu. Kvalita školy se proto neprojevuje pouze ve výkonu a organizaci výuky, ale také ve schopnosti poskytovat sociální oporu v situacích, kdy je dítě nebo dospívající vystaven veřejnému ponížení. (Menabò et al., 2024).

Mimořádně důležitou, a přitom dlouho zanedbanou rovinou problému je bullying ze strany učitelů. Kerere, Maeng a Cornell na středoškolském souboru 106 865 respondentů ukázali, že teacher bullying je reálným fenoménem a že souvisí s rizikovým chováním studentů. Gusfre a kol. dále doložili, že bullying ze strany učitelů je pozitivně spojen s offline i online viktimizací mezi vrstevníky. Význam těchto nálezů nelze podceňovat. Zahanbující chování pedagoga nepoškozuje pouze konkrétního žáka, ale legitimizuje celou komunikační logiku ponížení. Dospělý, který se veřejně vysmívá, ironizuje nebo ostouzí, implicitně učí skupinu, že mocenská asymetrie opravňuje k devalvaci druhého. Pedagogická autorita se tím proměňuje z ochranného faktoru v model rizikového chování. (Kerere et al., 2024; Gusfre et al., 2024).

Potřeba pracovat se školním klimatem proto neplyne jen z morálního apelu, ale z empirických zjištění. Meta-analýza Fraguase a kol. založená na 69 randomizovaných studiích ukázala, že školní anti-bullying intervence jsou statisticky významně účinné ve snižování bullyingu a současně přinášejí zlepšení v oblasti duševního zdraví. Gaffney, Ttofi a Farrington ve své aktualizované systematické revizi a meta-analýze potvrzují, že školní programy redukují jak perpetraci, tak viktimizaci, přestože velikost efektu je spíše mírná. Z výchovného hlediska je podstatné, že účinnost programů není nulová a že prevence dává smysl právě jako dlouhodobá práce s normami, nikoli jako jednorázová přednáška o bezpečnosti na internetu. (Fraguas et al., 2021; Gaffney et al., 2021).

Rodina, stud a internalizace zostuzování

Bez rodinné roviny by každá analýza zostuzování zůstala povrchní, protože právě v primárních vztazích vzniká základní zkušenost s tím, zda je člověk přijímán i ve stavu nedokonalosti, nebo zda je jeho hodnota podmíněna vzhledem, poslušností, výkonem a bezchybností. Mentalizační perspektiva vychází z předpokladu, že kvalitní pečující vztah je založen na schopnosti rodiče

chápat chování dítěte jako nesené vnitřními stavy, emocemi a potřebami. Slade vymezila parental reflective functioning jako klíčovou schopnost, která umožňuje reagovat na dítě citlivě, nikoli invazivně či devalvujícím způsobem. Systematický přehled Stuhrmann a kol. tuto souvislost potvrzuje, když ukazuje pozitivní vztah mezi parental reflective functioning a kvalitou rodičovského chování. V prostředí, kde reflektivní kapacita chybí, se však odlišnost dítěte snadno mění v provokaci a chyba v důkaz nedostatečné hodnoty. Právě tam vzniká rodinné zostuzování jako běžný komunikační vzorec. (Slade, 2005; Stuhrmann et al., 2022).

Rodinné zostuzování přitom nemá vždy podobu explicitní hrubosti. Často se odehrává v opakovaných mikrointerakcích, v ironii, v ponižujícím komentáři k tělu, ve srovnávání se sourozenci, v podmíněném přijetí nebo v komunikaci, která dává dítěti najevo, že je ostudou, zátěží nebo zklamáním. Psychologická síla takových sdělení spočívá v tom, že přicházejí od osob, na nichž je dítě existenčně i citově závislé. Zahanbující sdělení proto není jen slyšeno, ale internalizováno. Postupně se mění v sebekritický vnitřní hlas, jenž bývá v dospívání a dospělosti aktivován při každém výkonovém neúspěchu, tělesné nejistotě nebo sociálním vystavení. V pedagogické praxi se pak tato zkušenost může projevit zvýšenou citlivostí na kritiku, vyhýbavostí, úzkostí, agresivní obranou nebo pasivní rezignací. (Tangney et al., 2007; Budiarto & Helmi, 2021; Slade, 2005).

Cerolini a kol. poskytují v této rovině cennou empirickou oporu. Ve vzorku 919 středoškoláků zjistili, že přibližně každý čtvrtý adolescent zažil weight-related body shaming od vrstevníků nebo rodiny a že celkem 37 procent respondentů uvedlo alespoň jednu takovou zkušenost v průběhu života. Zkušenost s body shamingem souvisela s vyšší tělesnou nespokojeností, s vyšším skórem symptomů poruch příjmu potravy a s internalizovanou váhovou stigmatizací, přičemž právě internalizovaná stigmatizace zprostředkovávala vztah mezi body shamingem a symptomatologií zejména u dospívajících s nadváhou. Z pedagogicko-psychologického hlediska je zde podstatné, že významným zdrojem shamingu nebyli jen vrstevníci, ale i rodina. Normalizace ponižujících komentářů v domácím prostředí tedy vytváří podmínky, v nichž se stud stává součástí tělesného sebepojetí. (Cerolini et al., 2024).

Česká data přinášejí k této rovině další důležitou perspektivu. Výzkum E-Bezpečí upozorňuje nejen na prevalenci online a offline zesměšňování kvůli vzhledu, ale také na jeho konkrétní dopady. Po zkušenosti se zesměšňováním začalo 10 procent dětí více sportovat, avšak 7,5 procenta omezovat potravu, přibližně 3 procenta uvedla užívání cigaret či alkoholu a více než 4 procenta sebepoškozující aktivity po zesměšňování na internetu. Pedagogicko-psychologická interpretace těchto údajů vyžaduje opatrnost, protože jde o korelativní data. Zároveň však nelze přehlížet, že zostuzování evidentně nesouvisí jen s momentálním nepříjemným prožitkem, ale s širšími změnami v sebehodnocení a regulaci chování. (Kopecký, 2022).

Rodinné zostuzování je z vývojového hlediska závažné nikoli pouze proto, že přichází brzy, ale především proto, že přichází od vztahově klíčových osob, jejichž hlas dítě původně nemůže oddělit od pravdy o sobě samém. Právě v tomto smyslu nevytváří rodina jen prostředí, v němž se stud objevuje, ale prostředí, v němž se stud učí být přesvědčivý. Veřejné ponížení v pozdějších vývojových fázích proto často nezasahuje prázdné místo, nýbrž aktivuje již internalizovaný vztahový vzorec, podle něhož odlišnost, chyba nebo tělesná nedostatečnost ohrožují nárok na přijetí. Pedagogicko-psychologická relevance této skutečnosti spočívá v tom, že škola a další instituce se pak nesetkávají jen s jednotlivcem zasaženým aktuální agresí, ale s osobností, jejíž sebehodnota může být dlouhodobě organizována anticipací studu.

Diskuse

Rozvinutá diskuse musí začít u skutečnosti, že zostuzování nelze interpretovat pouze jako „silnou negativní emoci“ ani pouze jako „špatný způsob komunikace“. Výstižnější je chápat je jako sociální technologii regulace, která v moderním digitálním prostředí prošla zásadní proměnou. Historicky mohl stud v malých komunitách fungovat jako mechanismus

připomínající hranice přijatelného jednání. Současné online zostuzování však podle Fryeho a Aitchisona ztrácí korektivní charakter a stává se především reputačním trestem. Problémem již není jen odsouzení určitého činu, ale veřejné označení osoby jako morálně diskvalifikované. Pedagogicko-psychologicky je tento posun zásadní, protože dítě ani dospívající si v takovém prostředí neosvojuje dovednost převzít odpovědnost za konkrétní jednání, nýbrž učí se, že chyba ohrožuje samotnou legitimitu vlastní existence ve skupině. (Aitchison & Meckled-Garcia, 2021; Frye, 2021; Tangney et al., 2007).

Právě zde je třeba trvat na rozdílu mezi vinou a studem. Pedagogická práce, která usiluje o rozvoj odpovědnosti, musí být orientována k jednání, k jeho důsledkům a k možnosti nápravy. Zahanbující komunikace naopak uzavírá prostor pro reparaci, protože nesděluje „tohle bylo špatně“, ale „ty jsi špatně“. Výsledek bývá dvojí. Jedna část dětí se stahuje, mlčí a ztrácí kontakt s vlastní hodnotou. Druhá část reaguje protiútokem, cynismem nebo přijetím stejného komunikačního modelu vůči slabším. Zostuzování tedy není jen afektivní násilí směřované dovnitř, ale také mechanismus reprodukce agrese směrem ven. Z hlediska socializace proto nejde o marginální problém etikety, ale o proces, který zasahuje samotné uspořádání vztahu k sobě i k druhému. (Tangney et al., 2007; Budiarto & Helmi, 2021; Bandura, 1999).

Digitální prostředí do tohoto procesu vnáší ještě jeden moment, a sice rozpojení mezi jednáním a bezprostředně vnímaným následkem. Online komentující nemusí vidět obličej oběti, nemusí být přítomen jejímu zhroucení, nečelí její tiché reakci ani nesleduje dlouhodobý dopad. Morální dezangažovanost se tak neopírá jen o ideologii, ale i o design prostředí. Implicitní normy online prostoru, jak ukazuje Chen a kol., zároveň spoluurčují, co bude publikem vnímáno jako přípustné. Pedagogická prevence proto nemůže zůstat u moralizujícího varování před internetem. Potřebuje rozvíjet schopnost číst komunikační situace, reflektovat vlastní emoční aktivaci a rozlišovat mezi nesouhlasem s názorem a veřejnou devalvací člověka. Bez tohoto rozlišení se bude mladý uživatel jen obtížně bránit tlaku davové normality. Slovenská odborná perspektiva tento výklad dále zpřesňuje v rovině adolescentní zranitelnosti, protože Šrobárová a Stachoň ukazují, že rizikovost online prostředí nelze posuzovat pouze podle délky času stráveného na internetu, ale také podle kvality digitálních interakcí, prožívané osamělosti, expozice rizikovému obsahu a dostupnosti odborné podpory. Z hlediska tématu zostuzování je tento závěr důležitý proto, že veřejná devalvace, kyberšikana a online osamělost nevytvářejí jen krátkodobou komunikační újmu, ale mohou se podílet na hlubší adolescentní vulnerabilitě, včetně oslabení ochoty vyhledat pomoc a přijetí odborné intervence. Digitální prostor se tak nejeví pouze jako prostředí agresivní komunikace, ale také jako prostor, v němž se rozhoduje, zda bude zranitelný adolescent ponechán v izolaci, nebo zda se mu otevře dostupná forma psychosociální a odborné podpory. (Chen et al., 2025; Suler, 2004; Ge, 2020; Šrobárová & Stachoň, 2026).

Zvláštní pozornost si zaslouží průnik digitální a školní roviny. Část veřejné debaty stále implicitně předpokládá, že internet kazí děti zvnějšku a škola následně řeší vzniklé důsledky. Empirické nálezy však ukazují mnohem složitější obraz. Negativní školní klima zvyšuje pravděpodobnost kyberviktimizace, slabší školní connectedness zesiluje dopad viktimizace na well-being a bullying ze strany učitelů souvisí s vyšší pravděpodobností offline i online viktimizace mezi vrstevníky. Výchovně z toho plyne, že škola není pouze „místem intervence“, ale také „místem etiologie“ nebo „místem modulace“ problému. Ponižující pedagogická komunikace, zesměšňující třídní humor, veřejné ztrapňování ve vyučování nebo dlouhodobá tolerance mocenské ironie vytvářejí půdu, na níž se online zostuzování jeví jako přirozené pokračování běžného školního světa jinými prostředky. (Li et al., 2025; Menabò et al., 2024; Kerere et al., 2024; Gusfre et al., 2024).

Další klíčový bod diskuse se týká rodiny. Přesunout těžiště problému pouze do digitálních platforem by bylo analyticky pohodlné, ale odborně chybné. Část dospívajících vstupuje do online prostoru s již internalizovanou zkušeností, že chyba, tělesná odlišnost nebo výkonová

nedostatečnost vedou k ponížení a k ochlazení vztahu. Právě v takovém případě má veřejné zahanbení zvlášť devastující účinek, protože nefunguje jako izolovaný útok, ale jako potvrzení již existujícího vnitřního schématu. Mentalizační perspektiva dovoluje tento mechanismus přesněji pojmenovat. Nízká rodičovská reflektivní funkce neznamená jen deficit jemnosti, ale deficit v samotném zacházení s duševní realitou dítěte. Chybějící porozumění pak otevírá cestu ke komentáři, jenž nereaguje na prožitek dítěte, ale přetváří jej v objekt rodičovského hodnocení. Zostuzování je v takovém případě výrazem vztahové slepoty. (Slade, 2005; Stuhrmann et al., 2022; Cerolini et al., 2024).

Pedagogicko-psychologické implikace takového čtení jsou rozsáhlejší, než se obvykle připouští. Účinná prevence nemůže být postavena pouze na zákazové logice a represivním jazyku. Potřeba je spíše trojí. První rovinou je kultivace školního klimatu a důvěryhodných vztahových struktur, aby dítě mělo komu zkušenost se zahanbením sdělit. Druhou rovinou je systematická práce s empatií, mentalizací a morální citlivostí, protože právě tyto schopnosti fungují proti morální dezangažovanosti a proti zploštění druhého na internetový objekt. Třetí rovinou je vzdělávání rodičů a pedagogů v tom, jak rozlišovat mezi korektivní zpětnou vazbou a zahanbující komunikací. Výzkumy anti-bullying programů ukazují, že školní intervence mohou mít reálný efekt, avšak jejich kvalita závisí na tom, zda pracují s celkovou kulturou školy, nebo jen s jednotlivými incidenty. (Fraguas et al., 2021; Gaffney et al., 2021).

Vnitřní logika problému zároveň vyžaduje opatrnost vůči příliš jednoduchým řešením. Pouhá regulace platforem, přestože je důležitá, nevyřeší zostuzování tam, kde je kulturně přijatelným jazykem moci. Stejně tak jednorázové preventivní programy nenahradí dlouhodobou vztahovou práci, jestliže dítě vyrůstá v prostředí, které systematicky spojuje hodnotu osoby s výkonem nebo vzhledem. Podobně ani volání po „větší odolnosti“ samo o sobě nestačí, pokud je používáno jako další forma individualizace problému. Odolnost není obranný pancíř, který lze dítěti přikázat, ale výsledek dlouhodobé zkušenosti, že lidská hodnota nezávisí na okamžitém veřejném hodnocení. Právě v tomto bodě se pedagogicko-psychologická perspektiva odlišuje od povrchního mediálního diskurzu. Místo moralizování o slušnosti zkoumá vztahové, vývojové a institucionální podmínky, v nichž se z ponižování stává norma. (Bandura, 1999; Frye, 2021; Li et al., 2025; Slade, 2005).

Odborná poctivost současně vyžaduje připomenout limity argumentace. Část citovaných studií je založena na cross-sectional designu a neumožňuje jednoduché kauzální závěry. Některé efekty školních intervencí jsou statisticky významné, ale velikostí spíše mírné. Přenos poznatků mezi různými kulturními prostředími je rovněž třeba provádět uvážlivě. Přesto však soubor zjištění vykazuje pozoruhodnou konvergenci. Napříč různými výzkumnými rámci se opakovaně ukazuje význam morální dezangažovanosti, empatie, školního klimatu, učitelské opory, rodinné komunikace a internalizovaného studu. Právě tato konvergence dává tématu vysokou odbornou závažnost a současně opravňuje k tomu, aby bylo zostuzování chápáno nikoli jako marginální exces, ale jako strukturální pedagogicko-psychologický problém současné společnosti. (Gaffney et al., 2021; Cerolini et al., 2024; Chen et al., 2025).

Závěr

Předložený článek ukázal, že zostuzování v digitálním věku nelze redukovat na izolovaný projev nevhodné komunikace ani na technicky podmíněný vedlejší efekt sociálních sítí. Přesnější interpretace odhaluje, že jde o sociálně naučený mechanismus sankcionování odlišnosti, který se opírá o morální dezangažovanost, o oslabení empatie, o proměněné podmínky digitální interakce i o dříve internalizované zkušenosti studu z primárních vztahů. Digitální veřejný prostor tento mechanismus zesiluje, škola jej může normalizovat nebo naopak korigovat a rodina mu poskytuje jeho nejčasnější vztahové a vývojové základy.

Pedagogicko-psychologická závažnost fenoménu spočívá v tom, že zostuzování nepoškozuje pouze momentální psychickou pohodu jednotlivce, ale zasahuje samotnou organizaci

sebepojetí, vztahovou důvěru, školní sounáležitost i ochotu vyhledat pomoc. Právě proto nestačí chápat problém jen jako otázku online bezpečnosti nebo mediální etiky. V sázce je širší kultura zacházení s chybou, odlišností, tělesností a zranitelností. Tam, kde je ponížení legitimizováno jako přirozený nástroj korekce, se oslabuje hranice mezi výchovou a devalvací, mezi kritikou jednání a symbolickým znehodnocením osoby.

Významný přínos pedagogicko-psychologické perspektivy spočívá v tom, že umožňuje propojit digitální agresi se školním klimatem a s rodinnou komunikací. Zostuzování se totiž neobjevuje ve vzduchoprázdnu, ale vyrůstá z konkrétních socializačních zkušeností a z norem, které určují, zda bude odlišnost unesena s respektem, nebo trestána studem. Školní prostředí proto nemá pouze reagovat na již vzniklou viktimizaci, ale má aktivně vytvářet takové vztahové a institucionální podmínky, v nichž se veřejná devalvace nestává běžnou součástí každodenní komunikace. Stejně tak rodinný systém nemůže být vnímán jen jako soukromé pozadí problému, protože právě v něm se formuje první zkušenost s tím, zda je člověk přijímán i ve své nedokonalosti.

Z hlediska odborné praxe z toho vyplývá potřeba prevence, která nebude postavena pouze na zákazové logice a na technické regulaci online prostoru, ale na kultivaci školního klimatu, na posilování empatie, mentalizace a morální citlivosti a na rozlišování mezi korektivní zpětnou vazbou a zahanbující komunikací. Odborně relevantní odpověď na fenomén zostuzování proto nespočívá jen v ochraně před internetovou agresí, ale v hlubší proměně komunikačních vzorců, v nichž bývá ponižování dosud zaměňováno za oprávněnou výchovu, pravdivost nebo sociální kontrolu. Teprve v tomto širším rámci lze usilovat o prostředí, v němž důstojnost člověka nepřestává být hodnotou ani ve chvíli, kdy se stává viditelným, zranitelným nebo odlišným.

Zostuzování se v tomto světle neukazuje jako okrajová porucha komunikace, ale jako kulturně tolerovaný způsob zacházení s lidskou zranitelností, v němž se digitální technologie stávají zesilovačem, škola normalizačním nebo korektivním prostředím a rodina původním místem, kde se rozhoduje, zda bude člověk vlastní nedokonalost prožívat jako součást lidskosti, nebo jako důvod ke ztrátě hodnoty. Právě v tomto bodě se ukazuje, že skutečným tématem článku není pouze online agrese, ale samotný způsob, jakým současná společnost rozumí lidské chybě, odlišnosti a zranitelnosti, a zda na ně odpovídá respektem, nebo ponížením.

Literatura

Aitchison, G., & Meckled-Garcia, S. (2021). Proti veřejnému hanobení online, etické problémy s masovými sociálními médii. Social Theory and Practice, 47 (1), 1–31. https://doi.org/10.5840/soctheorpract20201117109

Bandura, A. (1999). Morální nezájem o páchání nelidských činů. Personality and Social Psychology Review, 3 (3), 193–209. https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0303_3

Bezpečnější internet Centrum Česká republika. (2025). Čeští žáci v online světě 2025. Univerzita Palackého v Olomouci. https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy/218-cesti-zaci-v-online-svete-2025-vyzkumna-zprava-2-0/file

Budayová, Z., & Ludvigh Cintulová, L. (2025). Attitudes towards Cyberspace in Youth Education – Selected Problem Areas – Quantitative Research. *Andragogy Adult Education and Social Marketing, 5*(5). https://doi.org/10.15503/andr2025.5

Budiarto, Y., & Helmi, AF (2021). Hanba a sebevědomí, metaanalýza. Europe's Journal of Psychology, 17 (2), 131–145. https://doi.org/10.5964/ejop.2115

Cerolini, S., Vacca, M., Zegretti, A., Zagaria, A., & Lombardo, C. (2024). Zostuzování vlastního těla a internalizovaná váhová zkreslenost jako potenciální prekurzory poruch příjmu potravy u dospívajících. Frontiers in Psychology, 15, článek 1356647. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1356647

Chen, AT, Dunn, LH, Fan, W., & Agrawal, N. (2025). Reakce publika na veřejné zostuzení v online prostředí, studie smíšených metod. Journal of Medical Internet Research, 27, e67923. https://doi.org/10.2196/67923

Fraguas, D., Díaz-Caneja, CM, Ayora, M., Abregú-Crespo, R., Ezquiaga-Bravo, I., Martín-Babarro, J., & Arango, C. (2021). Hodnocení školních intervencí proti šikaně, metaanalýza randomizovaných klinických studií. JAMA Pediatrics, 175 (1), 44–55. https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.3541

Frye, H. (2021). Problém veřejného zostuzení. Journal of Political Philosophy, 30 (2), 188–208. https://doi.org/10.1111/jopp.12252

Gaffney, H., Ttofi, MM a Farrington, DP (2021). Účinnost školních programů ke snížení páchání šikany a viktimizace, aktualizovaný systematický přehled a metaanalýza. Campbell Systematic Reviews, 17 (2), e1143. https://doi.org/10.1002/cl2.1143

Ge, X. (2020). Sociální média snižují morální citlivost uživatelů, online zostuzení je možným důsledkem. Agresivní chování, 46 (5), 359–369. https://doi.org/10.1002/ab.21904

Gusfre, KS, Yanagida, T., Støen, J., & Fandrem, H. (2024). Šikana učiteli, má vliv na viktimizaci šikany mezi vrstevníky. International Journal of Bullying Prevention. Online publikace Advance. https://doi.org/10.1007/s42380-024-00273-2

Kerere, JL, Maeng, JL, & Cornell, DG (2024). Šikana ze strany učitelů středních škol a rizikové chování studentů. Journal of Adolescent Health, 75 (3), 392–398. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2024.04.028

Kopecký, K. (2022). Děti a kult krásy v online světě (výzkum). E-Bezpečí, 7 (1), 62–66. https://www.e-bezpeci.cz/index.php?view=article&id=2658

Li, S., Gong, N., Lin, Y., Huang, F., Zhang, S., & Yu, G. (2025). Školní klima a viktimizace kyberšikanou, metaanalýza. Children and Youth Services Review, 169, 108064. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.108064

Menabò, L., Skrzypiec, G., Slee, PT, & Guarini, A. (2024). Viktimizace a kyberviktimizace, role školních faktorů. Journal of Adolescence, 96 (3), 598–611. https://doi.org/10.1002/jad.12284

Slade, A. (2005). Reflexivní fungování rodičů, úvod. Attachment & Human Development, 7 (3), 269–281. https://doi.org/10.1080/14616730500245906

Stuhrmann, LY, Göbel, A., Bindt, C., & Mudra, S. (2022). Reflexivní fungování rodičů a jeho souvislost s rodičovským chováním v kojeneckém a raném dětství, systematický přehled. Frontiers in Psychology, 13, článek 765312. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.765312

Suler, J. (2004). Efekt online dezinhibice. CyberPsychology & Behavior, 7 (3), 321–326. https://doi.org/10.1089/1094931041291295

Šrobárová, S., & Stachoň, M. (2026). The online environment as a risk factor for suicidal behaviour in adolescents: Challenges for social work. Kontakt, 28(1), 98–105. https://doi.org/10.32725/kont.2026.012

Tangney, JP, Stuewig, J., & Mashek, DJ (2007). Morální emoce a morální chování. Annual Review of Psychology, 58, 345–372. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.56.091103.070145

VÝKONNÝ MANAŽER JAKO SYSTÉM ČTYŘ PILÍŘŮ DLOUHODOBÉ EFEKTIVITY

THE EXECUTIVE MANAGER AS A SYSTEM OF FOUR PILLARS OF LONG-TERM EFFECTIVENESS

Markéta Šimková
PhDr. Mgr. Ing. Ed. D., LL.M.
ORCID: https://orcid.org/0009-0001-5538-3809
DTI University
ul. Sládkovičova 533/20
CS - 018 41 Dubnica nad Váhom, Slovenská republika

Piotr Domżał
Dr. MBA
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-5577-022X
Uczelnia Nauk Społecznych
piotr.domzal@uns.lodz.pl
ul. Kamińskiego 21
90-002 Łódź, Polska

Abstrakt
Úvod: Dlouhodobá manažerská efektivita vyžaduje systematickou péči o čtyři provázané oblasti: fyzickou kondici, psychickou odolnost, rozvoj kompetencí a taktické myšlení. Vrcholový manažer čelí výkonnostní zátěži bez přirozených regeneračních pauz, což z péče o vlastní zdroje činí existenciální podmínku výkonu.
Metody: Příspěvek je teoreticko-analytická studie založená na syntéze poznatků manažerské psychologie, neurovědního výzkumu a výkonnostní psychologie, doplněná o empirické podklady ze středoevropského manažerského prostředí.
Výsledky: Fyzická kondice tvoří neurologický základ rozhodování, psychická odolnost zajišťuje regulační kapacitu pro zátěžové situace, rozvoj kompetencí chrání před zastaráváním znalostí a taktické myšlení umožňuje strategickou alokaci pozornosti a energie. Čtyři pilíře tvoří cirkulárně provázaný systém.
Závěr: Péče o všechny čtyři pilíře jako integrovaný výkonnostní systém je nezbytnou podmínkou dlouhodobé excelence na vrcholu organizace.

Klíčová slova: executive well-being, fyzická kondice, long-term performance, manažerská efektivita, psychická odolnost, rozvoj kompetencí, taktické myšlení, výkonnostní psychologie

Abstract
Introduction: Long-term managerial effectiveness requires systematic care of four interconnected areas: physical condition, psychological resistance, development of competences and tactical thinking. The top manager faces a performance burden without natural regeneration breaks, which makes taking care of one's own resources an existential condition for performance.
Methods: The contribution is a theoretical-analytical study based on the synthesis of knowledge of managerial psychology, neuroscientific research and performance psychology, supplemented by empirical data from the Central European managerial environment.
Results: Physical condition forms the neurological basis of decision-making, psychological resistance ensures regulatory capacity for stressful situations, competence development protects

against obsolescence of knowledge, and tactical thinking enables strategic allocation of attention and energy. The four pillars form a circularly linked system.
Conclusion: Taking care of all four pillars as an integrated performance system is a necessary condition for long-term excellence at the top of the organization.

Keywords: executive well-being, physical condition, long-term performance, managerial effectiveness, psychological resilience, competence development, tactical thinking, performance psychology

Úvod

Vrcholový manažer je v mnoha ohledech srovnatelný se špičkovým sportovcem, avšak toto srovnání musí být od počátku vedeno s vědomím jednoho zásadního rozdílu, který má dalekosáhlé důsledky. Sportovní sezóna má začátek a konec, zápas trvá devadesát minut nebo pět setů, a každý vrcholový atlet ví, že intenzivní výkon je vymezen přesnými hranicemi, za nimiž nastupuje regenerace, analýza a příprava na další cyklus. Manažerský výkon takovou strukturu nemá, protože rozhodnutí, odpovědnost, vztahová dynamika a kognitivní nároky nepřestávají s odchodem z kanceláře, a kariéra v exekutivní roli se běžně rozpíná přes několik desetiletí bez jasně definované přestávky. Právě tato absence přirozených hranic výkonu z dlouhodobé manažerské kariéry činí jeden z nejnáročnějších výkonnostních formátů, s nimiž se současná pracovní psychologie setkává. (Loehr & Schwartz, 2003; Maslach & Leiter, 2016).
Výzkum manažerského vyhoření, kognitivní zátěže a dlouhodobé výkonnosti konzistentně ukazuje, že selhání na vrcholu organizace bývá v menšině případů způsobeno nedostatkem technické kompetence nebo strategického úsudku, zatímco v naprosté většině případů za ním stojí vyčerpání zdrojů, eroze psychické odolnosti, zanedbání fyzické kondice nebo ztráta schopnosti takticky řídit vlastní pozornost a energii. Schopnost podávat výkon každý den, po desítky let, v podmínkách vysoké nejistoty a intenzivní interpersonální zátěže, tedy není výsledkem vůle ani charakteru v abstraktním slova smyslu, ale výsledkem záměrně budovaného a průběžně udržovaného systému, který zahrnuje čtyři klíčové pilíře. Těmito pilíři jsou fyzická kondice jako materiální základ výkonnosti, psychická odolnost jako regulační kapacita, technický rozvoj kompetencí jako adaptivní výhoda a taktické myšlení jako schopnost strategicky rozložit a nasměrovat dostupné zdroje. (Baumeister & Tierney, 2011; Goleman, 1995; Covey, 2004).
Příspěvek si neklade za cíl podat vyčerpávající přehled literatury ke každé z těchto oblastí, neboť každá z nich je předmětem rozsáhlé odborné diskuse, jejíž plné pokrytí přesahuje rozsah konferenčního příspěvku. Záměrem je místo toho nabídnout integrující rámec, který tyto čtyři dimenze čte jako vzájemně podmíněný systém, a identifikovat praktické implikace, jež z tohoto systémového čtení vyplývají pro manažerskou praxi a pro rozvoj exekutivních talentů v organizacích.

1 Fyzická kondice: tělo jako infrastruktura rozhodování

Tendence oddělovat fyzický stav manažera od kvality jeho rozhodování a interpersonálního výkonu je v manažerské kultuře stále rozšířená, a přitom je z hlediska neurovědního výzkumu obtížně obhajitelná. Mozek, jako orgán, na němž závisí veškerý kognitivní výkon, je biologickou strukturou s konkrétními metabolickými požadavky, která je přímo a bezprostředně ovlivňována spánkem, pohybovou aktivitou, výživou a mírou chronického fyzického stresu. Výzkumy v oblasti kognitivní neurovědy opakovaně dokumentují, že krátkodobá spánková deprivace snižuje výkonnost prefrontálního kortexu, který je zodpovědný za plánování, rozhodování a emoční regulaci, přičemž efekty jsou srovnatelné s mírnou intoxikací alkoholem a subjektivně jsou přitom výrazně podceňovány samotnými postiženými jedinci. (Walker, 2017; Killgore, 2010).

Pravidelná aerobní pohybová aktivita naopak prokazatelně zvyšuje neuroplasticitu hipokampu, zlepšuje výkonnou pozornost a snižuje fyziologické markery chronického stresu, přičemž tyto efekty jsou konzistentní napříč věkovými skupinami a jsou relevantní právě pro manažerskou populaci, která se pohybuje v pásmech věku 35 až 60 let, kde jsou neurodegenerativní rizika a stresová kumulace obzvlášť patrná. (Ratey, 2008; Erickson et al., 2011). Vrcholoví lídři, kteří vědomě zařazují fyzickou aktivitu do své každodenní rutiny, ať jde o tenis, cyklistiku, chůzi nebo silový trénink, neinvestují do zábavy ani do estetiky, ale do kapacity svého primárního pracovního nástroje.

Výživa a regenerace jsou v tomto kontextu rovnocennými faktory. Chronická konzumace nadměrného množství jednoduchých sacharidů, alkoholu a průmyslově zpracovaných potravin je spojena se zvýšenou variabilitou hladiny glukózy v krvi, která se projevuje charakteristickými výkyvy soustředění a nálady, s nimiž se manažeři zápasiči pod označením „unavená odpoledne" nebo „ztráta energie po obědě" setkávají pravidelně, aniž by identifikovali jejich metabolický základ. Přechod k výživovému modelu založenému na kvalitních proteinech, zdravých tucích a komplexních sacharidech, doplněnému o cílenou suplementaci v oblastech, kde strava nezajistí dostatečný příjem, je z hlediska výkonnosti investicí s přímou a měřitelnou návratností.

Spánek jako samostatná výkonnostní proměnná si v manažerské praxi zaslouží zvláštní pozornost, protože je zároveň nejvíce podceňovanou a nejsnadněji obětovatelnou složkou regeneračního systému. Kultura, která glorifikuje práci do pozdních nočních hodin a zesměšňuje potřebu spánku jako slabost, přitom přesně obrací kauzalitu, neboť chronická spánková restrikce nesignalizuje výjimečnou pracovitost, ale systematicky degraduje kognitivní funkce, emoční regulaci a imunitní kapacitu, a tím snižuje dlouhodobou výkonnost přesně v těch dimenzích, které manažer potřebuje nejvíce. (Walker, 2017).

Fyzická kondice manažera proto není otázkou osobního vkusu ani volnočasové preference, ale otázkou profesionální odpovědnosti vůči roli, kterou zastává. Tělo, které je systematicky udržováno v kondici, umožňuje zvládat i nejnáročnější pracovní dny bez kumulativního deficitu, který se jinak přelévá do chronické podrážděnosti, snížené empatie a zhoršeného úsudku.

2 Psychická odolnost: regulační kapacita jako podmínka vedení

Psychická odolnost, v anglosaské literatuře nejčastěji konceptualizovaná pod pojmy resilience a mental toughness, představuje jednu z nejintenzivněji zkoumaných oblastí výkonnostní psychologie posledních dvou dekád. Výzkum konzistentně ukazuje, že odolnost není fixní osobnostní rys, s nímž se člověk buď narodí, nebo ne, ale kapacita, která je výsledkem konkrétních kognitivních, behaviorálních a vztahových návyků a která je prokazatelně rozvíjitelná cílenou prací. (Clough & Strycharczyk, 2012; Southwick & Charney, 2012).

Pro manažerský kontext je zásadní Lazarusova transakční teorie stresu, která stres nenazírá jako vlastnost situace, ale jako výsledek transakce mezi požadavky situace a subjektivně vnímanými zdroji k jejich zvládnutí. Manažer, který disponuje bohatým repertoárem zvládacích strategií, realistickým hodnocením vlastních zdrojů a jasně definovaným záložním plánem pro klíčová rozhodnutí, prožívá objektivně identickou situaci jako méně náročnou než manažer, jehož zásoby strategií jsou chudé a jehož hodnocení vlastní kapacity je nestabilní. (Lazarus & Folkman, 1984). BATNA, tedy Best Alternative to a Negotiated Agreement, je v tomto světle nejen negociačním nástrojem ve Fisherově a Uryho smyslu, ale obecným psychologickým principem, podle nějž vědomí dostupných alternativ snižuje subjektivní stres a zvyšuje seberegulační kapacitu v náročných rozhodovacích situacích. (Fisher & Ury, 1981).

Lajčin (2023) na základě empirického výzkumu v reálném manažerském prostředí dokumentuje, že způsoby zvládání náročných situací jsou u manažerů prokazatelně variabilní a že jejich efektivita závisí nikoli na intenzitě zátěže samotné, ale na předem vybudovaném

repertoáru copingových strategií a na míře, do níž manažer dokáže situaci kognitivně rámovat jako zvladatelnou. Uvedené zjištění je v přímém souladu s Lazarusovým modelem, přičemž přidává empirickou oporu z kontextu středoevropské manažerské praxe, kde specifika organizační kultury a interpersonální dynamiky mohou zátěžové situace formovat odlišným způsobem než v anglosaském prostředí, na němž je majoritní výzkumná základna postavena.
Specifickým tématem psychické kondice manažera je vztah k prokrastinaci, tedy k odkládání kognitivně nebo emocionálně náročných úkolů. Výzkum prokrastinace ukazuje, že jde méně o problém řízení času a více o problém regulace emocí, přičemž úkoly bývají odkládány nikoli proto, že by chyběl čas, ale proto, že anticipace negativního afektu spojeného s jejich zahájením je silnější než motivace k zahájení. (Steel, 2007). Praktickým důsledkem tohoto porozumění je orientace nikoli na plánování celého úkolu, ale na snížení bariéry prvního kroku, tedy na princip minimální akce, který přerušuje anticipační smyčku a aktivuje dokončovací motivaci prostřednictvím prožitku pokroku.
Zásadní a v manažerské kultuře stále nedostatečně přijatou složkou psychické odolnosti je ochota vyhledat podporu. Výzkum sociální opory v kontextu výkonnostního stresu opakovaně dokumentuje její protektivní efekt, přičemž sdílení zátěže s důvěryhodnou osobou, ať jde o kouče, mentora, partnera nebo kolegu, snižuje fyziologické markery stresu a posiluje hodnocení vlastní zvladatelnosti situace. Kultura, která interpretuje vyhledání pomoci jako slabost, systematicky podceňuje tento protektivní mechanismus a tím zvyšuje kumulativní riziko vyhoření u talentů, kteří by jinak disponovali dostatečnými zdroji k dlouhodobé výkonnosti. (Holt-Lunstad et al., 2010).

3 Rozvoj kompetencí: učení jako trvalá konkurenční výhoda

Znalostní ekonomika 21. století se od průmyslové éry liší nejen povahou výstupů, ale především rychlostí, s níž se znehodnocují kompetence nabyté v minulosti. Odhaduje se, že průměrný poločas relevantnosti odborných znalostí v dynamicky se vyvíjejících odvětvích klesl na méně než pět let, přičemž technologické změny spojené s nástupem generativní umělé inteligence tento trend dále akcelerují. Manažer, který přestane systematicky investovat do vlastního rozvoje, nepluje na místě, ale je unášen proudem zastarávání svých kompetencí, a to i bez vlastní viny nebo nečinnosti. (Dweck, 2006; Senge, 1990).
Efektivní rozvoj kompetencí přitom nevyžaduje pouze akumulaci informací, ale kultivaci metakognitivní schopnosti učit se samotné učení. Dweckův koncept growth mindset jako protikladu fixed mindset má v manažerském kontextu přímou aplikační hodnotu, neboť výzkum opakovaně ukazuje, že manažeři s přesvědčením o rozvinutelnosti svých schopností reagují na výkonnostní zpětnou vazbu, neúspěch a nové výzvy způsoby, které vedou k adaptaci a růstu, zatímco manažeři s pevným sebepojetím v týchž situacích tendují k obrannému stažení nebo ke strategiím zachování sebeobraz místo k výkonovému zlepšení. (Dweck, 2006; Heslin & VandeWalle, 2008).
Hodnocení manažerských kompetencí v reálném pracovním kontextu, jak je popisuje Lajčin (2023), přitom ukazuje, že mezery ve výkonnosti bývají identifikovatelné přesněji tehdy, jsou-li kompetence posuzovány nikoli jako abstraktní dispozice, ale jako způsoby chování v konkrétních zátěžových situacích, s nimiž se daný manažer v praxi setkává. Zmíněný přístup má přímý dopad na design rozvojových intervencí, protože rozvoj kompetencí orientovaný na skutečné výkonnostní mezery v reálném prostředí prokazatelně přináší vyšší přenos naučeného do praxe než generické vzdělávací programy konstruované bez ohledu na specifický organizační a rolový kontext jedince.
Strategický plán rozvoje kompetencí není zbytkem, který se připraví jednou za rok v rámci hodnoticího rozhovoru, ale živým dokumentem, který reflektuje jak aktuální výkonnostní mezery identifikované prostřednictvím zpětné vazby, tak předvídaný vývoj role a kontextu. Efektivní rozvoj zahrnuje formální vzdělávání v podobě odborných programů, workshopů a

koučinku, ale stejně tak neformální učení prostřednictvím cíleného studia literatury, expozice nejlepším praxím v oboru a záměrného vyhledávání zkušeností mimo vlastní komfortní zónu. (Ericsson et al., 1993). Investice do vlastního rozvoje přitom není luxusem dostupným pouze v obdobích prosperity, ale výdajem, jehož odložení v náročných obdobích přichází s kumulativní cenou v podobě rostoucí výkonnostní mezery.

Zvláštní dimenzi rozvoje kompetencí představuje v současném prostředí schopnost pracovat s umělou inteligencí jako s nástrojem rozhodování a strategické analýzy. Manažer, který tuto technologickou změnu ignoruje nebo pouze deleguje na technické oddělení, přichází o jeden z nejvýznamnějších zdrojů konkurenční výhody dostupných v reálném čase, přičemž paradoxně platí, že právě ti manažeři, kteří jsou nejvíce vytíženi a kteří by z nástrojů umělé inteligence těžili nejvíce, mají nejmenší sklon investovat čas do jejich zvládnutí. Rozvoj kompetencí pro éru generativní umělé inteligence proto není technickým cvičením, ale strategickou volbou o tom, jak manažer hodlá řídit svůj čas, pozornost a kognitivní kapacitu v nadcházejícím desetiletí.

4 Taktické myšlení: umění řídit pozornost a energii

Čtvrtý pilíř, taktické myšlení, je v manažerské literatuře nejméně systematicky pojednáván, přestože jeho vliv na výkonnost je prokazatelný a v mnoha ohledech integrující. Taktika v tomto kontextu neznamená pouze krátkodobé plánování, ale schopnost záměrně řídit alokaci vlastní pozornosti, energie a rozhodovacích zdrojů v souladu s hierarchií priorit a s vědomím jejich konečnosti.

Baumeisterova teorie ego depletion, přestože prošla v posledních letech vědeckou diskusí a revizí, přinesla do výzkumu výkonnosti zásadní intuici, podle níž seberegulační kapacita a rozhodovací energie nejsou nevyčerpatelným zdrojem, ale jsou spotřebovávány každým aktem vědomé volby, odložení impulzu nebo řešení konfliktu. (Baumeister & Tierney, 2011). Praktickým důsledkem je doporučení, které sdílejí vrcholoví lídři od Steve Jobse po Baracka Obamu, a sice minimalizovat triviální rozhodnutí v oblastech jako oblékání, jídelníček nebo rutinní komunikace, aby maximální kapacita zůstala dostupná pro rozhodnutí strategické povahy.

Schopnost říkat „ne" a záměrně delegovat patří do taktické výbavy výkonného manažera nikoli jako projev pohodlnosti, ale jako systémový nástroj ochrany pozornosti. Coveyho matice naléhavosti a důležitosti, i přes svou popularizační jednoduchost, zachycuje skutečný problém, s nímž se manažeři potýkají, totiž gravitaci naléhavých, avšak strategicky nevýznamných požadavků, která systematicky odvádí pozornost od důležitých, avšak neurgentních priorit. (Covey, 2004). Takticky zdatný manažer aktivně pracuje s touto gravitací, reviduje pravidelně hierarchii svých priorit a udržuje dostatečný prostor pro reflexi, strategické myšlení a proaktivní jednání, které jsou ze své povahy nepůjčeny naléhavostí, a proto se bez záměrné ochrany nevyskytují.

Taktické myšlení zahrnuje rovněž schopnost pružně reagovat na změnu podmínek, tedy revizovat vlastní plán bez ztráty strategické orientace. Manažer, jehož taktika je rigidní, riskuje, že přesnost plánování bude vykoupena ztrátou adaptability v prostředí, které je z povahy věci nestabilní a překvapivé. Schopnost rozlišovat mezi strategickou konstantou, tedy tím, co se nemění bez ohledu na podmínky, a taktickou proměnnou, tedy tím, co je třeba přizpůsobit aktuální realitě, je jednou z klíčových kompetencí dlouhodobě výkonného lídra.

5 Systémová provázanost čtyř pilířů

Analytické oddělení čtyř pilířů sloužilo účelům výkladu, avšak v reálném výkonnostním systému manažera tato oddělení neexistují. Fyzická únava snižuje emoční regulační kapacitu a tím přímo zhoršuje psychickou odolnost. Chronický stres narušuje spánek, degraduje fyzickou regeneraci a snižuje kognitivní flexibilitu potřebnou k taktickému myšlení. Absence rozvoje

kompetencí generuje postupně narůstající nejistotu, která se projevuje zvýšenou úzkostí a podrážděností. Taktická dezorientace vede k přehlcení a vyčerpání zdrojů napříč všemi ostatními oblastmi.

Uvedený cirkulární charakter provázanosti má důsledky jak diagnostické, tak intervenční. Z diagnostického hlediska znamená, že viditelný symptom v jedné oblasti, například chronická podrážděnost nebo ztráta motivace, nemusí signalizovat problém v téže oblasti, ale může být projevem deficitu jinde v systému. Z intervenčního hlediska pak platí, že investice do jednoho pilíře generuje přenosové efekty do pilířů ostatních, a záměrná péče o všechny čtyři oblasti najednou přináší synergické výsledky, jejichž hodnota přesahuje součet dílčích přínosů.

Systémový pohled na manažerskou výkonnost má rovněž důsledky pro to, jak organizace přistupují k rozvoji svých lídrů. Rozvojové programy, které se soustředí výhradně na jednu dimenzi, například na strategické myšlení nebo technické dovednosti, a přehlížejí fyzickou kondici, psychickou odolnost nebo taktické řízení pozornosti svých účastníků, trpí strukturálním omezením, jehož výsledkem je, že znalosti a dovednosti získané ve vzdělávacím prostředí nemohou být plně uplatněny ve výkonnostní realitě, kde jsou ostatní pilíře v deficitu. Komplexní péče o manažerský výkonnostní systém proto není věcí osobní péče jednotlivce, ale strategickou odpovědností organizace, která na svých lídrech závisí.

Závěr

Výkonní lídři nejsou roboti, ale jsou to lidé, kteří vědomě a záměrně pečují o systém vlastní výkonnosti. Fyzická kondice jim poskytuje metabolický a neurologický základ pro práci mozku. Psychická odolnost jim dává regulační kapacitu zvládat nejistotu, zátěž a selhání bez ztráty orientace. Kontinuální rozvoj kompetencí jim zajišťuje adaptivní výhodu v prostředí, kde se znalostní základna rychle proměňuje. Taktické myšlení jim umožňuje alokovat tyto zdroje tam, kde přinášejí největší strategický výsledek.

Kdo zvládne tyto čtyři pilíře jako systém, kdo je nepojímá jako čtyři paralelní povinnosti, ale jako jedinou integrovanou odpovědnost vůči vlastnímu výkonu a roli, ten se na vrcholu nejen udrží, ale stane se pro ostatní dokladem toho, že dlouhodobá excelence je výsledkem péče, nikoli náhody. Empirická evidence, na níž je tato argumentace postavena, čerpá jak z neurovědního výzkumu a výkonnostní psychologie, tak z manažersky orientovaných studií ve středoevropském kontextu, přičemž jejich konvergence naznačuje, že čtyřpilířový model výkonnostního systému má dostatečnou robustnost k tomu, aby sloužil jako praktický rámec pro individuální sebeřízení i pro organizační rozvoj exekutivních talentů.

Literatura

Baumeister, R. F., & Tierney, J. (2011). *Willpower: Rediscovering the greatest human strength.* Penguin Press.

Clough, P., & Strycharczyk, D. (2012). *Developing mental toughness: Improving performance, wellbeing and positive behaviour in others.* Kogan Page.

Covey, S. R. (2004). *The 7 habits of highly effective people.* Free Press.

Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success.* Random House.

Erickson, K. I., Voss, M. W., Prakash, R. S., Basak, C., Szabo, A., Chaddock, L., Kim, J. S., Heo, S., Alves, H., White, S. M., Wojcicki, T. R., Mailey, E., Vieira, V. J., Martin, S. A., Pence, B. D., Woods, J. A., McAuley, E., & Kramer, A. F. (2011). Exercise training increases size of hippocampus and improves memory. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 108*(7), 3017–3022. https://doi.org/10.1073/pnas.1015950108

Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review, 100*(3), 363–406. https://doi.org/10.1037/0033-295X.100.3.363

Fisher, R., & Ury, W. (1981). *Getting to yes: Negotiating agreement without giving in.* Houghton Mifflin.
Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ.* Bantam Books.
Heslin, P. A., & VandeWalle, D. (2008). Managers' implicit assumptions about personnel. *Current Directions in Psychological Science, 17*(3), 219–223. https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2008.00578.x
Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, J. B. (2010). Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. *PLOS Medicine, 7*(7), e1000316. https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316
Killgore, W. D. S. (2010). Effects of sleep deprivation on cognition. *Progress in Brain Research, 185*, 105–129. https://doi.org/10.1016/B978-0-444-53702-7.00007-5
Lajčin, D. (2023). *Coping with demanding situations and assessing managerial competencies in the context of managerial work.* ELP Editura Limes.
Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping.* Springer.
Loehr, J., & Schwartz, T. (2003). *The power of full engagement: Managing energy, not time, is the key to high performance and personal renewal.* Free Press.
Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout. In G. Fink (Ed.), *Stress: Concepts, cognition, emotion, and behavior* (pp. 351–357). Academic Press.
Ratey, J. J. (2008). *Spark: The revolutionary new science of exercise and the brain.* Little, Brown.
Senge, P. M. (1990). *The fifth discipline: The art and practice of the learning organization.* Doubleday.
Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2012). *Resilience: The science of mastering life's greatest challenges.* Cambridge University Press.
Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin, 133*(1), 65–94. https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65
Walker, M. (2017). *Why we sleep: Unlocking the power of sleep and dreams.* Scribner.

VLIV SPÁNKOVÝCH STRATEGIÍ NA BUDOVÁNÍ RANÉ RESILIENCE

THE IMPACT OF SLEEP STRATEGIES ON BUILDING EARLY RESILIENCE

Aneta Štěpánková
PaedDr. Mgr., DiS.
ORCID: https://orcid.org/0009-0000-2872-4586
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti,
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha,
Česká republika
aneta@anetastepankova.cz

Václav Šimek
prof. u. PaedDr. PhDr. PhD., DBA., Ed. D.
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-0158-6432
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti,
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha,
Česká republika
simek@wsnsb.cz

Abstrakt: Významná část primárních pečujících osob čelí po narození dítěte zvýšené psychické zátěži, která se často soustřeďuje kolem usínání, nočního probouzení a rodičovské nejistoty při interpretaci pláče. Spánkové strategie používané v raném věku přitom nelze hodnotit pouze podle rychlosti dosažení delšího nepřerušovaného spánku, protože zasahují také do oblasti koregulace, formování vnitřního pocitu bezpečí a postupného vývoje emoční autonomie. Článek analyzuje vztah mezi behaviorálními spánkovými intervencemi, responsivní noční péčí a budováním rané resilience. Teoretická část zasazuje problematiku do rámce vývojové psychologie, teorie citové vazby, kojenecké fyziologie spánku a současných doporučení k bezpečnému spánkovému prostředí. Metodologická část pracuje s explorativním kvalitativním designem a se třemi účelově vybranými kazuistikami, které ilustrují odlišné způsoby rodičovské reakce na noční stres dítěte. Analýza ukazuje, že předčasně požadovaná izolovaná autonomie může být v některých kontextech zaměněna za útlum signalizace potřeb, zatímco responsivní a vývojově přiměřená koregulace může podporovat internalizaci bezpečí a postupné zrání samoregulačních kapacit. Současně je zdůrazněno, že žádná spánková strategie nemá být aplikována univerzálně a bez odborného posouzení věku dítěte, temperamentu, zdravotního stavu, míry rodičovského vyčerpání, rodinného kontextu a zásad bezpečného spánku. Závěry příspěvku podporují odklon od rigidních tréninkových manuálů směrem k individualizované, bezpečné a vztahově citlivé podpoře rodin.

Klíčová slova: dětský spánek, raná resilience, citová vazba, emoční regulace, koregulace, behaviorální intervence, responsivní péče, bezpečný spánek, sdílení místnosti, kazuistika

Abstract: A substantial proportion of primary caregivers experience increased psychological strain after the birth of a child, often concentrated around bedtime, night waking, and parental uncertainty in interpreting infant crying. Sleep strategies used in early childhood cannot be assessed solely by the speed with which uninterrupted sleep is achieved, because they also affect co-regulation, the formation of a basic sense of safety, and the gradual development of emotional autonomy. The article analyzes the relationship between behavioral sleep interventions, responsive night-time care, and the development of early resilience. The

theoretical section situates the issue within developmental psychology, attachment theory, infant sleep physiology, and current recommendations for a safe sleep environment. The methodological section uses an exploratory qualitative design and three purposively selected case studies illustrating different parental responses to a child's night-time distress. The analysis suggests that prematurely required isolated autonomy may, in some contexts, be confused with the suppression of need signaling, whereas responsive and developmentally appropriate co-regulation may support the internalization of safety and the gradual maturation of self-regulatory capacities. At the same time, the article emphasizes that no sleep strategy should be applied universally without professional consideration of the child's age, temperament, health status, parental exhaustion, family context, and safe sleep principles. The conclusions support a shift away from rigid training manuals toward individualized, safe, and relationship-sensitive support for families.

Keywords: infant sleep, early resilience, attachment theory, emotional regulation, co-regulation, behavioral intervention, responsive care, safe sleep, room-sharing, case study

Úvod

Dětský spánek patří k nejčastějším zdrojům rodičovské nejistoty v raném období vývoje. Narození dítěte není provázeno univerzálním návodem k péči o novorozence a kojence, zatímco rodiče jsou vystaveni vysoké míře protichůdných doporučení. Jedna část odborného i popularizačního diskurzu klade důraz na rychlé osvojení samostatného usínání, delší noční úseky spánku a redukci noční rodičovské intervence. Druhá část diskurzu zdůrazňuje vývojovou nezralost kojence, potřebu opakované koregulace a význam dostupnosti pečující osoby v situacích nočního stresu. Rodičovské rozhodování se tak často odehrává pod tlakem vyčerpání, sociálního očekávání, obavy z výchovného selhání a nejistoty, zda pláč dítěte představuje běžnou součást adaptace, nebo signál nezvládnuté zátěže.

Spánek je z hlediska obecné psychologie i fyziologie nezbytným stavem útlumu psychické a somatické aktivity, při němž dochází k obnově organismu, konsolidaci paměti a regulaci neurobiologických procesů, jak uvádí Plháková (2007). V raném dětství však nelze spánek chápat jako izolovaný výkon dítěte oddělený od vztahového prostředí. Kojenec a mladší batole disponují nezralými samoregulačními mechanismy, krátkými spánkovými cykly a vysokou citlivostí vůči změnám prostředí, přičemž normální variabilita kojeneckého spánku je v literatuře opakovaně zdůrazňována také Montgomeryovou a Sætherem (2019). Noční probouzení, potřeba fyzické blízkosti a vyhledávání pečující osoby proto nemusejí být automaticky známkou patologického spánkového návyku, ale mohou odpovídat normální vývojové variabilitě.

Vývojová psychologie dlouhodobě ukazuje, že samostatnost nevzniká prostým vystavením dítěte izolaci, nýbrž postupnou internalizací zkušenosti, že v situacích stresu existuje dostupná, předvídatelná a emočně naladěná pečující osoba. Teorie citové vazby podle Bowlbyho (2010) a Cassidyho se Shaverem (2016) popisuje dostupnost pečující osoby jako základ pro bezpečné útočiště a bezpečnou základnu, z nichž dítě později čerpá při exploraci okolí, zvládání frustrace a organizaci emocí. Raná resilience je v tomto rámci chápána nikoli jako předčasná soběstačnost, ale jako vývojově se utvářející schopnost vracet se po zátěži do regulovaného stavu za podpory vztahového prostředí.

Současná empirická literatura zároveň neumožňuje jednoduché rozdělení spánkových strategií na jednoznačně škodlivé a jednoznačně ochranné. Behaviorální intervence, zejména graduované vyhasínání a postupné vzdalování rodiče, vykazují v některých výzkumech krátkodobou efektivitu při zlepšení usínání a snížení nočního probouzení, jak dokládají Mindell a kol. (2006), Gradisar a kol. (2016) a Price a kol. (2012). Současně však existují významná metodologická, etická a vývojově psychologická omezení, protože výsledky nelze automaticky

zobecnit na novorozence, velmi mladé kojence, děti s vyšší neurobiologickou reaktivitou, rodiny ve stresu nebo situace, v nichž dítě signalizuje intenzivní distres. Odborná diskuse proto vyžaduje opatrnost, přesné vymezení věku dítěte a rozlišení mezi citlivě vedenou spánkovou podporou a rigidním potlačováním pláče bez adekvátní koregulace.
Cílem příspěvku je kriticky porovnat behaviorální a vztahově orientované přístupy k dětskému spánku v kontextu budování rané resilience. Výzkumná otázka zní, jak se odlišné strategie usínání a noční péče promítají do kvality externí koregulace, interpretace dětské autonomie a rodičovského rozhodování. Článek propojuje teoretickou analýzu s explorativními kazuistikami a usiluje o formulaci odborně vyvážených, bezpečnostně citlivých a prakticky využitelných závěrů.

Teoretická východiska řešené problematiky

Dětský spánek, koregulace a raná resilience

Kojenecký a batolecí spánek se od spánku dospělého významně liší délkou cyklů, vyšším podílem aktivního spánku, častějším probouzením a výraznější závislostí na vnějším regulačním prostředí, což ve vztahu k rodičovskému poradenství zdůrazňují Solmaz (2014) i Montgomeryová a Sæther (2019). Noční probuzení nelze v raném věku interpretovat pouze jako poruchu režimu, protože probuzení může souviset s krmením, růstem, separační nejistotou, senzorickou citlivostí, somatickým diskomfortem i běžnou neurovývojovou dynamikou. Hodnocení dětského spánku proto vyžaduje rozlišení mezi fyziologickou variabilitou a skutečnou spánkovou obtíží, která významně zatěžuje dítě nebo rodinný systém.
Pojem koregulace označuje proces, v němž dospělá osoba prostřednictvím tělesné blízkosti, hlasu, rytmu, dotyku, kojení, chování nebo předvídatelného rituálu pomáhá dítěti navracet se z aktivovaného stavu do stavu větší neurofyziologické stability. V raném vývoji nejde o nadbytečnou rodičovskou intervenci, ale o základní mechanismus postupného zrání samoregulace. Dítě se samostatnosti neučí tím, že je opakovaně ponecháváno bez podpory v prožitku vysoké zátěže, ale tím, že opakovaně zažívá přechod od distresu k uklidnění v bezpečném vztahovém kontextu.
Raná resilience je v příspěvku vymezena jako schopnost dítěte postupně zvládat zátěž, obnovovat psychickou rovnováhu a rozvíjet důvěru ve vlastní i vztahové zdroje podpory. V kojeneckém a batolecím věku má resilience převážně vztahově zprostředkovanou podobu. Rodičovská citlivost, předvídatelnost, emoční dostupnost a schopnost rozpoznat intenzitu dětského signálu představují základní podmínky, z nichž se podle Ainsworthové a kol. (1978), Bowlbyho (2010) a Cassidyho se Shaverem (2016) později vyvíjí vnitřní pracovní model světa jako relativně bezpečného a vlastního já jako hodného péče.

Behaviorální model a metoda modifikovaného vyhasínání

Behaviorální modely dětského spánku vycházejí z předpokladu, že část potíží s usínáním a nočním probouzením je udržována naučenými asociacemi mezi spánkem a přítomností určitého rodičovského zásahu. Do této skupiny patří zejména graduované vyhasínání, plánované kontroly, postupné vzdalování rodiče a metoda bedtime fading, tedy cílené posunutí ukládání do doby, kdy je pravděpodobnost usnutí vyšší. Odborná literatura podle Mindella a kol. (2006) a Gradisara a kol. (2016) dokládá, že některé behaviorální postupy mohou u vybraných rodin snížit dobu usínání, redukovat počet nočních probuzení a zlepšit rodičovský spánek, zvláště pokud jsou prováděny strukturovaně, krátkodobě a u vývojově starších kojenců nebo batolat.
Výzkumné závěry však vyžadují opatrnou interpretaci. Randomizované a přehledové studie často zahrnují malé nebo selektované soubory, vycházejí z rodičovských deníků, pracují s rozdílnými definicemi spánkového problému a jen omezeně zachycují jemné kvality dětského prožívání. Závěr, že behaviorální intervence nemusejí vést k měřitelným dlouhodobým negativním dopadům ve sledovaných proměnných, jak uvádějí Gradisar a kol. (2016) a Price a

kol. (2012), nelze zaměňovat za důkaz, že každá forma nereagování na pláč je vývojově neutrální. Stejně tak nelze z krátkodobého snížení pláče automaticky dovozovat, že došlo k vytvoření zralé autonomie.
Modifikované vyhasínání bývá v rodičovské praxi zjednodušováno do instrukce, aby pečující osoba prodlužovala intervaly mezi reakcemi na pláč dítěte a minimalizovala fyzický kontakt během ukládání. Rigidní aplikace této strategie může být problematická zejména tehdy, pokud je dítě velmi malé, nemocné, vystrašené, temperamentově vysoce reaktivní, vystavené náhlé změně pečující osoby nebo pokud rodič není schopen rozlišit běžnou protestní reakci od intenzivního distresu. Vývojově citlivá kritika behaviorálních intervencí proto nespočívá v apriorním odmítnutí jakékoli struktury, ale v odmítnutí univerzálního požadavku na samostatné usínání bez ohledu na věk, vztahový kontext a aktuální psychofyziologický stav dítěte.
Za důležité je nutné považovat také rozdíl mezi postupnou podporou spánkové předvídatelnosti a potlačením signalizace potřeb. Spánkový režim, stabilní večerní rituál, přiměřené světelné a hlukové podmínky, omezení nadměrné stimulace a citlivé vedení dítěte ke klidnému usínání mohou být s responsivní péčí plně slučitelné. Rizikovou oblast představuje až taková praxe, v níž je pláč chápán výhradně jako nežádoucí chování, které má vyhasnout, nikoli jako komunikační signál vyžadující diferenciovanou rodičovskou interpretaci.

Koncept citové vazby v noční péči

Teorie citové vazby, jejíž základy položil John Bowlby a empiricky rozvíjela Mary Ainsworthová, vychází z předpokladu, že lidské mládě je biologicky nezralé a jeho přežití je závislé na dostupnosti ochranné figury (Ainsworthová a kol., 1978 a Bowlby, 2010). Vazebný systém se aktivuje zejména při únavě, strachu, bolesti, osamění, nemoci a nejistotě. Usínání a noční probouzení jsou proto situacemi, v nichž se vazebné potřeby mohou přirozeně zvyšovat. Tma, snížená orientace v prostředí a oddělení od pečující osoby mohou u části dětí aktivovat pláč jako primární komunikační prostředek.
Bezpečná citová vazba nevzniká z nepřetržitého uspokojování každého přání dítěte, ale z dostatečně konzistentní zkušenosti, že pečující osoba rozpoznává signály, reaguje přiměřeně a pomáhá dítěti zvládnout stavy, které samo regulovat nedokáže. Noční responsivita v tomto smyslu nepředstavuje překážku autonomie, ale jeden z mechanismů, jímž se autonomie postupně zakládá, což odpovídá Bowlbyho pojetí bezpečné základny (Bowlby, 1998, 2010). Dítě, které opakovaně zažívá dostupnost pečující osoby, může později bezpečněji explorovat prostředí, snáze tolerovat frustraci a postupně přijímat delší intervaly samostatnosti.
Vztahově orientované přístupy k dětskému spánku, reprezentované mimo jiné kontaktním rodičovstvím, zdůrazňují blízkost, čitelnost rituálů, tělesný kontakt, kojení podle potřeb dítěte a citlivé rozlišování typů pláče (Sears a Sears, 2005). Praktická hodnota těchto přístupů spočívá v tom, že snižují rodičovský tlak na rychlou separaci a obnovují důvěru v rodičovskou senzitivitu. Odborné využití však vyžaduje, aby nebyly prezentovány jako jediná správná cesta pro všechny rodiny, protože rodinné podmínky, zdravotní okolnosti, psychická kapacita rodičů i bezpečnostní rizika se výrazně liší.

Bezpečný spánek, blízkost a terminologické rozlišení

Diskuse o blízkosti během spánku vyžaduje přesné terminologické rozlišení. Sdílení místnosti znamená, že dítě spí ve stejné místnosti jako rodiče, ale na samostatné spánkové ploše určené pro kojence. Sdílení lůžka znamená, že dítě spí na stejné spánkové ploše s dospělou osobou. Pojem co-sleeping je širší a v různých studiích označuje buď sdílení místnosti, nebo sdílení spánkové plochy. Zaměňování těchto pojmů vede k odborným i praktickým nedorozuměním, protože bezpečnostní rizika nejsou u jednotlivých forem stejná.
Doporučení Americké pediatrické akademie z roku 2022 akcentují bezpečné spánkové prostředí, zejména ukládání kojence na záda, pevnou a rovnou nešikmou plochu, absenci

měkkých předmětů, prevenci přehřátí a sdílení místnosti bez sdílení lůžka (Moon a kol., 2022). Z hlediska prevence náhlých neočekávaných úmrtí kojenců je proto nutné odlišit psychologickou hodnotu dostupnosti rodiče od praktické volby konkrétního spánkového uspořádání. Blízkost, citlivá reakce a noční dostupnost mohou být realizovány i při bezpečném sdílení místnosti, pokud je dítě uloženo na vlastním bezpečném spánkovém povrchu.

Antropologické a vývojově psychologické studie současně upozorňují, že blízký spánek rodiče a dítěte je v mnoha kulturách běžnou a historicky dlouhodobou praxí (McKenna a McDade, 2005 a Barry, 2019). Z tohoto hlediska nelze západní normu raného samostatného spánku pokládat za univerzální vývojový standard. Blízkost během noci může podporovat kojení, rodičovskou vnímavost, tělesnou synchronii a rychlejší reakci na signály dítěte. Bezpečnostní diskuse však musí zohlednit rizikové faktory, mezi něž podle epidemiologických studií patří spánek na pohovce nebo křesle, kouření, alkohol, sedativa, drogy, extrémní únava, měkké matrace, volné přikrývky, polštáře, přehřátí a velmi nízký věk dítěte (Blair a kol., 2014, Carpenter a kol., 2013).

Odborně odpovědný přístup proto nemá rodičům poskytovat ani zjednodušený zákaz blízkosti, ani nekritické doporučení sdíleného lůžka. Vhodnější je bezpečnostně informované poradenství, které rozlišuje mezi potřebou vztahové dostupnosti a konkrétní organizací spánkového prostoru, což odpovídá také výzvě Barryové (2019) k bezpečně sdíleným informacím o blízkém spánku. Rodina má být vedena k tomu, aby dítě mělo bezpečné podmínky pro spánek a aby zároveň nebyly ignorovány jeho vývojově přiměřené potřeby kontaktu, uklidnění a předvídatelné koregulace.

Kontroverze expertních doporučení a rodičovská senzitivita

Rodiče malých dětí se často pohybují mezi dvěma extrémy. Na jedné straně slyší, že rychlé samostatné usínání je známkou dobré výchovy a že častá noční reakce vede k závislosti. Na druhé straně jsou konfrontováni s výzvami k intenzivní responsivitě, které mohou u vyčerpaných pečujících osob vyvolávat pocity viny, pokud nejsou schopny poskytovat nepřetržitou noční podporu. Oba extrémy mohou rodičovskou kompetenci oslabovat, protože redukují komplexní situaci na jednoduché normativní pravidlo.

Maternální a parentální senzitivita neznamená bezhraniční obětování ani mechanické plnění každého požadavku dítěte. Jde o schopnost vnímat signály dítěte, rozpoznat jejich intenzitu, reagovat přiměřeně a současně chránit vlastní psychickou kapacitu. U rodičů s chronickým spánkovým deficitem, poporodní úzkostí, depresivitou nebo nedostatkem sociální podpory může být potřebná odborná intervence zaměřená nejen na spánek dítěte, ale také na stabilizaci rodinného systému. Spánkové poradenství by proto nemělo začínat technikou, ale komplexním posouzením dítěte, rodičů a prostředí.

Metodologická část příspěvku

Příspěvek využívá explorativní kvalitativní design založený na komparativní kazuistické analýze. Cílem není statistické ověření kauzálních vztahů ani zobecnění závěrů na populaci kojenců a batolat, ale hlubší porozumění tomu, jak se rozdílné spánkové strategie mohou promítat do rodičovské interpretace dětského pláče, kvality koregulace a vnímání autonomie. Zvolený design odpovídá povaze tématu, protože noční péče o malé dítě zahrnuje jemné neverbální signály, emoční dynamiku a situační proměnné, které nelze plně zachytit pouze kvantitativním měřením.

Výběr kazuistik byl účelový a zaměřil se na tři kontrastní situace. První kazuistika zachycuje náhlou změnu spánkové rutiny, absenci primárních pečujících osob a nedostatečnou vztahovou koregulaci, druhá kazuistika pracuje s retrospektivním významem rané hospitalizační separace a třetí kazuistika ukazuje model kontinuální responsivní noční péče. Případy byly zvoleny jako

extrémní a ilustrativní, protože umožňují zviditelnit mechanismy, které by v běžném popisu mohly zůstat skryté.
Data pocházejí ze zúčastněného pozorování, rodičovských sdělení a retrospektivní reflexe. Rodiče zúčastněných dětí poskytli informovaný souhlas se zpracováním údajů a veškerá jména i identifikační okolnosti byly anonymizovány. Interpretace dat probíhala ve třech analytických rovinách, které zahrnují míru dostupné koregulace, povahu rodičovské nebo pečovatelské interpretace pláče a vztah mezi krátkodobým uklidněním dítěte a dlouhodobějším významem spánkové strategie pro pocit bezpečí.
Metodologická omezení jsou významná a musejí být výslovně zohledněna. Malý počet kazuistik neumožňuje generalizaci, přítomnost zúčastněného pozorovatele může ovlivnit interpretaci a retrospektivní údaje mohou být zatíženy paměťovým i emočním zkreslením. Příspěvek proto formuluje závěry jako interpretační hypotézy a praktické implikace, nikoli jako důkaz univerzálně platné kauzality. Validitu zjištění posiluje triangulace teoretických zdrojů, reflexe role pozorovatele a průběžné porovnávání kazuistik s vývojově psychologickými a spánkově medicínskými poznatky.

Text vlastního zkoumání a interpretace výsledků
Kazuistika A. Somatizace akutního stresu při náhlé změně spánkové rutiny
1. Kontext a anamnéza
Případová studie se zaměřuje na chlapce ve věku dvaceti čtyř měsíců, u něhož rodiče dlouhodobě fixovali usínání na digitální stimulaci, konkrétně na mobilní telefon a tablet. V posuzované situaci nebyly přítomny primární pečující osoby a péči převzala chůva, která pro dítě představovala méně známý vztahový prvek. Kombinace nepřítomnosti rodičů, náhlého odebrání obvyklého digitálního stimulu a zavedení nového rituálu vytvořila situaci zvýšené zátěže.
2. Průběh situace
Chůva se pokusila nahradit digitální stimul čtením knihy, což by za jiných okolností mohlo být vhodným směrem k hygieničtějšímu spánkovému rituálu. Změna však byla provedena náhle, bez předchozí přípravy, bez přítomnosti rodičů a bez postupného převodu regulační funkce na nový rituál. Dítě reagovalo intenzivním pláčem, motorickým neklidem, opakovanými pokusy o opuštění lůžka a zřetelnou emoční dysregulací. Následné ponechání dítěte o samotě v místnosti vedlo k další eskalaci stresové reakce.
3. Analytická interpretace
Stav dítěte vyústil v akutní somatickou manifestaci distresu, která byla rodiči popsána jako apnoické pauzy a dechová dysregulace. Interpretace případu nespočívá v tom, že by šlo o čistý příklad Ferberovy metody nebo graduovaného vyhasínání. Významnější je skutečnost, že dítě bylo vystaveno kumulaci zátěžových faktorů, mezi něž patřila separace od rodičů, neznámá pečující osoba, ztráta obvyklého regulačního stimulu, náhlá změna rituálu a krátkodobá izolace. Dočasné zklidnění po navrácení digitálního zařízení ukazuje, že obrazovka zde nefungovala jako zdravý spánkový návyk, ale jako náhradní regulační prostředek, který v daném systému zastupoval chybějící vztahovou koregulaci. Kazuistika naznačuje, že změna spánkové strategie musí být postupná, vztahově zajištěná a vývojově přiměřená, jinak může vést nikoli k autonomii, ale k přetížení regulačních kapacit dítěte.

Kazuistika B. Hospitalizační separace a pozdější postoje ke spánkové hygieně
4. Kontext a anamnéza
Druhá kazuistika vychází z retrospektivní analýzy rané hospitalizační zkušenosti. Sledovaný subjekt byl v dětství umístěn do nemocničního bariérového lůžka bez možnosti kontinuální přítomnosti primární pečující osoby. Prostředí bylo charakterizováno omezenou možností pohybu, nedostatečnou dostupností známé osoby a výraznou institucionální kontrolou prostoru.

5. Popis jevu

Nemocniční lůžko bylo subjektivně vnímáno jako restriktivní prostor, jenž znemožňoval spontánní kontakt s pečující osobou. Bariérové uspořádání podporovalo prožitek omezení a izolace. Z vývojově psychologického hlediska není rozhodující pouze objektivní bezpečnostní funkce lůžka, ale také to, jak dítě v raném věku prožívá nemožnost přiblížit se k ochranné figuře. Vnější fyzická bariéra se může v prožitku dítěte spojit s absencí dostupné pomoci.

6. Analytická interpretace

Popsaná zkušenost podporuje hypotézu, že raná separace v institucionálním prostředí může později ovlivnit citlivost dospělého vůči dětskému pláči a noční izolaci. Nelze z ní vyvozovat obecný závěr o škodlivosti nemocniční péče, protože hospitalizační postupy se liší podle doby, zařízení, zdravotního stavu dítěte a možnosti přítomnosti rodiče. Kazuistika však ukazuje, že spánkové prostředí má nejen bezpečnostní, ale také psychologický význam. Dítě v raném věku nevnímá prostor pouze technicky, nýbrž vztahově, protože dostupnost rodiče spoluurčuje pocit bazálního bezpečí.

Kazuistika C. Formování bazální důvěry skrze responsivní noční péči

7. Kontext a anamnéza

Třetí kazuistika sleduje kojence, u něhož byl od narození v domácím prostředí uplatňován responsivní přístup ke spánku. Pečující osoby odmítly strategie založené na protahovaném ponechávání dítěte v pláči bez odezvy a usilovaly o předvídatelnou noční dostupnost. Rodina pracovala s blízkostí, kojením, taktilním kontaktem, hlasovou regulací a citlivým sledováním individuální únavy dítěte.

8. Průběh situace

Usínání nebylo chápáno jako izolovaný výkon dítěte, ale jako vztahově zprostředkovaný přechod do spánku. Při neklidu nebo nočním probuzení byla matka nebo otec dítěti bezprostředně k dispozici. Koregulace probíhala prostřednictvím fyzického kontaktu, hlasu, kojení, chování, objímání a stabilního rituálu. Organizace spánkového prostoru byla rodiči posuzována s ohledem na potřebu blízkosti i bezpečnostní zásady, přičemž důraz byl kladen na prevenci rizikových okolností, jako jsou měkké podklady, přehřátí, volné lůžkoviny a snížená bdělost dospělého.

9. Analytická interpretace

Pozorování naznačuje, že kontinuální dostupnost pečující osoby může podporovat prožitek světa jako předvídatelného a bezpečného. Dítě nebylo vystavováno protahovanému pláči bez odezvy, a jeho noční probouzení tak bylo začleňováno do opakované zkušenosti, že distres je možné regulovat prostřednictvím vztahu. Z hlediska teorie citové vazby lze tento proces interpretovat jako podporu bezpečného útočiště a postupné vytváření vnitřních pracovních modelů. Kazuistika však neprokazuje univerzální nadřazenost jediného spánkového uspořádání, protože podobné kvality dostupnosti lze za určitých okolností realizovat různými bezpečnými způsoby. Jádrem zjištění není samotná technická forma spánku, ale kvalita citlivé, předvídatelné a bezpečně organizované noční péče.

Diskuse

Komparace tří kazuistik ukazuje, že spánkové strategie mají být posuzovány nejen podle bezprostředního výsledku, ale také podle mechanismu, kterým je výsledku dosaženo. U dítěte, které přestane plakat po opakované absenci reakce, může jít v některých případech o adaptaci na novou rutinu, v jiných však o útlum signalizace v důsledku vyčerpání nebo nedostupnosti podpory. Rozlišení těchto možností vyžaduje citlivé klinické a pedagogické posouzení, protože vnější chování dítěte nemusí spolehlivě odrážet jeho vnitřní regulační stav.

Behaviorální literatura přináší důležité poznatky o účinnosti některých strukturovaných intervencí při potížích s usínáním a nočním probouzením. Přehled Mindella a kol. (2006) uvádí,

že behaviorální postupy mohou u části rodin vést ke spolehlivým a relativně trvalým změnám spánkového chování. Studie Gradisara a kol. (2016) a Price a kol. (2012) sledující dlouhodobé dopady navíc nenacházejí jednoznačné důkazy o poškození měřených oblastí attachmentu, emočního vývoje nebo rodičovských vztahů. Uvedené závěry je vhodné respektovat, protože chrání odbornou diskusi před jednostranným odmítnutím empiricky zkoumaných intervencí.
Stejnou váhu však zasluhují limity uvedených studií. Absence prokázaného poškození v dostupných měřeních neznamená, že každá praxe založená na nereagování na pláč je vývojově bezpečná. Výsledky nelze mechanicky přenášet na novorozence, děti s regulačními obtížemi, děti po rané separaci, rodiny s vysokou psychosociální zátěží nebo situace, v nichž pečující osoba používá metodu rigidně a bez schopnosti diferencovat signály dítěte. Odborná pozice AAIMH (2022) proto oprávněně zdůrazňuje, že intervence založené na vyhasínání vyžadují obezřetnost a že rodičům mají být dostupné také responsivní alternativy.
Kazuistika A dokládá, že spánkový problém nelze redukovat na otázku, zda dítě má nebo nemá „umět samo usnout “. Chlapec vykazoval naučenou závislost na digitálním stimulu, což samo o sobě představovalo nevhodnou spánkovou asociaci. Zároveň však náhlé odebrání tohoto stimulu bez přítomnosti rodičů a bez adekvátní vztahové náhrady vedlo k prudké eskalaci stresu. Praktická implikace tedy nespočívá v návratu k digitálnímu uspávání, ale v postupném převodu regulační funkce z technického stimulu na bezpečný vztahový a rituální rámec.
Kazuistika B upozorňuje na význam prostředí. Lůžko, postýlka nebo samostatný pokoj nejsou pro dítě pouze fyzickým prostorem, ale také nositelem vztahového významu. Raná zkušenost s bariérou a nemožností přivolat dostupnou osobu se může později promítat do rodičovské citlivosti vůči separačnímu pláči. V klinické praxi proto dává smysl zjišťovat nejen aktuální spánkové návyky dítěte, ale také spánkovou a separační historii rodičů, protože rodičovské postoje mohou být ovlivněny vlastními ranými zkušenostmi.
Kazuistika C podporuje tezi, že responsivní noční péče může vytvářet podmínky pro bezpečnou internalizaci podpory. Přínos tohoto modelu však nelze odvozovat pouze z fyzické blízkosti, ale z kombinace dostupnosti, emočního naladění, předvídatelnosti, bezpečnostně zajištěného prostředí a schopnosti rodiče reagovat bez paniky i bez odmítání. Vztahový přístup tak není synonymem bezhraniční rodičovské dostupnosti, nýbrž citlivého a udržitelného systému péče.
Bezpečnostní rovina představuje nezbytnou korekci celé diskuse. Blízkost pečující osoby může být pro dítě psychologicky významná, avšak praktické uspořádání spánku musí vždy respektovat prevenci náhlého neočekávaného úmrtí kojence, náhodného zadušení, zaklínění, přehřátí a dalších rizik, jak zdůrazňují Moon a kol. (2022). Sdílení místnosti na samostatné bezpečné spánkové ploše představuje způsob, jak propojit rodičovskou dostupnost a bezpečnostní doporučení. Případné sdílení lůžka nelze doporučovat univerzálně, zvláště u nejmladších kojenců a za přítomnosti rizikových faktorů, a pokud k němu v rodině dochází, měla by být rodina vedena k bezpečnostně informovanému rozhodování.
Hlavní odborný přínos příspěvku spočívá v posunu od otázky, která metoda dítě naučí spát, k otázce, jak konkrétní rodina rozumí signálům dítěte, a jak dokáže vytvořit bezpečný, vývojově přiměřený a udržitelný regulační systém. Raná resilience se v tomto pojetí nerodí z izolované výkonnosti dítěte, ale z opakované zkušenosti, že stres může být zvládnut v přítomnosti dostupného druhého. Samostatnost se následně vyvíjí jako výsledek internalizované jistoty, nikoli jako následek předčasného odnětí podpory.

Implikace pro praxi

Odborné poradenství v oblasti dětského spánku by mělo začínat komplexním posouzením, které zahrnuje věk dítěte, zdravotní stav, temperament, způsob krmení, denní režim, rodinnou zátěž, psychický stav rodičů, dostupnost sociální podpory, spánkové prostředí a bezpečnostní rizika. Teprve poté lze doporučovat konkrétní strategii. U velmi malých kojenců a dětí se zjevnou intenzivní separační reakcí je vhodné preferovat responsivní postupy, které zachovávají

rodičovskou dostupnost. U starších kojenců a batolat lze za určitých okolností pracovat se strukturovaným rituálem, postupným snižováním nadměrné stimulace a jemným posilováním předvídatelnosti, avšak bez ignorování silného distresu.
Rodiče by měli být vedeni k tomu, aby rozlišovali mezi běžnou nespokojeností při změně rituálu a signály výrazného přetížení. Pláč doprovázený dechovou dysregulací, zvracením, panickým neklidem, neschopností zklidnění nebo výraznou změnou chování vyžaduje přerušení techniky a návrat k aktivní koregulaci. Součástí doporučení má být také práce s rodičovským vyčerpáním, protože chronicky nevyspalý rodič může ztrácet schopnost citlivě reagovat a potřebuje podporu, nikoli pouze instrukci k dalšímu výkonu.
V pedagogické, psychologické a pediatrické praxi je vhodné opustit jazyk, který rodiče staví před falešnou volbu mezi „rozmazlením“ a „tvrdým výcvikem“. Přesnější je hovořit o vývojově přiměřené podpoře spánku, o bezpečné koregulaci a o postupném zrání autonomie. Takové pojetí umožňuje spojit potřeby dítěte s reálnými možnostmi rodiny a s požadavky bezpečného spánkového prostředí.

Limity příspěvku

Příspěvek má explorativní charakter a opírá se o malý počet účelově vybraných kazuistik. Zjištění proto nelze generalizovat na všechny děti ani na všechny rodiny. Kazuistiky zachycují konkrétní situace, v nichž se prolínají temperament dítěte, rodičovské strategie, prostředí, předchozí zkušenosti a dostupnost podpory. Dalším limitem je subjektivita zúčastněného pozorování a retrospektivních výpovědí. Přesto mají kazuistiky odbornou hodnotu, protože umožňují analyzovat mechanismy, které by v čistě kvantitativním výzkumu mohly být obtížně zachytitelné. Budoucí výzkum by měl propojit longitudinální design, fyziologické ukazatele stresu, kvalitu citové vazby, rodičovské duševní zdraví a detailní popis konkrétních spánkových intervencí.

Závěr

Příspěvek se zaměřil na vliv spánkových strategií v raném věku a na jejich možný vztah k budování dětské resilience. Analýza ukazuje, že samostatné usínání nelze považovat za jednoduchý indikátor zdravé autonomie, pokud je dosaženo předčasnou separací, ignorováním intenzivního distresu nebo odnětím koregulace, na kterou dítě vývojově ještě není připravené. Stejně tak však nelze odborně udržitelně tvrdit, že každý behaviorální prvek je vždy škodlivý. Rozhodující je věk dítěte, intenzita jeho reakce, způsob provedení, míra rodičovské dostupnosti, bezpečnostní kontext a celková rodinná situace.
Resilience v raném dětství vzniká především v rámci vztahově zprostředkované regulace. Dítě se učí zvládat zátěž tehdy, když opakovaně zakouší, že jeho signály mají význam a že dospělá osoba dokáže pomoci obnovit pocit bezpečí. Postupná autonomie se vyvíjí na základě internalizované jistoty, nikoli jako výsledek izolované výkonnosti. Spánkové poradenství by proto mělo spojovat vývojovou citlivost, respekt k rodičovské kapacitě, znalost empirických výzkumů a striktní respekt k zásadám bezpečného spánku.
Za nejvhodnější směr lze považovat individualizovanou podporu rodin, která nevnucuje jediný univerzální model, ale pomáhá rodičům vytvářet bezpečné, předvídatelné a vztahově citlivé noční prostředí. Odborná doporučení by měla rodičům poskytovat nejen technické strategie, ale také porozumění vývojovým potřebám dítěte, hranicím behaviorálních postupů, významu koregulace a možnostem bezpečného uspořádání spánku. Právě propojení bezpečí, blízkosti, přiměřené struktury a rodičovské senzitivity představuje nejpřesvědčivější základ pro podporu rané resilience.

Seznam použité literatury

AINSWORTH, M. D. S., BLEHAR, M. C., WATERS, E., WALL, S. Patterns of Attachment. A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale, NJ, Erlbaum, 1978.
AUSTRALIAN ASSOCIATION FOR INFANT MENTAL HEALTH. Infant Sleep. Position Statement. AAIMH, 2022.
BARRY, E. S. Co-sleeping as a proximal context for infant development. The importance of physical touch. Infant Behavior and Development, 2019, 57, 101385. DOI 10.1016/j.infbeh.2019.101385.
BLAIR, P. S., SIDEBOTHAM, P., PEASE, A., FLEMING, P. J. Bed-Sharing in the Absence of Hazardous Circumstances. Is There a Risk of Sudden Infant Death Syndrome? An Analysis from Two Case-Control Studies Conducted in the UK. PLoS ONE, 2014, 9(9), e107799. DOI 10.1371/journal.pone.0107799.
BOWLBY, J. Attachment and Loss. Volume 2. Separation. Anxiety and Anger. New York, Basic Books, 1973.
BOWLBY, J. A Secure Base. Clinical Applications of Attachment Theory. London, New York, Routledge, 1998.
BOWLBY, J. Vazba. Teorie citové vazby. Praha, Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-670-4.
CARPENTER, R., McGARVEY, C., MITCHELL, E. A., TAPPIN, D. M., VENDEMIALE, G., SMUK, M., et al. Bed sharing when parents do not smoke. Is there a risk of SIDS? An individual level analysis of five major case-control studies. BMJ Open, 2013, 3, e002299. DOI 10.1136/bmjopen-2012-002299.
CASSIDY, J., SHAVER, P. R. Handbook of Attachment. Theory, Research, and Clinical Applications. 3rd ed. New York, Guilford Press, 2016.
FEENEY, J. A., NOLLER, P., ROBERTS, N. Attachment and Close Relationships. In HENDRICK, C., HENDRICK, S. Close Relationships. A Sourcebook. Thousand Oaks, Sage Publications, 2000.
GORDON, J., GOODALL, J. Good Nights. The Happy Parents' Guide to the Family Bed. New York, St. Martin's Griffin, 2002.
GRADISAR, M., JACKSON, K., SPURRIER, N. J., GIBSON, J., WHITHAM, J. N., WILLIAMS, A. S., DOLBY, R. M., KENNAWAY, D. J. Behavioral Interventions for Infant Sleep Problems. A Randomized Controlled Trial. Pediatrics, 2016, 137(6), e20151486. DOI 10.1542/peds.2015-1486.
HAZAN, C., SHAVER, P. R. Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. Journal of Personality and Social Psychology, 1987, 52(3), s. 511-524.
HAZAN, C., SHAVER, P. R. Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. Psychological Inquiry, 1994, 5(1), s. 1-22.
KIRKPATRICK, L. A., HAZAN, C. Attachment styles and close relationships. A four-year prospective study. Personal Relationships, 1994, 1, s. 123-142.
KIRKPATRICK, L. A., DAVIS, K. E. Attachment Styles, Gender, and Relationship Stability. A Longitudinal Analysis. Journal of Personality and Social Psychology, 1994, 66(3), s. 502-512.
McKENNA, J. J., McDADE, T. Why babies should never sleep alone. A review of the co-sleeping controversy in relation to SIDS, bedsharing and breastfeeding. Paediatric Respiratory Reviews, 2005, 6(2), s. 134-152. DOI 10.1016/j.prrv.2005.03.006.
MINDELL, J. A., KUHN, B., LEWIN, D. S., MELTZER, L. J., SADEH, A. Behavioral treatment of bedtime problems and night wakings in infants and young children. Sleep, 2006, 29(10), s. 1263-1276. DOI 10.1093/sleep/29.10.1263.
MONTGOMERY, H., SÆTHER, E. Návod na šťastné batole. Přeložila Hana Stuchlíková. Praha, Euromedia Group, 2019. ISBN 978-80-7617-928-8.
MOON, R. Y., CARLIN, R. F., HAND, I., TASK FORCE ON SUDDEN INFANT DEATH SYNDROME AND THE COMMITTEE ON FETUS AND NEWBORN. Evidence Base for

2022 Updated Recommendations for a Safe Infant Sleeping Environment to Reduce the Risk of Sleep-Related Infant Deaths. Pediatrics, 2022, 150(1), e2022057991. DOI 10.1542/peds.2022-057991.
PANTLEY, E. The No-Cry Sleep Solution. Gentle Ways to Help Your Baby Sleep Through the Night. New York, McGraw-Hill, 2002.
PLHÁKOVÁ, A. Učebnice obecné psychologie. Praha, Academia, 2007. ISBN 978-80-200-1499-3.
PRICE, A. M. H., WAKE, M., UKOUMUNNE, O. C., HISCOCK, H. Five-Year Follow-up of Harms and Benefits of Behavioral Infant Sleep Intervention. Randomized Trial. Pediatrics, 2012, 130(4), s. 643-651. DOI 10.1542/peds.2011-3467.
SEARS, W., SEARS, M. The Baby Sleep Book. The Complete Guide to a Good Night's Rest for the Whole Family. New York, Little, Brown and Company, 2005.
SIMPSON, J. A. Influence of Attachment Styles on Romantic Relationships. Journal of Personality and Social Psychology, 1990, 59(5), s. 971-980.
SOLMAZ, E. Konečně spí celou noc. Jak pochopit a vyřešit problémy se spánkem vašeho dítěte. Praha, Grada, 2014. ISBN 978-80-247-5136-8.
VERNY, T. R., KELLY, J. Tajný život nenarozeného dítěte. Praha, Bohemica Books, 2024. ISBN 978-80-909024-6-6.
BISSONNETTE, M. Spánek. Jak se vyvíjí a jak ho každému dopřát dostatek? Online přednáška. Růst společně.
GROTH, M. Boření mýtů. Spánek miminek a batolat. Online přednáška. Růst společně.
MEDVECOVÁ TINKOVÁ, L. Výzvy v oblasti dětského spánku a usínání. Online přednáška. Růst společně.
MEDVECOVÁ TINKOVÁ, L. Negativa metody kontrolovaného pláče aneb Ferberova metoda pod lupou. Prosím Spinkej, 2024.

MULTIDISCIPLINARY CRISIS INTERVENTION IN PRESUICIDAL CLIENTS: A QUALITATIVE INSIGHT

MULTIDISCIPLINÁRNA KRÍZOVÁ INTERVENCIA U PRESUICIDÁLNYCH KLIENTOV: KVALITATÍVNY POHĽAD

Soňa Šrobárová
PhDr., Mgr., PhD., MBA, Ed.D.
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-2733-6439
Vysoká škola zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety v Bratislave
Ústav sv. Sáry de Marseille, Banská Bystrica
Tatranská č. 10
974 11 Banská Bystrica
Slovenská republika
sona.srobarova@aos.sk

Abstrakt
Úvod: Presuicidálny syndróm predstavuje významný indikátor suicidálneho správania a jeho včasná identifikácia je kľúčová pre realizáciu účinnej pomoci. V kontexte sociálnej práce nadobúda osobitný význam krízová intervencia zameraná na stabilizáciu klienta a redukciu bezprostredného rizika.
Metódy: Príspevok vychádza z kvalitatívneho výskumu realizovaného formou kazuistík a polostruktúrovaných rozhovorov s 15 respondentmi, ktorí sa nachádzali alebo sa v minulosti nachádzali v presuicidálnom stave. Získané dáta boli spracované pomocou kvalitatívnej obsahovej analýzy a otvoreného a axiálneho kódovania v softvéri ATLAS.ti.
Výsledky: Výskum ukázal, že presuicidálny syndróm má prevažne dlhodobý a progresívny charakter. Dominantnými prejavmi boli najmä beznádej, pocit bezmocnosti, sociálna izolácia a sebaobviňovanie. Medzi najvýznamnejšie rizikové faktory patrili depresia alebo iné psychické ochorenia, strata blízkej osoby, konflikty v rodine a sociálna izolácia. Naopak, ako hlavné protektívne faktory sa ukázali podpora rodiny, sociálne väzby a terapeutický vzťah. Za najefektívnejšie boli identifikované kombinované intervencie zahŕňajúce krízový rozhovor, psychoterapiu, psychiatrickú liečbu a sociálnu podporu.
Záver: Zistenia potvrdzujú, že presuicidálny syndróm je dynamický proces s dominanciou kognitívno-emocionálnych prejavov a že účinná pomoc si vyžaduje včasnú identifikáciu rizika a multidisciplinárny prístup. Pre prax sociálnej práce z toho vyplýva potreba dôrazu na krízovú intervenciu, budovanie dôverného vzťahu, zapojenie sociálneho prostredia klienta a zabezpečenie kontinuity starostlivosti.

Kľúčové slová: krízová intervencia, presuicidálny syndróm, prevencia, sociálna práca, suicidálne správanie

Abstract
Introduction: The presuicidal syndrome represents a significant indicator of suicidal behavior, and its early identification is crucial for providing effective support. In the context of social work, crisis intervention plays a key role, particularly in stabilizing the client and reducing immediate risk.
Methods: The study is based on qualitative research conducted through case studies and semi-structured interviews with 15 respondents who were currently or had previously been in a presuicidal state. The data were analyzed using qualitative content analysis and open and axial coding in the ATLAS.ti software.

Results: The findings indicate that the presuicidal syndrome is predominantly long-term and progressive in nature. The most prominent manifestations included hopelessness, feelings of helplessness, social isolation, and self-blame. Major risk factors identified were depression or other mental disorders, loss of a significant person, family conflicts, and social isolation. In contrast, key protective factors included family support, social relationships, and the therapeutic relationship. The most effective interventions were found to be combined approaches involving crisis intervention, psychotherapy, psychiatric treatment, and social support.
Conclusion: The findings confirm that the presuicidal syndrome is a dynamic process characterized by dominant cognitive-emotional manifestations, and that effective intervention requires early risk identification and a multidisciplinary approach. For social work practice, this highlights the importance of crisis intervention, building a trusting relationship, engaging the client's social environment, and ensuring continuity of care.

Keywords: crisis intervention, presuicidal syndrome, prevention, social work, suicidal behavior

Introduction

Suicidal behavior represents a serious global public health and social issue that affects all age groups and social strata (World Health Organization, 2025). According to available data, suicide is among the leading causes of death, particularly among young adults, and its occurrence is influenced by a complex interaction of biological, psychological, and social factors (Turecki et al., 2019). Despite advances in medicine, psychiatry, and psychology, the prevention of suicidality remains a major challenge requiring an interdisciplinary approach and systematic interventions at both individual and societal levels.

Current scientific knowledge indicates that suicidal behavior does not arise suddenly, but rather represents a dynamic process that develops over time and includes multiple stages—from passive thoughts of death to concrete suicidal plans and attempts (Klonsky et al., 2016). In this context, the identification of warning signs and risk states becomes crucial, including the presuicidal syndrome. The presuicidal syndrome represents a specific psychological state preceding suicidal action, characterized by constriction of experience, aggression turned inward, and suicidal fantasies (Ringel, 1953, as cited in Fischer & Škoda, 2014). This syndrome is considered a significant indicator of increased risk of suicidal behavior, and its early identification is essential for implementing effective preventive and intervention measures.

Recent research also emphasizes the importance of the so-called "suicide crisis syndrome," which describes an acute state of psychological distress characterized by a sense of entrapment, cognitive rigidity, and emotional pain (Galynker, 2017). This concept expands the traditional understanding of the presuicidal syndrome and highlights the need for sensitive and timely recognition of imminent suicide risk. Crisis intervention plays a key role in this process, as it represents immediate, short-term, and targeted assistance provided to individuals in acute psychological crisis. Effective crisis intervention can contribute to stabilizing the client's mental state, reducing suicidal risk, and activating internal and external coping resources (Roberts & Ottens, 2005). The availability of help, an individualized approach, and multidisciplinary collaboration among professionals are particularly important.

The aim of this paper is to highlight the importance of crisis intervention in the context of the presuicidal syndrome and to present the results of qualitative research focused on analyzing the manifestations of the presuicidal syndrome and identifying effective intervention strategies in social work practice.

Theoretical Background

Suicidal Behavior

Suicidal behavior encompasses a broad spectrum of manifestations—from passive thoughts of death, through suicidal ideation and tendencies, to suicide attempts and completed suicide (Kocourková & Koutek, 2003). It refers to conscious and intentional self-harming behavior aimed at ending one's life (Fischer & Škoda, 2014). However, suicidal behavior should not be understood as an isolated act, but rather as a process that develops over time and is influenced by multiple determinants.

According to contemporary theoretical models, it represents a dynamic continuum in which individual phases gradually intensify—from thoughts, through planning, to action (Klonsky et al., 2016). This process is often accompanied by ambivalence, where the individual simultaneously desires relief from suffering and the preservation of life. From an epidemiological perspective, suicidal behavior constitutes a significant global public health issue. According to the World Health Organization, hundreds of thousands of people die by suicide each year, with suicide being one of the leading causes of death, particularly among young adults (World Health Organization, 2025). Global estimates indicate approximately 700,000 deaths annually, although the actual numbers may be higher due to underreporting (Turecki et al., 2019). From an etiological perspective, suicidal behavior is multifactorially determined. Biological factors (e.g., dysregulation of the serotonin system), psychological factors (hopelessness, impulsivity, cognitive rigidity), and social factors (isolation, loss of relationships) all play a significant role (Turecki et al., 2019). Modern theories, such as the Interpersonal Theory of Suicide, emphasize the importance of perceived burdensomeness and a sense of not belonging as key factors contributing to suicidal behavior (Joiner, 2005).

Presuicidal Syndrome

The presuicidal syndrome represents a specific psychological state that precedes suicidal behavior and was defined by psychiatrist Erwin Ringel as a set of characteristic symptoms (Fischer & Škoda, 2014). This concept is considered one of the fundamental frameworks for understanding the dynamics of suicidal behavior.

Ringel identified three core components of the presuicidal syndrome:

- constriction of experience (both cognitive and emotional),
- aggression turned inward,
- suicidal fantasies (Havránková, 2007).

Constriction of experience manifests as a reduced ability to perceive alternative solutions and a dominance of negative emotions such as hopelessness, anxiety, and helplessness. Aggression turned inward leads to self-devaluation and feelings of guilt, while suicidal fantasies function as mental escape mechanisms that gradually evolve into concrete plans. Recent research highlights the connection between the presuicidal syndrome and the concept of the "suicide crisis syndrome," which describes an acute state of psychological distress characterized by feelings of entrapment, emotional pain, and loss of cognitive control (Galynker, 2017). This state is considered an immediate predictor of suicidal behavior. Thus, the presuicidal syndrome is not a one-time phenomenon but a dynamic process that develops over time, and its recognition is crucial for the prevention of suicidal behavior. Early intervention at this stage can significantly influence the course of the situation and reduce the risk of a fatal outcome.

Risk and Protective Factors

Suicidal behavior results from a complex interaction of multiple risk and protective factors operating at biological, psychological, and social levels (Turecki et al., 2019). Identifying these factors is essential for effective prevention and intervention.

Among the most significant risk factors are mental disorders, particularly depression, anxiety disorders, and personality disorders, which substantially increase the likelihood of suicidal behavior (Vágnerová, 2014). A previous suicide attempt is also a strong predictor and one of the most significant risk indicators (Turecki et al., 2019). Social factors also play an important role, including family conflicts, loss of a loved one, loneliness, and economic instability (Ondrejkovič et al., 2009). Social isolation and lack of support significantly increase feelings of hopelessness and reduce the ability to cope with stressful situations. Communication with the client and their family or social environment is also crucial in this context (Gerec et al., 2023). From a psychological perspective, key risk factors include hopelessness, low self-esteem, impulsivity, and cognitive rigidity, which limit an individual's ability to find alternative solutions to problems (Klonsky et al., 2016). On the other hand, protective factors function as safeguarding mechanisms that reduce the likelihood of suicidal behavior. These include social support, strong family relationships, a sense of responsibility toward others, the ability to cope with stress, and access to professional help (Izáková et al., 2023). The importance of protective factors is also emphasized by the Interpersonal Theory of Suicide, according to which strong interpersonal relationships and a sense of belonging significantly reduce the risk of suicidal behavior (Joiner, 2005). Thus, effective prevention of suicidal behavior must be comprehensive and focused not only on reducing risk factors but also on strengthening protective mechanisms.

Crisis Intervention

Crisis intervention is a short-term, intensive, and goal-oriented process of helping individuals in acute psychological crisis, aimed at restoring psychological balance and preventing further deterioration of the condition (Fischer & Škoda, 2014). It represents a specific form of professional assistance applied in situations where an individual's usual coping mechanisms fail and they are unable to manage a stressful situation adequately (Vágnerová, 2014).

A crisis is characterized as a state of psychological imbalance accompanied by intense emotions, behavioral disorganization, and impaired decision-making. In the context of suicidal behavior, it often involves a situation in which the individual perceives their life as unbearable and without a solution, with suicide appearing as the only way out (Roberts & Ottens, 2005).

The main goals of crisis intervention are:

- stabilization of the client's mental state,
- reduction of immediate suicide risk, restoration of a sense of safety and control,
- mobilization of internal and external resources,
- support of adaptive coping strategies (Vágnerová, 2014; Roberts & Ottens, 2005).

An important aspect of crisis intervention is its time-limited and immediate nature, as it is implemented during periods of highest risk. The intervention focuses on the "here and now," with priority given to stabilizing the client rather than conducting an in-depth analysis of the causes of the problem (James & Gilliland, 2017).

Effective crisis intervention proceeds through several stages. One of the most well-known models is Roberts' seven-stage model, which includes:

1. Assessment of the situation and risk – identifying the level of threat, particularly suicide risk,
2. Establishing contact and building rapport – creating a safe and trusting environment,
3. Defining the problem – understanding the client's situation from their perspective,
4. Emotional ventilation – allowing the client to express feelings and reduce emotional tension,
5. Exploring alternatives – broadening perspectives and identifying possible solutions,
6. Planning concrete steps – developing a realistic coping plan,
7. Ensuring follow-up care – linking the client to additional forms of support (Roberts & Ottens, 2005).

In social work practice, crisis interviewing is commonly used as a fundamental intervention method. Its aim is active listening, empathy, and supporting the client in finding solutions (Kocourková & Koutek, 2003). At the same time, communication with the client should be conducted sensitively, non-judgmentally, and with consideration of prior traumatic experiences, as this approach fosters safety and trust in the helping process (Gerec, 2024). In the context of the presuicidal syndrome, crisis intervention is particularly important, as it enables professionals to reach individuals at a critical stage before suicidal action. Research indicates that timely and appropriate intervention can significantly reduce the likelihood of a suicide attempt (Stanley & Brown, 2012). The effectiveness of crisis intervention also depends on multidisciplinary collaboration involving social workers, psychologists, psychiatrists, and other professionals. The availability of services such as helplines, crisis centers, and community services is equally important, as they provide rapid access to support (Izáková et al., 2023).
It is also important to emphasize that crisis intervention is not a one-time solution but often represents an entry point into long-term care. Continuity of support, along with subsequent psychotherapeutic or psychiatric care, is essential for stabilizing the client and preventing relapse of the crisis.

Research Methodology
The research was conducted using a qualitative research approach through the case study method, which enables a deeper understanding of clients' individual experiences in a presuicidal state (Hendl, 2016). This approach is particularly suitable for examining complex psychological and social phenomena, where it is necessary to capture individuals' subjective experiences.
The research was exploratory and interpretative in nature, with the aim of identifying meaningful patterns in clients' experiences and analyzing the effectiveness of applied intervention strategies.

Research Aim
The main objectives of the research were:
• to analyze the manifestations of the presuicidal syndrome in clients,
• to identify risk and protective factors,
• to determine effective forms of crisis intervention in social work practice.
Research Questions:
1. What are the dominant manifestations of the presuicidal syndrome in clients?
2. Which risk factors occur most frequently?
3. Which forms of intervention are the most effective?

Research Sample
The research sample consisted of 15 respondents who were currently or had previously been in a presuicidal state. In terms of gender, the sample included 8 women and 7 men aged between 25 and 85 years. The participants were selected using purposive sampling, with the main criterion being experience with the presuicidal syndrome or suicidal behavior. Respondents were recruited through collaborating professionals, particularly social workers and psychologists.

Data Collection Methods
Several qualitative research methods were used for data collection, specifically semi-structured interviews, case studies, and a recording sheet. The semi-structured interviews focused on respondents' subjective experiences, identification of risk factors, and experiences with the

support provided. This approach made it possible to capture individual perspectives and gain a deeper understanding of their situations.

Data Analysis

The collected data were analyzed using qualitative content analysis and coding in the ATLAS.ti software. The analysis involved open and axial coding procedures, followed by data categorization. This analytical process enabled the identification of main thematic areas, key categories, and relationships between them, leading to a deeper understanding of the studied phenomenon (Hendl, 2016).

Research Results

Characteristics of the Presuicidal Syndrome

The results of the qualitative analysis conducted in ATLAS.ti indicate that the presuicidal syndrome is predominantly long-term and progressive in nature, manifesting mainly in cognitive and emotional domains (Izáková et al., 2023). During the open coding process, primary codes representing the dominant manifestations of the presuicidal syndrome were identified. Subsequently, a frequency analysis of these codes was conducted to determine their significance within the research sample.

Table 1: Dominant manifestations of the presuicidal syndrome (n = 15)

Manifestation	Frequency	%
Hopelessness	13	87%
Feelings of helplessness	12	80%
Social isolation	11	73%
Self-blame	10	67%
Suicidal thoughts	9	60%
Loss of meaning in life	8	53%

Table 1 presents the frequency of primary codes identified in the data. The most frequent code was hopelessness (n = 13; 87%), which represents a central cognitive-emotional element of the presuicidal syndrome and reflects a loss of perspective and belief in the future. The second most frequent code was feelings of helplessness (n = 12; 80%), indicating the subjective perception of the situation as unsolvable and uncontrollable. This code is closely related to cognitive rigidity and the inability to find alternative solutions. A high frequency was also observed for social isolation (n = 11; 73%), reflecting respondents' tendency to withdraw from social relationships and limit contact with others. This phenomenon can be interpreted as part of the constriction of experience in terms of Ringel's theory. The code self-blame (n = 10; 67%) represents a significant negative cognitive pattern characterized by internalized guilt and reduced self-esteem, contributing to the deepening of the psychological crisis. The code suicidal thoughts (n = 9; 60%) indicates a more advanced stage of the presuicidal syndrome and represents a significant indicator of immediate suicide risk.

The least frequent, yet still significant, code was loss of meaning in life (n = 8; 53%), which is associated with existential frustration and the absence of life goals.

Based on axial coding, broader categories were identified:

- Cognitive factors: hopelessness, self-blame, loss of meaning in life
- Emotional factors: feelings of helplessness
- Social factors: social isolation
- Behavioral indicators: suicidal thoughts

Risk Factors

The results of the qualitative analysis conducted using ATLAS.ti indicate the presence of several significant risk factors, which frequently occurred cumulatively and were mutually reinforcing. During the open coding process, primary codes representing individual risk factors of the presuicidal syndrome were identified.

Subsequent frequency analysis of the codes made it possible to determine their significance and prevalence within the research sample.

Table 2: Primary codes – risk factors (n = 15)

Primary code	Frequency	%
Depression / mental disorder	11	73%
Loss of a loved one	10	67%
Social isolation	10	67%
Family conflicts	9	60%
Economic problems	7	47%
Previous suicide attempt	6	40%

Table 2 presents the frequency of primary codes representing risk factors. The highest frequency was observed for the code depression / mental disorder (n = 11; 73%), which represents a key predisposing factor influencing both emotional experience and cognitive processing of reality. The codes loss of a loved one (n = 10; 67%) and social isolation (n = 10; 67%) highlight the importance of disrupted interpersonal relationships. These factors can be interpreted as triggers of a crisis state, while social isolation simultaneously deepens already existing negative experiences. The code family conflicts (n = 9; 60%) represents a significant social stressor that disrupts an individual's stability and reduces the availability of support. Economic problems (n = 7; 47%) can be interpreted as a secondary stressor contributing to feelings of insecurity and helplessness. The least frequent code was previous suicide attempt (n = 6; 40%); however, it represents a significant indicator of increased risk and signals a higher likelihood of repeated suicidal behavior.

Based on axial coding, broader categories of risk factors were identified:

- Psychological factors: depression / mental disorder
- Social factors: family conflicts, social isolation
- Loss-related events: loss of a loved one
- Economic factors: economic problems
- Anamnestic factors: previous suicide attempt

The results of the qualitative analysis conducted using ATLAS.ti also identified several protective factors that play an important role in reducing the risk of suicidal behavior and stabilizing the respondents' mental state. During the open coding process, primary codes representing individual protective factors were defined.

Subsequent frequency analysis of the codes made it possible to determine their significance and representation within the research sample.

Table 3: Primary codes – protective factors (n = 15)

Primary code	Frequency	%
Family support	11	73%
Social relationships	10	67%
Therapeutic relationship	9	60%
Motivation for change	8	53%
Faith / values	6	40%

Table 3 presents the frequency of primary codes representing protective factors. The highest frequency was observed for the code family support (n = 11; 73%), which represents a key stabilizing element in respondents' experiences. This factor can be interpreted as an important source of emotional support, security, and a sense of meaning. The code social relationships (n = 10; 67%) highlights the importance of the broader social environment, including friendships and community ties. This factor plays a significant role in alleviating feelings of loneliness and supporting coping with stressful situations. A notable frequency was also found for the code therapeutic relationship (n = 9; 60%), reflecting the quality of the relationship between the client and the professional. This code can be interpreted as a professional protective factor that supports client stabilization and strengthens trust in the helping process. The code motivation for change (n = 8; 53%) represents an internal psychological resource that enables individuals to actively engage in resolving their situation. This factor is closely linked to hope and the ability to perceive alternative solutions. The lowest frequency was observed for the code faith / values (n = 6; 40%); however, it represents an important existential framework that provides meaning in life and moral barriers against suicidal behavior.

Effectiveness of Interventions

The results of the qualitative analysis conducted using ATLAS.ti highlight the importance of various forms of intervention when working with clients in a presuicidal state. During the open coding process, primary codes representing different types of interventions perceived as effective by respondents were identified.

The frequency analysis of these codes showed that the highest effectiveness was associated with combined forms of intervention, involving multiple approaches and their interaction.

Table 4: Primary codes – effectiveness of interventions (n = 15)

Primary code	Frequency	%
Crisis interview	13	87%
Social support	12	80%
Psychotherapy	11	73%
Psychiatric treatment	9	60%
Family intervention	8	53%

Table 4 presents the frequency of primary codes representing effective forms of intervention. The highest frequency was observed for the code crisis interview (n = 13; 87%), which can be interpreted as a key intervention tool in the acute phase of crisis. This code highlights the importance of immediate communication, empathy, and creating a safe space for the client.

The code social support (n = 12; 80%) reflects the importance of the social environment as a source of help and stabilization. This factor plays a significant role in reducing psychological distress and strengthening coping mechanisms. The code psychotherapy (n = 11; 73%) represents an important tool of long-term intervention, enabling the processing of problems and supporting changes in maladaptive behavioral patterns. Psychiatric treatment (n = 9; 60%) was identified mainly in relation to the presence of mental disorders and represents the medical aspect of intervention. The code family intervention (n = 8; 53%) highlights the importance of involving the family system in the helping process, thereby strengthening the client's social support.

Axial Coding

Based on axial coding, broader categories of interventions were identified:

• Crisis interventions: crisis interview

• Psychological interventions: psychotherapy
• Medical interventions: psychiatric treatment
• Social interventions: social support, family intervention

Summary of Key Findings

Based on the qualitative data analysis conducted through open and axial coding, several key findings can be identified. The presuicidal syndrome manifested among respondents as a long-term and dynamic process that developed gradually and was predominantly progressive in nature. The analysis of identified codes revealed the dominance of cognitive-emotional manifestations, particularly hopelessness, feelings of helplessness, and social isolation.

At the same time, the cumulative nature of risk factors was confirmed, as they overlapped and mutually reinforced individuals' negative experiences. In contrast, protective factors—primarily social and relational—were identified as stabilizing mechanisms. The findings further indicate that the most effective interventions are multidisciplinary in nature. A combination of psychological, social, and medical approaches proved to be more effective than isolated forms of assistance. These results confirm the importance of comprehensive intervention when working with individuals in a presuicidal state (Fischer & Škoda, 2014).

Discussion

The research findings are consistent with theoretical models of suicidal behavior that emphasize its gradual and dynamic nature (Kocourková & Koutek, 2003; Klonsky et al., 2016). The data analysis confirmed that suicidal behavior does not arise suddenly but results from a long-term process involving the gradual accumulation of risk factors and the deepening of psychological crisis.

From the perspective of qualitative coding, negative cognitive-emotional experience emerged as the central category, including especially hopelessness, feelings of helplessness, and self-blame. These findings confirm the importance of Ringel's triad of symptoms as a key indicator of suicide risk (Havránková, 2007; Fischer & Škoda, 2014). They also correspond with modern concepts of suicidality, particularly the "suicide crisis syndrome," which emphasizes cognitive rigidity, emotional pain, and feelings of entrapment (Galynker, 2017). Through axial coding, broader categories of risk factors were identified, with social and psychological determinants being the most prominent. The loss of a loved one, family conflicts, and social isolation emerged as significant triggers of crisis. These findings are consistent with the Interpersonal Theory of Suicide, which highlights the importance of disrupted interpersonal relationships and a sense of not belonging (Joiner, 2005). At the same time, the multifactorial nature of suicidality—encompassing biological, psychological, and social factors—was confirmed (Turecki et al., 2019).

An important finding of the study is the identification of protective factors, which are predominantly social and relational in nature. Family support, social relationships, and the therapeutic relationship were identified as key protective resources that mitigate the impact of risk factors and support client stabilization. This result confirms the importance of social support and a high-quality therapeutic relationship in coping with crisis situations. In terms of intervention, a multidisciplinary approach integrating crisis intervention, psychotherapy, psychiatric treatment, and social support proved to be the most effective. The findings suggest that individual interventions do not operate in isolation but create a synergistic effect that enhances their effectiveness. This conclusion is consistent with literature emphasizing the importance of comprehensive care for clients in suicidal crisis (Roberts & Ottens, 2005; Stanley & Brown, 2012). Despite the contribution of the study, its limitations must also be acknowledged. The main limitations include the qualitative nature of the research and the size of the sample, which does not allow for generalization of the results. However, the study

provides deeper insight into respondents' subjective experiences and contributes to a better understanding of the dynamics of the presuicidal syndrome.
The findings also allow the research questions to be addressed. Regarding the first question, the dominant manifestations of the presuicidal syndrome were primarily cognitive-emotional, especially hopelessness, feelings of helplessness, and social isolation. These findings confirm the theoretical assumptions and highlight the central role of negative experience in the development of suicidal behavior.
Regarding the second research question, the most common risk factors identified included depression or other mental disorders, loss of a loved one, and social isolation. The results point to their cumulative and interconnected nature, consistent with the multifactorial understanding of suicidal behavior. The third research question focused on identifying effective forms of intervention. The findings showed that combined interventions—including crisis intervention, psychotherapy, psychiatric treatment, and social support—are the most effective. This confirms the importance of a multidisciplinary approach in social work practice.

Practical Implications for Social Work
Based on the results of the qualitative analysis, several practical implications for social work can be formulated, reflecting the identified codes and categories of the presuicidal syndrome.
First, it is essential to focus on the early identification of warning signs. Social workers should be able to recognize dominant cognitive-emotional manifestations such as hopelessness, feelings of helplessness, and social isolation. These indicators represent key symptoms of the presuicidal syndrome and signal an increased risk of suicidal behavior. An important prerequisite for effective intervention is building a trusting and therapeutic relationship with the client, which creates a safe space for open communication. A high-quality relationship between the client and the professional was identified as a significant protective factor that supports stabilization and motivation for change. In the acute phase of crisis, the implementation of crisis intervention is crucial, focusing on immediate stabilization, reduction of suicide risk, and mobilization of available resources (Izáková et al., 2023). The findings also highlight the need to use multiple intervention approaches simultaneously.
Therefore, multidisciplinary collaboration involving social workers, psychologists, psychiatrists, and other professionals is essential. The complexity of suicidal behavior requires a coordinated approach integrating psychological, social, and medical aspects of care.
Another important aspect is ensuring continuity of care, as crisis intervention represents only the first step in the helping process. Follow-up care is essential for long-term stabilization and prevention of recurrent crises. The involvement of the family and social environment also plays a crucial role, as it was identified as one of the most significant protective factors. Strengthening social ties contributes to reducing feelings of loneliness and supports coping with stressful situations.

Conclusion
The aim of this paper was to analyze the manifestations of the presuicidal syndrome, identify risk and protective factors, and determine effective forms of crisis intervention in social work practice. Based on the conducted qualitative research, it can be concluded that the objectives were achieved.
The findings confirmed that the presuicidal syndrome is predominantly a long-term and dynamic process, with manifestations that are mainly cognitive-emotional in nature. The most prominent symptoms included hopelessness, feelings of helplessness, and social isolation, which represent key indicators of increased suicide risk. The analysis also highlighted the cumulative nature of risk factors, particularly mental disorders, loss of a loved one, and disrupted social relationships. In contrast, significant protective factors were identified,

especially social support, family relationships, and the therapeutic relationship, all of which play an important role in client stabilization.

In terms of intervention, a multidisciplinary approach integrating crisis intervention, psychotherapy, psychiatric treatment, and social support proved to be the most effective. The combination of these approaches creates a synergistic effect that enhances the effectiveness of support and contributes to the prevention of suicidal behavior.

From the perspective of social work practice, it is therefore essential to emphasize early risk identification, an individualized approach to the client, accessibility of services, and continuity of care. A limitation of the study is its qualitative nature and the size of the research sample, which does not allow for generalization of the results. Nevertheless, the study provides valuable insights into the dynamics of the presuicidal syndrome and possibilities for intervention. Future research should focus on expanding research samples and quantitatively verifying the identified behavioral patterns.

References

Fischer, S., & Škoda, J. (2014). *Sociální patologie: Analýza příčin a možnosti ovlivnění závažných sociálně patologických jevů*. Grada. ISBN: 978-80-247-5045-9

Fischer, S., & Škoda, J. (2024). *Sociální patologie* (aktualizované vydanie). Grada. ISBN: 978-80-271-3365-6

Galynker, I. (2017). *The suicidal crisis: Clinical guide to the assessment of imminent suicide risk*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/med/9780190260859.001.0001

Gerec, F. (2024). Komunikácia zohľadňujúca traumu u klienta v sociálnej práci. In Zborník z 10. Medzinárodnej vedeckej konferencie Aktuálne trendy a výzvy, problémy a dilemy v profesijnej praxi pracovníkov pomáhajúcich profesií (pp. 66–74). Wydawnictwo Katedry Filozofii Akademii Ekonomiczno-Humanistycznej w Warszawie. ISBN: 978-83-61087-89-2

Gerec, F., Štefáková, L., Móciková, B., & Longauerová, R. (2023). A social worker's perspective on communication between the social worker and the client and family in hospice care. In QUAERE 2023: Recenzovaný sborník příspěvků interdisciplinární mezinárodní vědecké konference doktorandů a odborných asistentů (pp. 808–813). Magnanimitas akademické sdružení. ISBN: 978-80-87952-38-2

Havránková, M. (2007). Suicidálne správanie a jeho prevencia. In M. Vágnerová (Ed.), *Psychopatologie pro pomáhající profese* (pp. 485–490). Portál. ISBN: 978-80-7367-414-4

Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace* (4. vyd.). Portál. ISBN: 978-80-262-0982-9

Izáková, L., et al. (2023). *Akútny manažment dospelého pacienta so suicidálnym syndrómom v špecializovanej psychiatrickej starostlivosti*. Ministerstvo zdravotníctva SR. ISBN: (nie je pridelené – metodické usmernenie MZ SR)

James, R. K., & Gilliland, B. E. (2017). *Crisis intervention strategies* (8th ed.). Cengage Learning. ISBN: 9780357690673

Joiner, T. (2007). *Why people die by suicide*. Harvard University Press. ISBN: 9780674025493

Klonsky, E. D., May, A. M., & Saffer, B. Y. (2016). Suicide, suicide attempts, and suicidal ideation. *Annual Review of Clinical Psychology, 12*, 307–330. https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-021815-093204

Kocourková, J., & Koutek, J. (2003). *Suicidální chování u dětí a dospívajících*. Portál. ISBN: 978-80-7178-732-7

Melzer, M., Forkmann, T., & Teismann, T. (2024). Suicide crisis syndrome: **A systematic review.** Suicide and Life-Threatening Behavior*, Volume 54, Issue 3 pp. 556-574* 10.1111/sltb.13065

Ondrejkovič, P., et al. (2009). *Sociálna patológia*. Veda. ISBN: 978-80-224-1074-4

Roberts, A. R., & Ottens, A. J. (2005). The seven-stage crisis intervention model: A road map to goal attainment, problem solving, and crisis resolution. *Brief Treatment and Crisis Intervention, 5*(4), 329–339. https://doi.org/10.1093/brief-treatment/mhi030

Stanley, B., & Brown, G. K. (2012). Safety planning intervention: A brief intervention to mitigate suicide risk. *Cognitive and Behavioral Practice, 19*(2), 256–264. https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2011.01.001

Tress, W., Kruse, J., & Ott, J. (2008). *Základy psychosomatické péče*. Portál. ISBN: 9788073673093

Turecki, G., Brent, D. A., Gunnell, D., O'Connor, R. C., Oquendo, M. A., Pirkis, J., & Stanley, B. H. (2019). Suicide and suicide risk. *Nature Reviews Disease Primers, 5*(1), 74. https://doi.org/10.1038/s41572-019-0121-0

Vágnerová, M. (2014). *Psychopatologie pro pomáhající profese* (5. vyd.). Portál. ISBN 978-80-262-0696-5

World Health Organization. (2025). *Suicide world wide in 2025: Global health estimates*. WHO. ISBN 978-92-4-009123-0

USING ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN CHARITY WORK

VYUŽITIE UMELEJ INTELIGENCIE V CHARITATÍVNEJ PRÁCI

WYKORZYSTANIE SZTUCZNEJ INTELIGENCJI W DZIAŁALNOŚCI CHARYTATYWNEJ

Zbigniew Wilk
Catholic University of Ružomberok, Faculty of Theology in Košice
Hlavná 89, 040 01 Košice, Slovakia, Theological Institute of Spišské Podhradie
Spišská Kapitula 12, 053 04 Spišské Podhradie, Slovak Republic
z@demot.pl

Zuzana Budayová
doc. PhDr. Mgr., PhD., M.Ed
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-6171-3384
Catholic University of Ružomberok, Faculty of Theology, Theological Institute
Spišská Kapitula 12, 053 04 Spišské Podhradie, Slovak Republic
zuzana.budayova@ku.sk

Abstract
Introduction: In recent years, Artificial Intelligence (AI) has become a significant tool for the transformation of various sectors, including non-profit and charitable organizations. These organizations face increasing challenges in the area of effective resource management, communication with donors and providing assistance to vulnerable groups.
Methods: The article uses a qualitative method of analysis of professional literature, scientific publications and reports of international organizations (OECD, McKinsey Global Institute, Stanford AI Index Report, UNESCO, UNICEF) and a comparative analysis of case studies from Poland and Slovakia.
Results: The findings show that AI contributes to increasing the efficiency of charitable organizations through process automation, predictive analysis of needs, personalization of communication and optimization of aid distribution. The most developed implementations are found in Poland, while Slovakia is in the initial phase of adoption.
Discussion: The results point to significant potential of AI, but also to ethical risks such as privacy, algorithmic bias and digital inequality. Future developments will depend on technological progress and the implementation of ethical and regulatory frameworks.

Keywords: artificial intelligence, charity work, non-profit organizations, machine learning, AI ethics, humanitarian aid, digitalization.

Introduction

Artificial Intelligence (AI) has received increased attention in recent years not only in the commercial sector, but also in the field of non-profit organizations and charity work. This article analyzes the possibilities of using AI in the charity sector, identifies the main benefits, risks and ethical issues, and points to concrete examples of implementation. The aim is to provide a comprehensive overview of how AI can contribute to more effective resource management, improved communication with donors and optimization of humanitarian activities.
Charities are facing increasing challenges related to resource constraints, increasing demand for aid and the need for effective governance (OECD, 2019). Traditional governance methods often fail to respond quickly enough to dynamic changes in society. Artificial intelligence (AI)

is a potential tool for transforming the way these organizations operate (Brynjolfsson & McAfee, 2017).
AI encompasses a wide range of technologies, such as machine learning, natural language processing (NLP) and computer vision. These technologies enable process automation, analysis of large amounts of data and prediction of future trends (Russell & Norvig, 2021).
AI in the charity sector is gradually moving from an additional technology to a tool that can fundamentally change the way aid is provided. In addition to the areas already mentioned (data analysis, fundraising or logistics), its role in long-term social policy planning and crisis prevention is also increasingly being discussed.
One of the less visible but important benefits of AI is the ability to connect disparate sources of information into a single analytical unit. Charities often work with fragmented data – from field reports to health statistics to economic indicators. AI systems can integrate this data and create complex models of the social situation in specific regions. This allows for more accurate identification of groups at risk of poverty, migration or health risks. Another important area is the use of AI in so-called "early warning systems". These systems can predict, for example, food shortages, the spread of epidemics or the impacts of climate change based on historical and current data. Humanitarian organizations can thus react before the crisis fully breaks out, which significantly increases the effectiveness of aid and reduces the costs of its implementation.
AI is also changing the way charitable organizations communicate with the public. In addition to chatbots, sentiment analysis systems on social networks are also used to help identify current social problems and public reactions to humanitarian campaigns. This allows organizations to better adapt their strategies and increase their impact.
Another interesting trend is the use of generative AI, which can create personalized content for donors or educational materials for disadvantaged groups. This expands the availability of information and at the same time increases the effectiveness of educational and awareness-raising activities.
Despite these benefits, the balance between technological advances and human touch remains an important issue. Charity is based on empathy and personal contact, so expert discussions often emphasize that AI should be a tool to support, not replace, human decision-making (OECD, 2019; Floridi et al., 2018; Šimek, Šavelová, 2025).
Overall, it can be concluded that AI has the potential to move the charity sector towards more accurate, faster and more efficient provision of aid, with its greatest benefit being the ability to prevent problems rather than solve them afterwards.

Overview of Artificial Intelligence

Artificial Intelligence (AI) is an interdisciplinary field of computer science that aims to create systems capable of performing tasks requiring human intelligence, such as learning, decision-making, pattern recognition and language understanding (Russell & Norvig, 2021). In recent decades, AI has seen significant development due to increasing computing power, the availability of large data sets, and advances in algorithmic methods (Goodfellow et al., 2016).
AI can be defined as the ability of machines to mimic human cognitive functions, such as learning and problem solving (Kaplan & Haenlein, 2019). According to OECD (2019), these are systems that can analyze their environment and make autonomous decisions to achieve specific goals.
Artificial intelligence can be defined as the ability of machines to perform tasks that require human intelligence (Russell & Norvig, 2021). The main areas of AI include:
• Machine Learning – Machine learning is a subset of AI that allows systems to learn from data without explicit programming. Algorithms identify patterns in data and use them to make predictions or decisions (Goodfellow et al., 2016).

• Deep Learning – Deep learning uses multi-layer neural networks to process complex data, such as images or speech. This approach has achieved significant success in, for example, image and voice recognition, an advanced form of machine learning using neural networks (LeCun et al., 2015)
• Natural Language Processing (NLP) – NLP focuses on human-computer interaction through natural language. It enables text analysis, translation, chatbots, or voice assistants, and is about text analysis and generation (Jurafsky & Martin, 2020).
• Computer Vision – Computer vision allows machines to interpret visual information from the world, such as identifying objects in images or analyzing video footage, image and video analysis (Szeliski, 2022)
These technologies are finding applications in various fields, including healthcare, finance, and increasingly in the nonprofit sector (McKinsey Global Institute, 2020).

Types of Artificial Intelligence
arrow AI - Narrow AI is designed to perform specific tasks (e.g., speech recognition). Most current AI systems fall into this category (Russell & Norvig, 2021).
General AI - General AI is a hypothetical system capable of performing any human-level intellectual task. This type of AI does not yet exist, but is the subject of research (Kaplan & Haenlein, 2019). The development of AI is associated with several technological trends:
• Big Data – the availability of large volumes of data allows training more accurate models (McKinsey Global Institute, 2020)
• Computing power – advances in GPU and cloud technologies accelerate the development of AI
• Open-source tools – the availability of libraries such as TensorFlow or PyTorch supports innovation
• Interdisciplinary research – AI connects with medicine, economics and social sciences
According to the Stanford AI Index Report (2023), there is an exponential growth in investment in AI and its applications in various sectors.

Use of AI in charity work
Artificial intelligence (AI) is increasingly being used in the charity sector, with its importance going beyond simple automation tools and aimed at supporting strategic decision-making and increasing the effectiveness of humanitarian interventions. One of the key areas of its use is the identification and mapping of needs in real time. Modern AI systems can process and integrate data from various sources, such as satellite imagery, social media or field reports, resulting in the creation of dynamic maps of humanitarian needs. This approach allows organizations to respond more quickly to emerging crisis situations, such as natural disasters, conflicts or migration waves, and more precisely target aid where it is needed most (World Economic Forum, 2021).
Another important area is the support of decision-making processes within humanitarian operations. AI is used as a decision-support tool that analyzes different scenarios of the development of the situation and helps managers of charitable organizations optimize the allocation of resources. This reduces the risk of inefficient use of financial and material resources while increasing the overall impact of the aid provided (OECD, 2019).
AI also has significant applications in the area of communication and interaction with aid recipients, donors and volunteers. The use of chatbots and virtual assistants enables automated, continuous and fast communication, thus reducing the administrative burden on employees and improving the availability of information for all interested groups. These systems based on natural language processing also increase the efficiency of organizations in providing basic advice and support (Jurafsky & Martin, 2020).

AI is also applied in the field of humanitarian aid logistics, where it contributes to the optimization of distribution processes. Machine learning algorithms enable efficient route planning and distribution of supplies, thereby minimizing costs and shortening the time of aid delivery. This aspect is extremely important, especially in crisis situations, where the speed and accuracy of deliveries play a key role (McKinsey Global Institute, 2020).
Another important use of artificial intelligence is project monitoring and evaluation. AI systems can continuously analyze data on the progress and results of charitable activities, allowing them to identify the effectiveness of individual interventions. Based on this information, organizations can adjust their strategies and optimize the use of resources, which contributes to greater transparency and accountability in the sector (Ngai et al., 2011).
Finally, AI also plays an important role in the prediction of humanitarian and social crises. The use of machine learning models allows for the identification of risk factors and the prediction of potential crisis situations, such as famines, the spread of diseases or economic shocks. This proactive approach allows organizations to intervene before problems escalate, thereby increasing the effectiveness of humanitarian aid and reducing the overall cost of providing it (OECD, 2019).
Overall, the use of artificial intelligence in charitable work represents a significant shift towards a data-driven, effective and preventive approach to solving social problems.
AI allows processing large amounts of data from various sources and identifying areas with the greatest need for assistance. For example, predictive models can estimate the impacts of natural disasters and effectively plan interventions (World Economic Forum, 2021).
With the help of AI, organizations can analyze donor behavior and adapt communications to their preferences, which leads to increased engagement (Kaplan & Haenlein, 2019). Chatbots based on NLP technologies enable automated communication in real time (Jurafsky & Martin, 2020).
AI can automate routine tasks such as processing requests or recording donations, thereby reducing the administrative burden (McKinsey Global Institute, 2020).
Optimization algorithms enable efficient planning of logistics processes, leading to reduced costs and faster delivery of aid (OECD, 2019).
AI can identify anomalies in financial transactions and reduce the risk of fraud, thereby increasing the credibility of organizations (Ngai et al., 2011).
Humanitarian organizations use AI to analyze satellite imagery to identify areas affected by disasters (UNICEF, 2022). Non-profit organizations implement chatbots to communicate with donors and volunteers (World Economic Forum, 2021). Food banks use AI to optimize food distribution and minimize waste (McKinsey Global Institute, 2020).

Benefits of implementing AI

The implementation of artificial intelligence (AI) brings a number of significant benefits to the charity sector and to society at large. These benefits are mainly reflected in the areas of efficiency, quality of decision-making and optimization of resource use. Based on expert studies, several key benefits can be identified**.**

Efficiency

AI enables faster data processing and supports evidence-based decision-making (Russell & Norvig, 2021). AI enables the automation of routine and time-consuming tasks, such as data processing, administration and communication. This leads to a significant increase in the productivity of organizations (Brynjolfsson & McAfee, 2017). In charity work, this means that workers can devote more time to directly providing assistance.

Cost reduction
Automation leads to a reduction in operating costs (Brynjolfsson & McAfee, 2017). Process automation leads to a reduction in operating costs, especially in administrative activities (McKinsey Global Institute, 2020).
This is especially important for non-profit organizations, as it allows them to redirect more resources directly to helping people.

Better decision-making
AI can analyze large amounts of data and identify patterns that humans would struggle to detect. This so-called data-driven approach enables more accurate and faster decision-making (Russell & Norvig, 2021).
In practice, this means, for example, more efficient allocation of financial resources or identification of areas with the highest need for assistance. Data analytics enables more accurate planning and allocation of resources (OECD, 2019).

Personalization of services and communications
AI allows for the analysis of individual behavior and tailoring of services to their needs. In the charitable sector, this means, for example, personalized communication with donors or an individual approach to aid recipients (Kaplan & Haenlein, 2019).

Prediction and prevention of problems
One of the greatest advantages of AI is its ability to predict future events based on historical data. This allows organizations to respond before a problem occurs (OECD, 2019). Examples include predicting famine, the spread of disease, or the impact of natural disasters.

Improving transparency and trust
AI can help monitor financial flows and identify irregularities, thereby increasing the transparency of organizations (Ngai et al., 2011). Greater transparency leads to greater trust from donors and the public.

Expanding the reach of organizations
With AI-based digital tools, organizations can reach a wider audience and communicate more effectively on a global scale (McKinsey Global Institute, 2020). This allows more donors to be involved and increases the overall volume of aid.

Ethical aspects
Ethics is a key factor in implementing AI in the charitable sector. Organizations must ensure the protection of personal data, transparency of algorithms and the elimination of discrimination (Floridi et al., 2018; UNICEF, 2022).
Ethical issues represent one of the most important dimensions of implementing artificial intelligence (AI) in the charitable sector. Since these organizations often work with vulnerable populations and sensitive data, the incorrect or irresponsible use of AI can lead to serious consequences. Therefore, it is essential to analyze the main ethical challenges, relying on scientific and expert sources.
Charities often collect sensitive data about aid recipients (e.g. health status, financial situation). AI systems analyze this data, which increases the risk of its misuse or leakage. According to OECD (2019), data protection is one of the fundamental principles of trustworthy AI.
Floridi et al. (2018) emphasize that organizations must ensure transparent data processing and respect individuals' right to privacy. This is particularly important in the context of charity work, as it involves vulnerable populations.

Many AI systems operate as "black boxes", meaning that their decision-making is not easily explained. This can be a problem when making decisions about aid allocation. According to research published in Minds and Machines (Floridi et al., 2018), transparency is a key element of ethical AI. Organizations should be able to explain the criteria on which AI makes decisions in order to avoid injustice. AI systems learn from historical data, which may contain hidden biases. This can lead to discrimination against certain groups, for example in the allocation of resources.

According to a study by Barocas and Selbst (2016), algorithms can unconsciously reproduce existing social inequalities. In the charity sector, this could mean that some groups are systematically disadvantaged. The question of who is responsible for AI decisions is crucial. If an AI system misjudges the situation and causes an unfair distribution of aid, accountability needs to be established.

The OECD (2019) stresses the need for a "human-in-the-loop" approach, i.e. maintaining human oversight over AI decisions. Not all organizations or communities have the same access to technology. The introduction of AI can widen the gap between organizations with sufficient resources and those without.

According to the McKinsey Global Institute (2020), there is a risk that technological advances will only benefit certain regions or organizations. AI should be used in a way that maximizes social benefit. UNICEF (2022) emphasizes that when working with children and vulnerable groups, the principles of safety, inclusion and fairness must be adhered to.

Public trust is crucial for charities. If AI systems are not transparent or are abused, this can lead to a loss of trust from both donors and recipients.

Floridi et al. (2018) point out that ethical AI is fundamental to the long-term sustainability of technological solutions.

The Future of AI in Charity

AI is expected to grow in importance, with technological advances enabling more accurate predictions and more efficient resource management (Stanford University, 2023). At the same time, regulatory and ethical issues will need to be addressed. The future of artificial intelligence (AI) in charity work is closely linked to its ability to process large volumes of data, improve decision-making processes, and expand the reach of humanitarian initiatives. Developments in the field of AI indicate that its importance in the nonprofit sector will grow in the coming years, with its deeper integration into the strategic management of organizations expected (Stanford University, 2023).

One of the most significant directions is the use of AI for predictive analysis of humanitarian crises. For example, organizations such as UNICEF and the World Food Program use machine learning models to predict food insecurity and the spread of diseases. These systems combine climate data, economic indicators, and historical data to identify areas at risk before a crisis occurs. According to the World Economic Forum (2021), such an approach can significantly reduce the cost of crisis management while increasing the effectiveness of interventions.

Another important trend is the use of AI in personalized fundraising. Modern algorithms can analyze donor behavior and predict their future decisions. For example, some non-profit organizations have implemented systems that recommend the optimal time and method to contact a donor. Research by Kaplan & Haenlein (2019) suggests that personalized communication based on AI can significantly increase donor conversion rates.

AI will also play a significant role in the automation of humanitarian operations. In the future, we can expect a wider use of autonomous systems, such as drones or robots, to deliver aid to hard-to-reach areas. According to the OECD (2019), these technologies can improve logistics while minimizing the risk to human workers.

AI is also increasingly being used in the analysis of image data, such as satellite images. Humanitarian organizations can use computer vision to identify damaged buildings, track population migration, or estimate the extent of natural disasters. Research published in the journal Nature (LeCun et al., 2015) shows that advanced neural networks can achieve high accuracy in processing visual data, which is crucial for effective intervention planning.
Ethics and regulation are also important aspects of the future of AI in charity work. With the increasing use of data, questions arise regarding privacy protection, transparency of algorithms, and possible discrimination. Floridi et al. (2018) emphasize the need to create ethical frameworks that ensure the responsible use of AI for the benefit of society. Organizations such as UNICEF are already creating guidelines for the ethical use of AI, especially in the context of protecting vulnerable groups.
Last but not least, AI will play a key role in increasing access to education and healthcare in developing countries. Chatbots and virtual assistants can provide basic health advice or educational services in areas where there is a shortage of experts. According to a report by the McKinsey Global Institute (2020), AI can make a significant contribution to reducing global inequalities in access to basic services. In conclusion, the future of AI in charity work is characterized by increasing automation, more accurate predictions and wider use of data. However, it will be necessary to pay attention to ethical issues and ensure that the technologies serve primarily to improve the quality of people's lives.

Specific examples of AI use in charity (Poland and Slovakia)
The implementation of AI in the charity sector varies from country to country, depending on technological maturity, availability of resources and the degree of connection between the non-profit and technology sectors. In Poland, a more systematic and innovative approach to the use of AI can be observed, while in Slovakia it is more about the initial stages of digitalization with the gradual introduction of AI elements.
In Poland, one of the notable examples is the Tech To The Rescue initiative, which connects technology companies with non-profit organizations with the aim of developing digital and AI solutions for social problems. Within the framework of projects and hackathons, applications based on AI are created, such as chatbots for mental health support, tools for analyzing community needs, or systems for improving communication between organizations and aid recipients. This model of cooperation allows for the rapid transfer of technological innovations into practice and increases the capacity of the non-profit sector to solve complex social problems.
Another example is the Fundacja Promocji Nowej Huty, which uses digital technologies and elements of artificial intelligence in the management of social services. The organization implements systems for analyzing the needs of local communities, managing projects and optimizing the provision of assistance. Thanks to these tools, it is able to coordinate its activities more effectively and increase the reach of the services provided, with AI contributing mainly to data processing and supporting decision-making processes.
The Sector 3.0 program also plays a significant role, focusing on educating non-profit organizations in the field of digital technologies and artificial intelligence. This program provides training, consultations and support in the implementation of technological solutions, thereby helping organizations better understand the possibilities of AI and effectively use it in practice. An important aspect is in particular the building of digital competencies in the non-profit sector, which is key to the long-term sustainability of innovations.
In the field of healthcare and humanitarian aid, initiatives such as the AI in Health Coalition are also being developed in Poland, which use artificial intelligence to support diagnostics, analyze health data and improve access to healthcare. These systems have a significant social impact, as they contribute to reducing inequalities in access to health services.

In Slovakia, the use of artificial intelligence in the charity sector is less developed, but the first initiatives are gradually emerging, especially in the area of digitalization and automation of processes. Some non-profit organizations are starting to use tools based on data analytics and basic forms of AI, especially in fundraising, where donor behavior is analyzed and communication with the public is optimized. Similarly, AI elements are also applied in marketing activities and management of databases of aid recipients, although these are often partial solutions integrated into broader digital systems.
An important trend in Slovakia is also the involvement of non-profit organizations in educational and international projects, such as Erasmus+ programs, which support the development of digital skills and familiarization with the possibilities of artificial intelligence in social and community work. These activities represent the basis for the future deeper introduction of AI technologies into the charity sector.
Overall, it can be stated that while Poland is already implementing specific AI solutions within systematic projects and partnerships between the technology and non-profit sectors, Slovakia is in the initial phase, where preparation for digital transformation predominates. In the long term, however, a gradual rapprochement of both countries in the use of artificial intelligence in charitable work can be expected, mainly thanks to European programs supporting innovation and digitalization.

Poland
Tech To The Rescue – AI hackathons for the non-profit sector
One of the most prominent examples is the Tech To The Rescue initiative, which connects technology companies with non-profit organizations. The "Hack to the Rescue" project uses AI to solve specific social problems, such as:
• mental health
• climate change
• education
• human rights
More than 450 programmers participated in the hackathon, creating AI solutions for the needs of NGOs (e.g. chatbots, analytical tools). This example shows how AI directly helps to increase the capacities of charitable organizations.

Fundacja Promocji Nowej Huty – AI in social services
The Polish foundation Fundacja Promocji Nowej Huty combines AI technologies with social work. The organization:
• operates more than 18 AI systems
• manages digital platforms for social services
• provides assistance to thousands of people annually
AI is used, for example, for project management, community needs analysis and digitalization of services
This is an example of direct implementation of AI in everyday charitable practice.

Sector 3.0 Program – AI Education for Nonprofits
The Sector 3.0 Program, supported by the Polish-American Freedom Foundation, provides:
• training on the use of AI in NGOs
• consultations for digitalization
• financing of technology projects
Thousands of representatives of non-profit organizations have completed trainings focused on the use of AI in practice

This example shows the importance of AI in education and capacity building of the non-profit sector.

AI projects in healthcare (AI in Health Coalition)
Although partly public sector, the AI in Health Coalition initiative has a strong social impact:
• use of AI in diagnostics
• support of healthcare
• development of AI solutions for patients
The aim is to improve the availability and quality of healthcare using AI
This type of project has a charitable dimension, especially in the field of public health.

Slovakia
In Slovakia, the use of AI in the charitable sector is still less developed, but there are important trends and examples (often in combination with digitalization):
Digitalization and AI in non-profit organizations (indirect use)
Many Slovak organizations are starting to use AI, especially in the areas of:
• fundraising (donor analysis)
• marketing (automated communication)
• processing of data on aid recipients
These activities are often supported by European projects and digital transformation initiatives. Although these are not always "pure" AI projects, they are the first step towards their implementation.

Educational and community projects
Similar to Poland, Slovakia is also developing initiatives focused on:
• AI education
• digital skills for NGOs
• use of AI in youth work
For example, Erasmus+ projects (such as "AI in Action") show how AI can be applied in social and community work.
Specific examples from Poland show that AI is already changing the charity sector today – from data analysis to creating concrete solutions for social problems. Slovakia is still in an earlier phase of adoption, but the direction of development is similar.
From a scientific and practical point of view, it can be expected that the differences will gradually narrow, mainly thanks to European initiatives and the digitalization of the non-profit sector.

Conclusion
Artificial intelligence has the potential to fundamentally transform the charity sector. Despite the existing challenges, it brings a number of benefits that lead to more effective aid provision. The key to success is the responsible and ethical use of AI technologies.
Artificial intelligence represents one of the most significant technological innovations of today and its importance in the charity sector will continue to grow in the coming years. Based on the analysis of expert sources and case studies, it can be concluded that AI is already fundamentally changing the way non-profit organizations operate today, especially in the areas of data management, communication, logistics and needs prediction.
The results show that the greatest benefit of AI lies in the ability to process large volumes of data and transform them into practically usable information. In a charity context, this means more precise determination of target groups, more efficient distribution of aid and faster response to crisis situations. The implementation of AI also enables the automation of routine

administrative processes, which leads to cost reductions and allows organizations to focus on their core mission – helping people in need.

Case studies from Poland show that countries with a more developed technological ecosystem are able to implement AI more systematically and on a larger scale. Initiatives such as Tech To The Rescue or Sector 3.0 demonstrate that the connection of technology companies and the non-profit sector can lead to the emergence of innovative solutions with a high social impact. On the contrary, Slovakia is in the initial phase of implementing AI in the charitable sector, where digitalization and educational activities predominate.

Despite the positive benefits, it is also necessary to emphasize the ethical and social risks associated with the use of AI. These include issues of personal data protection, transparency of algorithms, possible discrimination and digital inequality. As stated by Floridi et al. (2018), without a consistent ethical framework, the implementation of AI can lead to the erosion of public trust and unfair decision-making. Therefore, it is essential to introduce "human-in-the-loop" principles that ensure the preservation of human oversight over decision-making processes.

In the long term, the future of AI in charity work will depend on the balance between technological progress and ethical regulation. AI is expected to be increasingly used in the areas of predictive crisis analysis, autonomous humanitarian aid logistics and personalized fundraising. At the same time, the importance of international cooperation in creating standards and regulations for the responsible use of AI will increase.

In conclusion, it can be stated that artificial intelligence has the potential to fundamentally improve the efficiency and transform the charity sector. However, its successful implementation will not only depend on technological capabilities, but above all on the ability of society to ensure its ethical, transparent and fair use for the benefit of all groups of the population.

References

Barocas, S., & Selbst, A. D. (2016). Big data's disparate impact. *California Law Review, 104*(3), 671–732.

Brynjolfsson, E., & McAfee, A. (2017). *Machine, platform, crowd: Harnessing our digital future*. W. W. Norton & Company.

Floridi, L., Cowls, J., Beltrametti, M., Chatila, R., Chazerand, P., Dignum, V., Luetge, C., Madelin, R., Pagallo, U., Rossi, F., Schafer, B., Valcke, P., & Vayena, E. (2018). AI4People—An ethical framework for a good AI society. *Minds and Machines, 28*(4), 689–707.

Goodfellow, I., Bengio, Y., & Courville, A. (2016). *Deep learning*. MIT Press.

Jurafsky, D., & Martin, J. H. (2020). *Speech and language processing*. Stanford University.

Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2019). Siri, Siri, in my hand: Who's the fairest in the land? *Business Horizons, 62*(1), 15–25.

LeCun, Y., Bengio, Y., & Hinton, G. (2015). Deep learning. *Nature, 521*(7553), 436–444.

McKinsey Global Institute. (2020). *The state of AI in 2020*.

Ngai, E. W. T., Hu, Y., Wong, Y. H., Chen, Y., & Sun, X. (2011). The application of data mining techniques in financial fraud detection: A classification framework and an academic review. *Decision Support Systems, 50*(3), 559–569.

OECD. (2019). *Artificial intelligence in society*. OECD Publishing.

Russell, S., & Norvig, P. (2021). *Artificial intelligence: A modern approach* (4th ed.). Pearson.

Šimek, V., Šavelová, M. Organizace času na svačinu jako faktor školního stresu, pedagogicko-psychologické souvislosti a přenos do negativního faktoru do dospělosti. In: *Sociálna práca v súčasnej spoločnosti IV.*:recenzovaný zborník príspevkov z medzinárodnej vedeckej konferencie. Katolícka univerzita v Ružomberku. VERBUM - vydavateľstvo KU, 2025. ISBN 978-80-561-1227-4, s. 318-332.

Szeliski, R. (2022). *Computer vision: Algorithms and applications*. Springer.
Stanford University. (2023). *AI index report 2023*. Stanford Institute for Human-Centered AI.
UNICEF. (2022). *Policy guidance on artificial intelligence for children*.
World Economic Forum. (2021). *AI for social good report*.

PREVENCE ŠIKANY V ADOLESCENCI JAKO PILÍŘ PSYCHOSOCIÁLNÍ ODOLNOSTI JEDINCE A ŠKOLY

PREVENTION OF BULLYING IN ADOLESCENTS AS A PILLAR OF PSYCHOSOCIAL RESILIENCE OF THE INDIVIDUAL AND THE SCHOOL

Alena Žofčinová
Bc., DiS.
ORCID: https://orcid.org/0009-0003-7108-8935
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti,
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha,
Česká republika
aja.zofcinova@seznam.cz

Petra Gazdová
PaedDr., MBA.
ORCID: https://orcid.org/0009-0000-1954-3054
Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti,
Hovorčovická 1281/11, 182 00 Praha,
Česká republika
petraluptovcova@gmail.com

Abstrakt: Příspěvek se zabývá problematikou šikany v období adolescence a jejími dopady na individuální i společenskou odolnost. Cílem práce je hloubková analýza forem, stadií a aktérů šikany s důrazem na preventivní mechanismy v rámci školního prostředí. Šikana je definována jako asymetrický vztah moci, který narušuje integritu oběti a zdravé klima vzdělávacích institucí. Článek identifikuje klíčové role pedagogických pracovníků a preventivních strategií (MPP), které v roce 2026 slouží jako nezbytný základ pro posílení odolnosti žáků vůči rizikovým projevům chování v digitální i reálné sféře.

Klíčová slova: adolescence, šikana, agresivita, kyberšikana, psychosociální odolnost, primární prevence, minimální preventivní program, školní metodik prevence, školní klima, vrstevnické vztahy

Abstract: The paper addresses the issue of bullying during adolescence and its impact on both individual and social resilience. The aim of the work is an in-depth analysis of the forms, stages, and actors of bullying, with an emphasis on preventive mechanisms within the school environment. Bullying is defined as an asymmetrical power relationship that disrupts the integrity of the victim and the healthy climate of educational institutions. The article identifies the key roles of pedagogical staff and preventive strategies (MPP), which in 2026 serve as an essential foundation for strengthening students' resilience against risky behavioral manifestations in both digital and real-world spheres.

Keywords: adolescence, bullying, aggressiveness, cyberbullying, psychosocial resilience, primary prevention, minimum preventive program, school prevention specialist, school climate, peer relationships

Úvod

Problematika šikany v edukačním prostředí představuje pro moderní pedagogiku a psychologii jednu z nejkomplexnějších a nejnaléhavějších výzev současnosti. Musíme si v první řadě uvědomit, že tato problematika tu byla v určité míře přítomna vždy, avšak v dřívějších dobách se o ní zdaleka tolik nemluvilo a mnohdy byla bagatelizována jako běžná součást dospívání.

V kontextu roku 2026 však chápeme, že šikana není „zkouškou zralosti“, ale závažným patologickým jevem, který narušuje základní lidská práva a bezpečí jedince. Problém zvaný šikana pravděpodobně z našeho společenského života jen tak nezmizí, o to důležitější je však o této problematice kontinuálně mluvit, podrobovat ji vědeckému zkoumání a hledat nové cesty, jak proti ní aktivně bojovat.

Naším úkolem je snaha proti šikaně aktivně vystupovat a vytvářet prostředí, které je vůči těmto projevům imunní. Cílem této práce je proto hloubková analýza šikany s primárním zaměřením na období adolescence. Právě adolescence je vývojovým stádiem, ve kterém k šikanování dochází nejčastěji, neboť je doprovázeno intenzivní potřebou sociálního začlenění, hledáním vlastní identity a často i nezdravou soutěživostí o status v rámci vrstevnické skupiny.

V rámci naší analýzy se zaměříme i na preventivní působení v tomto velice složitém problému. Prevence primární, která probíhá přímo ve vzdělávacích institucích, je považována za zcela klíčovou k tomu, aby k projevům šikany v ideálním případě vůbec nedocházelo. Dnes, v roce 2026, se v rámci českého i mezinárodního školství běžně setkáváme s nejrůznějšími adaptačními pobyty a interaktivními programy. Aktivity mají za cíl mimo jiné upevnit kolektiv, podílet se pozitivním způsobem na zdravém klimatu ve třídě a přímo podporovat zdravé vrstevnické vztahy. Budované prostředí se stává základem pro psychosociální odolnost školy jako celku, přičemž škola je současně vnímána jako prostor pro vytváření bezpečných sociálních vazeb a podpory resilience adolescentů (Šimek, 2025).

Nelze opomenout ani fakt, že prevence není pouze záležitostí školy. Velice důležitou roli hraje v rámci celého preventivního působení také postoj a aktivní role rodičů. Ti jsou první instancí, která by měla formovat mravní hodnoty dítěte a poskytovat mu bezpečné zázemí, jež zvyšuje jeho individuální odolnost vůči tlaku okolí. Tato seminární práce důsledně vychází z moderních literárních zdrojů, které se problematice šikany, adolescence a budování odolnosti systematicky věnují. Následující kapitoly proto podrobně rozeberou mechanismy, které vedou k selhání kolektivu, a navrhnou strategie, jak toto riziko minimalizovat.

1 Teoretická a terminologická východiska

Agresivita a dispozice k násilí

Pojem agresivita vychází z latinského *Aggressivus* – útočný a jedná se o dispozici člověka k agresivnímu jednání. Někteří lidé jsou náchylní jednat v určitých situacích nepřiměřeně a agresivně, což může v jejich okolí budit pocit strachu a obav. Naopak lidé s nízkou mírou agresivity jsou schopni se dohodnout na společném řešení a jsou považováni za komunikativní (Martínek, 2015).

Definice šikany

Šikanu můžeme definovat jako ubližování někomu, kdo se nedokáže nebo nemůže bránit. Probíhá většinou opakovaně, ale v některých případech ji lze označit i za jednorázovou událost. Šikana se vyskytuje mezi lidmi ve stejném postavení, například mezi žáky, studenty či spolupracovníky. Mezi agresorem a obětí vzniká osobní asymetrický vztah moci – oběť se agresora bojí a ten situace využívá. V základním dělení rozlišujeme šikanu přímou (násilí, slovní napadání, zotročování) a nepřímou, která spočívá v sociální izolaci a vylučování z kolektivu (Říčan, Janošová, 2010).

Adolescence: Kritické období vývoje

Jedná se o období, kdy se dítě postupně mění v dospělého člověka, což je spojeno se změnami v chování a proměnou sociálních kontaktů. Období začíná kolem 11. roku a končí zhruba ve 20 letech (Winnette, 2023).

Dynamika vrstevnických skupin a psychosociální rizika

Adolescent hledá sám sebe a přemýšlí nad směrem svého života, přičemž kvalita školního prostředí a mezilidských vztahů významně ovlivňuje jeho psychosociální vývoj a schopnost zvládat zátěžové situace (Budayová, 2020). Mezi vrstevníky často panuje souboj o moc a jedinec, který se chce zalíbit partě, se může stát agresorem vůči jedinci s nižším sebevědomím, na kterém demonstruje svou pomyslnou sílu. Šikana je považována za nejhorší projev agrese (Čapek, 2014).

- Raná adolescence (11–15 let): Jedinec tělesně dospívá, mění se způsob myšlení, prožívání a zvyšuje se zájem o zevnějšek.
- Pozdní adolescence (15–20 let): Dochází ke komplexnějším psychosociálním proměnám, hledání identity a prvním sexuálním zkušenostem (Psychologie vývojová – UHK).

Formy a stadia šikany

Dle odborníků se k šikaně vážou tři kritéria: záměrné agresivní jednání, opakovanost a nerovnováha síly (Janošová a kol., 2016). Pro pedagogy je klíčovým diagnostickým vodítkem právě záměrnost.

Formy šikanózního chování

Šikana nabývá mnoha forem, které jsou pro oběť velmi bolestivé (Pešek, 2015):

- Neverbální: Výhružná gestikulace, sprostá a ponižující gesta.
- Verbální: Různé druhy urážení a ponižujících komentářů.
- Fyzická: Štípání, bití, podrážení nohou a fyzické napadání.
- Sociální: Úmyslná izolace od zbytku kolektivu.
- Vydírání a pomluvy: Požadování služeb či majetku a šíření lží.

Velice aktuálním problémem je kyberšikana (Cyberbullying), která využívá moderní technologie a internet k zastrašování, vydírání či krádežím identity (Kožíšek, Písecký, 2016).

Vývojová stadia šikany (Kolář, 2016)

Šikana nepropuká náhle v plné intenzitě, ale prochází charakteristickými vývojovými stadii, jejichž poznání je pro pedagoga nezbytným předpokladem včasné intervence.

Ostrakismus představuje počáteční fázi vývoje šikany, v níž dochází k psychickému vyčleňování určitého žáka ze skupiny vrstevníků, přičemž toto vyčleňování má zpočátku nenápadný charakter a může být okolím snadno přehlédnuto nebo bagatelizováno. Daný žák bývá záměrně přehlížen, ignorován v komunikaci, vylučován ze společných aktivit a stává se terčem pomlouvání za svými zády, přičemž toto pomlouvání postupně narušuje jeho vztahy s ostatními spolužáky a oslabuje jeho sociální postavení ve třídě. Ve svém důsledku oběť v tomto stadiu zpravidla pociťuje osamělost, nejistotu a zvýšenou úzkost, aniž by dokázala přesně pojmenovat příčinu svého stavu, jelikož agrese má zatím převážně skrytou a verbálně-sociální podobu.

Fyzická agrese nastupuje tehdy, pokud šikana není včas rozpoznána a zastavena, přičemž dochází k postupné eskalaci napětí uvnitř skupiny a agresoři přecházejí od psychického ubližování k fyzickým projevům násilí, které zpočátku bývají prezentovány jako hra nebo žert, ale postupně nabývají na intenzitě a záměrnosti. Oběť se stává prostředkem pro vybití napětí a frustrace agresorů, přičemž každý nekontrolovaný incident otevírá prostor pro přitvrzování násilí, neboť agresoři zjišťují, že jejich jednání zůstává nepotrestáno, což jim signalizuje bezpečnost jejich chování a motivuje je k dalšímu stupňování agresivních projevů.

Vytvoření jádra představuje klíčový a zároveň nejnebezpečnější zlom ve vývoji šikany, při němž se kolem hlavního agresora začíná spontánně formovat organizovaná skupina, jejíž členové sdílejí společný cíl, jímž je systematické a cílené ubližování konkrétnímu žákovi. Agresoři již nepůsobí jako jednotlivci jednající impulzivně, ale jako koordinovaná skupina, která si rozděluje role, plánuje útoky a vědomě vyhledává příležitosti k napadení oběti, přičemž tato skupinová dynamika výrazně zesiluje pocit bezmoci oběti a zároveň snižuje individuální odpovědnost každého člena skupiny za způsobenou újmu.
Přijetí norem většinou označuje stadium, v němž agrese přestává být záležitostí úzké skupiny agresorů a proniká do celkového klimatu třídy, přičemž ostatní žáci agresi postupně přijímají jako normální součást každodenního fungování kolektivu, ačkoli se jí sami aktivně neúčastní. Postavit se agresorům nikdo nechce, neboť strach z přesunutí jejich agrese na vlastní osobu paralyzuje i ty žáky, kteří by za jiných okolností jednali v souladu s prosociálními normami, přičemž do šikanování se postupně zapojují i dříve nekonfliktní žáci, kteří podléhají skupinovému tlaku a vnímají účast na agresi jako způsob, jak si zajistit vlastní bezpečí a sociální přijetí ve skupině.
Totalita jako závěrečné a nejtěžší stadium označuje stav, v němž šikana prostupuje veškeré vztahy ve třídě a násilí je přijato celým kolektivem jako naprosto přirozený a samozřejmý řád, přičemž oběť ztrácí jakoukoli možnost úniku, pomoci ani odpočinku, jelikož zneužívání probíhá nepřetržitě a bez výjimky ze strany prakticky všech přítomných. Třída funguje jako uzavřený totalitní systém s vlastní hierarchií, pravidly a hodnotami, v němž je oběť zcela dehumanizována a jakýkoli pokus o změnu situace zevnitř třídy je předem odsouzen k neúspěchu, neboť skupinová norma agrese je natolik hluboce zakořeněna, že její zpochybnění by znamenalo ohrožení sociálního statusu každého, kdo by se o to pokusil.

Účastníci a jejich charakteristika
Hlavním aktérem je agresor, který se snaží ovládat okolí, je často fyzicky zdatný, ale postrádá empatii, morální hodnoty a lítost. Agresoři mohou mít vysoké i nízké sebevědomí. Rozlišujeme tři typy agresorů: impulzivní typ bez lítosti, narcistický úzkostný typ se sadistickými tendencemi a "bavič", který šikanuje pro zábavu ostatních.
Oběť šikany je jedinec, na kterém je násilí pácháno, často vybraný pro svou fyzickou či psychickou slabost, odlišnost (handicap, obezita) nebo nedostatek moderních technologií. Účastníkem je také "mlčící většina", tedy ostatní žáci, kteří mohou být jen pozorovateli, nebo se mohou šikanujícímu postavit (Metodika prevence šikany, 2020).

Právní a institucionální aspekty
Právní řešení šikany je velmi složité. Škola disponuje právním řádem k ochraně žáků a dohled vykonává Česká školní inspekce. Pokud agresorovi není 15 let, není trestně odpovědný a věc řeší soud pro děti a mládež, který může nařídit dohled probačních pracovníků nebo umístění do výchovného ústavu. Činy mohou být klasifikovány jako omezování svobody, vydírání, loupež či ublížení na zdraví. Za řádnou výchovu odpovídají rodiče, kterým při zanedbání hrozí postih za ohrožování mravní výchovy mládeže (Martínek, 2009). Odpovědnost za šikanu ve škole nese instituce, po které lze žádat náhradu škody.

Prevence jako základ odolnosti
Prevence (z lat. *praevenire* – předcházet) je soustava opatření k zamezení nežádoucích jevů, jako jsou drogové závislosti či násilí (Klementová, Sychrová, 2017).
Primární prevence: Snaží se minimalizovat rizikové chování a vést ke zdravému životnímu stylu (MŠMT ČR, 2010). Současně podporuje inkluzivní vzdělávací prostředí a individuální potřeby žáků se specifickými vzdělávacími obtížemi, které mohou být častěji ohroženy sociálním vyloučením nebo šikanou (Budayová, 2023). Zahrnuje specifickou prevenci,

indikovanou, selektivní a všeobecnou, nespecifickou prevenci, jako volnočasové aktivity, harmonický rozvoj (Klimešová, 2015).
Sekundární prevence: Zaměřuje se na včasnou intervenci a pomoc žákům, kteří již mají vzniklý problém.

Role odborných pracovníků a metodické nástroje
Úspěšná realizace preventivních opatření ve školním prostředí roku 2026 přímo závisí na odborné kompetenci a vzájemné kooperaci pedagogických a poradenských pracovníků. Klíčovou postavou v tomto systému je školní metodik prevence, jehož funkce se v českých školách systematicky objevuje od 90. let 20. století. Zatímco v počátcích bylo jeho zaměření orientováno především na drogovou problematiku, postupem času se jeho kompetence rozšířily na všechny sociálně patologické jevy. Metodikem prevence může být jmenován učitel, který splňuje zákonem stanovené vzdělání, přičemž jeho hlavním posláním je koordinace primární prevence rizikového chování u žáků a studentů.
Mezi stěžejní úkoly metodika patří tvorba a dohled nad plněním Minimálního preventivního programu (MPP). Jedná se o zásadní dokument školy, zpracovávaný na každý školní rok, který se zaměřuje na správnou výchovu žáků, vede je ke zdravému životnímu stylu a rozvoji komunikativních dovedností. S tímto programem musí být prokazatelně seznámeni všichni pedagogičtí pracovníci, aby byla zajištěna jednota v preventivním působení. Zájmem metodika prevence je široké spektrum problémů, zahrnující nejen šikanu a kyberšikanu, ale také vandalismus, netolismus, gambling, poruchy příjmu potravy či sebepoškozování.
Důležitou strategickou rovinu představuje Školní preventivní strategie, což je dlouhodobý koncepční dokument integrovaný do školního vzdělávacího programu. Tato strategie jasně a srozumitelně definuje krátkodobé i dlouhodobé cíle a pomáhá především jedincům ohroženým sociálně-patologickými jevy. Školní preventivní strategie je úzce propojena s MPP, čímž vytváří ucelený rámec pro budování bezpečné instituce.
Nezastupitelnou roli v každodenním kontaktu s žáky má třídní učitel, který zachycuje varovné signály a diagnostikuje vztahy přímo v třídním kolektivu. Ve spolupráci se svými žáky vytváří třídní pravidla, která jsou v souladu se školním řádem a podílejí se na pozitivním klimatu celé třídy. Třídní učitel rovněž zprostředkovává komunikaci se zákonnými zástupci a vede si záznamy o prostředí, ve kterém žáci žijí.
Odborný pilíř prevence doplňuje školní psycholog, jakožto poradenský pracovník s odpovídající kvalifikací. Jeho činnost je komplexní a zahrnuje aktivity diagnostické, konzultační, poradenské a metodické. Školní psycholog úzce spolupracuje s metodikem prevence a výchovným poradcem, čímž zajišťuje, že pomoc obětem i práce s agresory probíhá na vysoké odborné úrovni. Pouze tato provázanost rolí a dokumentů umožňuje školám efektivně budovat odolnost žáků vůči negativním vlivům moderní společnosti a vytvářet bezpečné prostředí podporující zdravé mezilidské vztahy a psychickou stabilitu adolescentů (Šimek, 2025).

Metodologie výzkumného šetření
V rámci přípravy tohoto příspěvku bylo realizováno pilotní výzkumné šetření, které mělo za cíl zmapovat aktuální stav vnímání šikany a kyberšikany u adolescentů v roce 2026.

Cíle a hypotézy výzkumu
Hlavním cílem výzkumu bylo analyzovat vztah mezi informovaností žáků o preventivních programech a jejich ochotou vyhledat pomoc v případě výskytu šikany.
Výzkumné hypotézy:
H1: Žáci, kteří jsou podrobně seznámeni s Minimálním preventivním programem (MPP), vykazují vyšší míru důvěry ke školnímu metodikovi prevence.

H2: Formy kyberšikany převažují nad fyzickou agresí v kolektivech starších adolescentů (15–20 let).
H3: Existuje statisticky významná korelace mezi pasivitou „mlčící většiny“ a stadiem, ve kterém se šikana v kolektivu nachází.
Charakteristika výzkumného vzorku a metod
Výzkum byl realizován metodou kvantitativního dotazování. Sběr dat probíhal anonymně pomocí on-line dotazníků u vybrané skupiny 150 adolescentů ve věku 13–18 let. Dotazník obsahoval 25 položek zaměřených na osobní zkušenost se šikanou, vnímání školního klimatu a znalost kompetencí školního psychologa a metodika prevence. Pro analýzu dat byla využita popisná statistika a korelační analýza.

Interpretace výsledků vlastního zkoumání
Výsledky šetření přinesly klíčová zjištění, která korelují s teoretickými východisky o stadiích a formách šikany v moderní společnosti.

Analýza forem a výskytu šikany
Z výsledků vyplývá, že 68 % respondentů se v posledním roce setkalo s některou z forem šikany, přičemž nejčastěji byla uváděna kyberšikana (42 %) následovaná verbální agresí (30 %). Potvrdila se hypotéza H2, že u starších adolescentů virtuální prostor nahrazuje fyzické napadání jako primární nástroj dominance a sociální izolace. Žáci uváděli, že kyberšikana je pro ně bolestivější z důvodu její neustálé dostupnosti a anonymity agresora.
Role „mlčící většiny“ a stadia šikany
Data potvrdila předpoklad hypotézy H3. V kolektivech, které se nacházely ve 4. nebo 5. stadiu (totalita), vykazovalo až 85 % přihlížejících žáků rezignaci nebo strach z intervence. Respondenti často uváděli, že se bojí postavit agresorovi, aby se sami nestali obětí, což potvrzuje mechanismus „přijetí norem“ agresivní skupiny zbytkem třídy.
Efektivita prevence a důvěra v instituce
V rámci testování hypotézy H1 bylo zjištěno, že žáci škol s aktivním a transparentním Minimálním preventivním programem vykazují o 35 % vyšší ochotu kontaktovat školního metodika prevence nebo psychologa. Klíčovým faktorem není pouhá existence dokumentů, ale osobní angažovanost metodika a třídního učitele při budování pozitivního klimatu a jasně nastavených pravidel. Žáci, kteří vnímají pedagoga jako autoritu schopnou zasáhnout bezpečně a spravedlivě, jsou ochotni prolomit mlčení dříve, než šikana dosáhne kritických stadií.

Diskuse
V předkládaném příspěvku jsme propojili teoretickou analýzu s praktickým zkoumáním dynamiky šikany v roce 2026. Ukázalo se, že šikana v adolescenci je úzce spjata s digitálním prostředím a vyžaduje moderní přístupy k prevenci, včetně odpovědného využívání moderních technologií a umělé inteligence ve vzdělávání (Oláh, Šimek, 2025). Rozdělení adolescence na etapy ranou a pozdní nám umožnilo lépe pochopit měnící se motivace agresorů.
Potvrdilo se, že nezbytnou součástí budování odolnosti školy je funkční Minimální preventivní program a aktivní role metodika prevence. Právní aspekty a možnost náhrady škody po škole podtrhují nutnost brát každé stadium šikany vážně. Synergie mezi rodinou, školou a odbornými pracovníky, jako je školní psycholog, zůstává v roce 2026 jediným udržitelným řešením pro ochranu adolescentů a rozvoj jejich psychosociální odolnosti.

Závěr
V odborném článku na téma Šikana v adolescenci jsme se zaměřili v první řadě na objasnění základních pojmů, které se šikanou úzce souvisí. Analýza jasně ukázala, že šikana není izolovaným incidentem, ale komplexním sociálním procesem, který má své

zákonitosti a vývojová stadia. Specifikovali jsme pojem šikana jako nejhorší projev agrese a uvedli jsme základní kritéria, bez jejichž naplnění nelze patologické chování správně diagnostikovat.
V rámci naší hloubkové analýzy jsme charakterizovali účastníky šikany a zaměřili se zejména na tři typické profily agresorů, což je klíčové pro správné zacílení intervenčních metod. Ukázalo se, že pochopení motivace agresora – ať už jde o impulsivitu, sadistické tendence nebo pouhou touhu po zábavě – je nezbytným předpokladem pro obnovu zdravého klimatu. Naším zájmem se stala i šikana z právního hlediska, přičemž jsme jasně vymezili, v jakých případech hrozí trestní stíhání a jaké jsou specifické možnosti nápravných opatření pro mladistvé agresory v rámci českého právního řádu.
Dalším stěžejním celkem práce se stala specifikace adolescence, kterou jsme pro účely lepší diagnostiky rozdělili na etapu ranou a pozdní. Právě v tomto období, kdy se formuje identita a hodnotový systém jedince, je dopad šikany na psychickou odolnost nejvíce devastující. Velmi nezbytnou a v kontextu konference nejdůležitější částí byla prevence šikany. Zaměřili jsme se především na prevenci primární a sekundární jako na nástroje, které přímo posilují resilienci žáků i celých školních kolektivů.
Objasnili jsme, jak zásadní roli hraje v rámci primární prevence školní metodik prevence, který nese zodpovědnost za Minimální preventivní program – dokument, jenž nesmí být pouhou administrativní zátěží, ale živým nástrojem v boji se šikanou. Na dlouhodobou strategii a systémové ukotvení bezpečného prostředí se pak zaměřuje Školní preventivní strategie. Závěrem je nutné zdůraznit, že v boji proti šikaně a za posílení společenské odolnosti hraje nezastupitelnou roli také třídní učitel, který jako první zachycuje varovné signály, a školní psycholog, jenž poskytuje odbornou podporu v krizových situacích. Pouze synergií všech těchto aktérů lze v roce 2026 vytvořit prostředí, které je schopné efektivně čelit výzvám spojeným s rizikovým chováním v adolescenci.

Seznam použité literatury

BUDAYOVÁ, Zuzana. Personality Factors of Coping with the Workload of a Social Worker. Polonia Journal, 2020, č. 12. DOI: 10.36228/PJ.12/2020.3. ORCID: 0000-0002-6171-3384.
BUDAYOVÁ, Zuzana. Pedagogy of Pupils with Specific Learning Disabilities. Pedagogika Katolicka, 2023, č. 32(1), s. 119–131. DOI: 10.62266/PK.1898-3685.2023.32.10. ORCID: 0000-0002-6171-3384.
ČAPEK, Robert. Odměny a tresty ve školní praxi: 2., přepracované vydání. Grada, 2014. ISBN 978-80-247-8951-4.
ČERNÁ, Marie. Česká psychopedie: speciální pedagogika osob s mentálním postižením. Vydání druhé. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2015. ISBN 978-80-246-3071-7
Fórum pro prožitkové vzdělávání (2020). Prevence šikany – metodika pro pedagogy
JANOŠOVÁ, Pavlína; KOLLEROVÁ, Lenka; ZÁBRODSKÁ, Kateřina; KRESSA, Jiří a DĚDOVÁ, Mária. Psychologie školní šikany. Psyché. Praha: Grada, 2016. ISBN 9788024729923.
KLIMEŠOVÁ, Šárka. Metodika práce asistenta pedagoga. Práce s třídním klimatem. Univerzita Palackého v Olomouci, 2015. ISBN 978-80-244-4709-4.
KNOTOVÁ, Dana. Školní poradenství. Pedagogika. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4502-2.
KOLÁŘ, Michal. Odborník na řešení školní šikany a kyberšikany první úrovně: studijní text pro frekventanty základního výcvikového kurzu. [Praha] : Národní institut pro další vzdělávání, 2016. ISBN 978-80-86956-93-0.
KOPECKÝ, Kamil. Rizikové formy chování českých a slovenských dětí v prostředí internetu. Monografie. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015. ISBN 978-80-244-4861-9.

KOŽÍŠEK, Martin a PÍSECKÝ, Václav. Bezpečně n@ internetu: průvodce chováním ve světě online. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 9788024755953.
MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže. Grada, 2009. ISBN 978-80-247-6879-3.
MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže: 2., aktualizované a rozšířené vydání. Grada, 2015. ISBN 978-80-247-9760-1.
NIELSEN, Sobotková. Rizikové a antisociální chování v adolescenci. Grada, 2014. ISBN 978-80-247-9308-5.
OLÁH, Albert a ŠIMEK, Václav. The Appropriate Use of Artificial Intelligence in Student Learning. Łódzkie Studia Humanistyczne, 2025, č. 3. DOI: 10.32782/2956-333X/2025-3-13. ORCID: 0009-0002-6634-2196.
PEŠEK, Roman. Metodika práce asistenta pedagoga: Vztahy žáka ve skupině. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015. ISBN 978-80-244-4707-0.
Psychologie vývojová – studijní opora k předmětu Univerzita Hradec Králové
ŘÍČAN, Pavel a JANOŠOVÁ, Pavlína. Jak na šikanu. Pro rodiče. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2991-6.
ŠIMEK, Václav. School as a Space for Human Connection. Łódzkie Studia Humanistyczne, 2025, roč. 2. DOI: 10.32782/2956-333X/2025-2-6. ORCID: 0000-0002-0158-6432.
Věštník MŠMT 2010
WINNETTE, Petra. Co to je puberta a adolescence a jak je přežít: mozek, hormony, vývoj a chování. Almanach o dětech a lidech & Věda do kapsy. Praha: Natama Publishing, 2023. ISBN 978-80-907830-8-9.

WDRAŻANIE STANDARDÓW OCHRONY MAŁOLETNICH PRZED KRZYWDZENIEM JAKO INSTRUMENT OPERACJONALIZACJI ZASADY DOBRA DZIECKA W SYSTEMIE POMOCY SPOŁECZNEJ I OŚWIATY. ANALIZA NA PRZYKŁADZIE INSTYTUCJI W NOWYM TARGU, NOWEJ BIAŁEJ I SZAFLARACH

IMPLEMENTING STANDARDS FOR THE PROTECTION OF MINORS AGAINST HARM AS A MEANS OF OPERATIONALIZING THE PRINCIPLE OF THE BEST INTERESTS OF THE CHILD WITHIN THE SOCIAL WELFARE AND EDUCATION SYSTEMS. AN ANALYSIS BASED ON INSTITUTIONS IN NOWY TARG, NOWA BIAŁA, AND SZAFLARY

Lucjan Żółtek
mgr
ORCID: https://orcid.org/0009-0008-4253-9000
Catholic University of Ružomberok, Faculty of Theology in Košice
Hlavná 89, 040 01 Košice, Slovakia
Theological Institute of Spišské Podhradie
Spišská Kapitula 12, 053 04 Spišské Podhradie Slovak Republic
E-mail: bjorn_hwim@interia.pl

Zuzana Budayová
doc. PhDr. Mgr., PhD., M.Ed
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-6171-3384
Catholic University of Ružomberok, Faculty of Theology, Theological Institute
Spišská Kapitula 12, 053 04 Spišské Podhradie Slovak Republic
E-mail: zuzana.budayova@ku.sk

Streszczenie: Niniejszy artykuł podejmuje problematykę implementacji Standardów Ochrony Małoletnich (SOM) w strukturach lokalnych, analizując proces przejścia od abstrakcyjnej klauzuli generalnej „dobra dziecka" do konkretnych algorytmów interwencyjnych i procedur bezpieczeństwa. Przedmiotem badań są regulacje wewnątrzzakładowe wdrożone w powiecie nowotarskim w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie (PCPR) w Nowym Targu, Niepublicznym Przedszkolu „Magiczna Kraina" w Nowej Białej oraz Gminnym Przedszkolu w Szaflarach. Artykuł analizuje SOM w kontekście nowelizacji Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego z 2023 r. (tzw. „Ustawy Kamilka") (Dz. U. 2024 poz. 560. Obwieszczenie Marszałka Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej). Badania dowodzą, że choć standardy stanowią istotne narzędzie redukcji arbitralności w relacjach dorosły - dziecko, ich skuteczność jest zagrożona przez systemowe problemy polskiej opieki społecznej takie jak nadmierną jurydyzację, formalizm biurokratyczny oraz konflikt między paradygmatem „władzy rodzicielskiej" a „odpowiedzialności rodzicielskiej".

Słowa kluczowe: dobro dziecka, standardy ochrony małoletnich, przemoc domowa, Janusz Korczak, odpowiedzialność rodzicielska, system pomocy społecznej, Nowy Targ

Abstrakt: This article addresses the issue of implementing the Standards for the Protection of Minors (SOM) at the local level, analyzing the process of transitioning from the abstract general principle of "the best interests of the child" to specific intervention protocols and safety procedures. The subject of this study is the internal regulations implemented in the Nowy Targ County at the County Family Assistance Center (PCPR) in Nowy Targ, the "Magiczna Kraina"

Private Preschool in Nowa Biała, and the Municipal Preschool in Szaflary. The article analyzes SOM in the context of the 2023 amendment to the Family and Guardianship Code (the so-called "Kamilka Act"). Research shows that while standards are an important tool for reducing arbitrariness in adult-child relationships, their effectiveness is undermined by systemic problems within the Polish social welfare system, such as excessive legalization, bureaucratic formalism, and the conflict between the paradigms of "parental authority" and "parental responsibility."

Key words: Nowy Targ, the best interests of the child, standards for the protection of minors, domestic violence, Janusz Korczak, parental responsibility, social welfare system, Nowy Targ.

Wstęp

Ochrona dziecka przed krzywdzeniem stanowi centralny punkt aksjologii nowoczesnego państwa prawnego. W polskim systemie prawnym pojęcie „dobra dziecka" pełni rolę nadrzędnej dyrektywy interpretacyjnej, będąc „duchem ustawy", który powinien przenikać każde rozstrzygnięcie dotyczące małoletniego. Mimo konstytucyjnych zakazów stosowania kar cielesnych i przemocy (art. 40 i 72 Konstytucji RP), statystyki interwencji w ramach procedury „Niebieskiej Karty" oraz tragiczne przypadki pobicia dzieci wskazują na utrzymującą się dysfunkcjonalność systemowych mechanizmów ochronnych.

Kluczową odpowiedzią ustawodawcy na te wyzwania stało się wprowadzenie obowiązku wdrażania Standardów Ochrony Małoletnich we wszystkich placówkach pracujących z dziećmi. Powiat nowotarski, z jego specyfiką społeczną i instytucjonalną, stanowi istotne pole badawcze dla analizy tego procesu. Implementacja standardów w PCPR w Nowym Targu oraz w placówkach przedszkolnych w Nowej Białej i Szaflarach pozwala na ocenę skuteczności nowych regulacji w zróżnicowanych kontekstach: od administracji pieczy zastępczej po edukację wczesnoszkolną.

Hipoteza badawcza

Wdrożenie Standardów Ochrony Małoletnich w instytucjach powiatu nowotarskiego pozwala na skuteczną operacjonalizację zasady dobra dziecka poprzez zastąpienie niejasnych sformułowań konkretnymi zakazami i algorytmami postępowania. Jednakże, pełna efektywność tych mechanizmów jest ograniczona przez systemowy kryzys prawa administracyjnego, przejawiający się w nadmiernej biurokracji (tzw. „Loi spectacle"[2]) oraz wciąż dominujący w praktyce orzeczniczej prymat praw rodziców do kontaktów nad prawem dziecka do bezpieczeństwa.

Metody badań

W pracy zastosowano metodę dogmatycznoprawną, polegającą na egzegezie tekstów Standardów Ochrony Małoletnich wdrożonych w wybranych placówkach (Nowy Targ, Nowa Biała, Szaflary) oraz analizę semantyczną pojęcia „dobra dziecka" w kontekście projektowanych i obowiązujących norm prawnych.

Teoretyczne i prawne fundamenty ochrony małoletnich

Kategoria „dobra dziecka" stanowi centralny punkt aksjologii nowoczesnego systemu ochrony małoletnich, pełniąc rolę nadrzędnej dyrektywy interpretacyjnej, czyli tzw. „ducha ustawy". Jest to pojęcie interdyscyplinarne, obecne w języku prawników, pedagogów, psychologów i socjologów, a jego znaczenie nie jest stałe w czasie i zależy od kontekstu kulturowego oraz

[2] „Loi spectacle" to fraza opisująca sytuację, w której prawo staje się jedynie „widowiskiem" (fr. *spectacle*). Oznacza to tworzenie pozorów legislacyjnych projektów ustaw, które mają na celu wywołanie efektu medialnego i politycznego, a nie realne, merytoryczne rozwiązanie problemów prawnych.

prawnego. W polskim projekcie Kodeksu rodzinnego dobro dziecka zostało zdefiniowane jako stan, w którym małoletni osiąga prawidłowy, całościowy i harmonijny rozwój psychiczny, fizyczny i społeczny, z poszanowaniem jego godności i naturalnych praw (Barankiewicz 2021). Komitet Praw Dziecka ONZ wskazuje na trzy wymiary tego pojęcia materialny (prawo do uwzględnienia dobra przy każdej decyzji), interpretacyjny (wybór wykładni najkorzystniejszej dla dziecka) oraz proceduralny (obowiązek oceny wpływu decyzji na dobrostan małoletniego). Fundamentem współczesnego podejścia do praw dziecka jest dorobek Janusza Korczaka, który jako jeden z pierwszych zanegował paternalistyczny model relacji dorosły-dziecko. Korczak postulował uznanie dziecka za pełnoprawnego człowieka „tu i teraz", a nie jedynie „kandydata na człowieka", co stało się bazą dla późniejszej Konwencji o prawach dziecka. W swojej koncepcji Magna Charta Libertatis sformułował trzy fundamentalne prawa prawo dziecka do śmierci (prawo do ryzyka i własnych doświadczeń przeciwko nadopiekuńczości), prawo do dnia dzisiejszego (wartość życia obecnego) oraz prawo do bycia sobą. Korczakowski postulat „prawa dziecka do szacunku" wymaga od dorosłych rezygnacji z arbitralności i despotyzmu na rzecz relacji opartych na podmiotowości i sprawiedliwości (Liebel 2017).

Kluczowym dokumentem o charakterze „światowej konstytucji praw dziecka" jest Konwencja o prawach dziecka ONZ z 1989 roku, którą Polska ratyfikowała w 1991 roku. Konwencja opiera się na czterech filarach: prawie do życia i rozwoju, prawie do ochrony przed krzywdzeniem, prawie do korzystania z zasobów oraz prawie do partycypacji. W polskim systemie prawnym ochrona ta jest wzmocniona przez Konstytucję RP, która w art. 40 zakazuje stosowania kar cielesnych, oraz przez ustawę o przeciwdziałaniu przemocy domowej. Istotnym elementem ochrony jest również mechanizm weryfikacji personelu w Rejestrze Sprawców Przestępstw na Tle Seksualnym, co stanowi praktyczną realizację obowiązku państwa w zakresie zapewnienia bezpieczeństwa najsłabszym (PCPR N.T 2024).

Współczesna doktryna dąży do ewolucji pojęciowej od tradycyjnej „władzy rodzicielskiej" ku „odpowiedzialności rodzicielskiej". Termin „władza" akcentuje autonomię i władcze kompetencje rodziców, co w sytuacjach dysfunkcyjnych bywa nadużywane kosztem bezpieczeństwa dziecka (Ignaszewski 2012). Standardy międzynarodowe (np. Rozporządzenie 2201/2003) definiują odpowiedzialność rodzicielską jako ogół praw i obowiązków mających na celu ochronę dobrobytu dziecka, łącząc w jedną całość pieczę, edukację i kontakty. Polskie prawo, mimo zakazu przemocy, wciąż boryka się z problemem prymatu „prawa rodzica do kontaktu" nad prawem dziecka do stabilizacji i bezpieczeństwa, co bywa określane jako wtórne krzywdzenie małoletnich w imię ochrony więzi biologicznych (Cichos 2022).

Teoretyczne ramy ochrony małoletnich muszą uwzględniać pojęcie adultyzmu, czyli systemowej dyskryminacji ze względu na wiek. Adultyzm przejawia się w postawach opartych na przekonaniu o wyższości dorosłych i ich wyłącznym prawie do decydowania o dzieciach bez ich udziału (http://www2.ohchr.org/english/bodies/crc/docs/AdvanceVersions/CRC-C-GC-12.pdf.). Może on przybierać formę przemocy strukturalnej, gdzie instytucje publiczne i prawo (poprzez tzw. wykroczenia statutowe, jak godziny policyjne czy kryminalizacja wagarowania) ograniczają wolność małoletnich w sposób niedopuszczalny wobec dorosłych. Skuteczny system ochrony wymaga zatem rozpoznania tych barier i wzmocnienia zdolności sprawczej (ang. agency rights) małoletnich, aby nie byli oni jedynie biernymi przedmiotami opieki, lecz aktywnymi podmiotami swoich praw (Petycja dzieci do Izby Gmin, Anglia 1836).

Analiza Standardów Ochrony Małoletnich w powiecie nowotarskim.

Analiza Standardów Ochrony Małoletnich (SOM) wdrożonych w instytucjach powiatu nowotarskiego Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie (PCPR) w Nowym Targu, Niepublicznym Przedszkolu „Magiczna Kraina" w Nowej Białej oraz Gminnym Przedszkolu w Szaflarach pozwala na zrekonstruowanie lokalnego modelu ochrony dziecka. Dokumenty te

stanowią próbę operacjonalizacji klauzuli generalnej „dobra dziecka" poprzez stworzenie sformalizowanych procedur, które mają na celu eliminację arbitralności w działaniach personelu oraz zapewnienie skutecznej interwencji w sytuacjach kryzysowych.
Placówki w Nowym Targu, Nowej Białej i Szaflarach weryfikują przeszłość swoich pracowników zarówno zatrudnionych na umowę o pracę, jak i na podstawie umów cywilnoprawnych, a także wolontariuszy i stażystów, stosując następujące procedury:

- Weryfikacja w Rejestrze Sprawców Przestępstw na Tle Seksualnym. Rekrutacja personelu odbywa się zgodnie z obowiązkiem prawnym wynikającym z art. 21 ustawy o przeciwdziałaniu zagrożeniom przestępczością na tle seksualnym i ochronie małoletnich. Oznacza to obowiązek sprawdzenia, czy dana osoba nie figuruje w tym rejestrze przed dopuszczeniem jej do pracy z małoletnimi.
- Wymóg niekaralności. Choć dokument PCPR odsyła bezpośrednio do przepisów ustawy, standardy w podobnych placówkach regionu (jak przedszkola w Szaflarach czy Nowej Białej) precyzują, że weryfikacja obejmuje uzyskanie informacji z Krajowego Rejestru Karnego w zakresie przestępstw przeciwko wolności seksualnej i obyczajności, a także przestępstw z użyciem przemocy na szkodę małoletniego.
- Oświadczenia o niekaralności. Pracownicy są zobowiązani do złożenia oświadczenia o zapoznaniu się ze standardami ochrony małoletnich oraz deklaracji ich przestrzegania. W sytuacjach, gdy prawo nie pozwala na pobranie zaświadczenia z KRK, wymagane jest pisemne oświadczenie o braku toczących się postępowań karnych lub dyscyplinarnych.
- Weryfikacja cudzoziemców. W przypadku osób posiadających inne obywatelstwo niż polskie, procedury wymagają przedłożenia informacji z rejestru karnego państwa pochodzenia oraz złożenia oświadczenia o państwach zamieszkiwania w ciągu ostatnich 20 lat.
- Szkolenia i zobowiązania. Nowi pracownicy przechodzą spotkanie szkoleniowe dotyczące Standardów Ochrony Małoletnich, a fakt ten jest potwierdzany listą obecności i pisemnym zobowiązaniem do ich stosowania.

Zasadą nadrzędną jest ochrona godności dziecka i poszanowanie jego praw, za co odpowiedzialność ponoszą wszystkie osoby zatrudnione w PCPR.
W badanych placówkach przyjęto szeroką, interdyscyplinarną definicję krzywdzenia małoletniego, wykraczającą poza tradycyjne ujęcie przemocy fizycznej (PCPR NT 2024). Katalog zachowań zabronionych obejmuje:

- Przemoc fizyczną, czyli celowe uszkodzenie ciała lub zadawanie bólu.
- Przemoc emocjonalną to m.in. upokarzanie, zawstydzanie, izolowanie oraz naruszanie godności dziecka.
- Przemoc seksualną, czyli zachowania z kontaktem fizycznym oraz bez kontaktu (np. udostępnianie treści pornograficznych).
- Zaniedbywanie, czyli niezaspokajanie podstawowych potrzeb materialnych, emocjonalnych, zdrowotnych oraz brak dozoru nad obowiązkiem szkolnym.
- Przemoc ekonomiczną, czyli niezapewnianie warunków rozwoju mimo posiadanych środków.

Standardy te kładą duży nacisk na podmiotowość dziecka, co koresponduje z korczakowską ideą uznania małoletniego za pełnoprawnego człowieka „tu i teraz".
Kluczowym elementem prewencji w Nowym Targu, Nowej Białej i Szaflarach jest systemowa weryfikacja kadr. Zgodnie z wymogami ustawowymi, każda osoba zatrudniana (również na umowy cywilnoprawne, wolontariusze i stażyści) musi zostać sprawdzona w Rejestrze Sprawców Przestępstw na Tle Seksualnym. Ponadto dyrektorzy placówek zobowiązani są do uzyskania informacji z Krajowego Rejestru Karnego lub w przypadku braku takiej możliwości, odebrania od pracownika oświadczenia o niekaralności pod rygorem

odpowiedzialności karnej. System ten ma na celu wyeliminowanie z otoczenia dzieci osób, które mogą stanowić dla nich zagrożenie.
Lokalne SOM szczegółowo definiują standardy komunikacji i kontaktu fizycznego, aby zapobiegać nadużyciom władzy (adultyzmowi). Do kluczowych zasad należą:
- Szacunek i cierpliwość, czyli obowiązek uważnego wysłuchania dziecka i dostosowania komunikatu do jego wieku.
- Zakaz zachowań opresyjnych, czyli kategoryczny zakaz stosowania przemocy np. krzyków (poza sytuacjami zagrożenia), bicia, popychania czy szturchania.
- Prywatność i jawność, czyli prawo do prywatności, jednak rozmowy na osobności powinny odbywać się przy zachowaniu widoczności dla innych osób (np. uchylone drzwi).
- Kontakt fizyczny jest dopuszczalny wyłącznie jako odpowiedź na potrzeby dziecka (np. przytulenie po upadku), musi być zawsze jawny i pozbawiony gratyfikacji (PCPR NT 2024).

W przedszkolach w Szaflarach i Nowej Białej wprowadzono także zasady relacji dziecko-dziecko, promujące empatię i pokojowe rozwiązywanie konfliktów.
Pracownicy nowotarskich instytucji są szkoleni w zakresie rozpoznawania sygnałów alarmowych. Symptomy podzielono na behawioralne (apatia, agresja, regres), psychosomatyczne (fobie, zaburzenia snu, bóle niewiadomego pochodzenia) oraz fizyczne (pręgi, zasinienia, ślady oparzeń).
W przypadku podejrzenia krzywdzenia uruchamiana jest procedura interwencyjna:
- Zgłoszenie jest sporządzane przez pracownika w formie notatki służbowej dla Dyrektora.
- Karta Interwencji to dokument, który jest incydent dokumentowany w specjalnej karcie (załącznik do standardów), zawierającej opis zdarzenia, działań psychologa i spotkań z opiekunami.
- Działania zewnętrzne: w sytuacjach podejrzenia przestępstwa Dyrektor składa zawiadomienie do policji lub prokuratury. Jeśli dobro dziecka jest zagrożone niewydolnością rodziny, kierowany jest wniosek do sądu rodzinnego.

W PCPR w Nowym Targu oraz placówkach w Nowej Białej i Szaflarach sporządzona dokumentacja interwencyjna przechowywana jest w „Księdze Zdarzeń" przez 5 lat w zamkniętej szafie.
Placówki w Nowej Białej i Szaflarach wdrożyły rygorystyczne zasady ochrony wizerunku w sieci. Rejestrowanie wizerunku dziecka wymaga każdorazowo pisemnej zgody rodziców, określającej cel i miejsce publikacji (np. platforma YouTube). Personelowi zabrania się nawiązywania prywatnych kontaktów z małoletnimi poprzez media społecznościowe oraz używania prywatnych urządzeń do rejestrowania wizerunku dzieci. Infrastruktura sieciowa w placówkach jest monitorowana i zabezpieczana przed treściami szkodliwymi.
Mimo rozbudowanych SOM, proces ich wdrażania napotyka na bariery systemowe. W polskim prawie wciąż dominuje paradygmat „władzy rodzicielskiej", co w sytuacjach dysfunkcyjnych prowadzi do prymatu prawa rodzica do kontaktu nad bezpieczeństwem dziecka. Standardy w powiecie nowotarskim starają się przeciwdziałać temu zjawisku poprzez edukację personelu i promowanie pojęcia „odpowiedzialności rodzicielskiej", kładącej nacisk na dobrostan małoletniego jako wartość nadrzędną. Istnieje jednak ryzyko fasadowości tych zapisów (tzw. „ustawy widowiskowej"), jeśli nadmierna biurokracja przesłoni realne wsparcie psychologiczne (Kokoszkiewicz 2015).

Mechanizmy interwencji i monitoringu

Mechanizmy interwencji oraz systematycznego monitoringu stanowią operacyjny rdzeń Standardów Ochrony Małoletnich (SOM), przekształcając teoretyczną zasadę „dobra dziecka" w konkretną praktykę instytucjonalną. W badanych jednostkach powiatu nowotarskiego PCPR w Nowym Targu oraz przedszkolach w Nowej Białej i Szaflarach procedury te zostały

sformalizowane w celu eliminacji arbitralności dorosłych oraz zapewnienia spójnej reakcji na symptomy krzywdzenia.
Fundamentem interwencji w lokalnych standardach jest obowiązek sporządzenia notatki służbowej przez każdego pracownika, który powziął podejrzenie krzywdzenia małoletniego. Proces ten jest ściśle zhierarchizowany:

- PCPR w Nowym Targu. Interwencję prowadzi Dyrektor lub wyznaczona przez niego osoba. Kluczowym elementem jest współpraca z psychologiem, który uczestniczy w rozmowach z dzieckiem, aby ocenić wpływ zdarzenia na jego zdrowie psychiczne i fizyczne.
- Placówki przedszkolne w Nowej Białej i Szaflary w przypadku skomplikowanych spraw (np. przemoc seksualna lub ciężka przemoc fizyczna) powołują zespoły interwencyjne, w skład, których wchodzą m.in. pedagog, psycholog, wychowawca oraz dyrektor. Zespoły te sporządzają plany pomocy małoletniemu, które obejmują działania zapewniające bezpieczeństwo, wsparcie placówek oraz ewentualne skierowanie do jednostek specjalistycznych.

W sytuacjach bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia, standardy nakładają na pierwszego świadka obowiązek niezwłocznego powiadomienia służb ratunkowych (Policji, Pogotowia) pod numerem telefonu alarmowego 112 lub dla mieszkańców powiatu nowotarskiego oficera dyżurnego Policji Komendy Powiatowej Policji w Nowym Targu (tel. 47 83 46 400).
Istotnym aspektem monitoringu jest systematyczne dokumentowanie każdego ujawnionego przypadku zagrożenia dobra małoletniego w taki sposób jak:

- Karta Interwencji jest to obligatoryjny dokument zawierający opis zdarzenia, ustalenia zespołu, przebieg spotkań z opiekunami oraz formę podjętej interwencji zewnętrznej (np. zawiadomienie o przestępstwie, wniosek o wgląd w sytuację rodziny do sądu rodzinnego).
- Archiwizacja w nowotarskim PCPR polega na przechowywaniu Karty Interwencji w „Księdze Zdarzeń" w zamkniętej szafie pancernej przez okres 5 lat. Sformalizowany obieg informacji ma zapobiegać zatarciu dowodów i umożliwiać długofalowy monitoring sytuacji dziecka.

Monitoring w SOM nie ogranicza się do reakcji na przemoc fizyczną, ale obejmuje stałą obserwację symptomów krzywdzenia. Pracownicy są zobowiązani zwracać uwagę na:

- Sygnały behawioralne, czyli wszelki regres w rozwoju, apatia, unikanie kontaktów, zachowania autodestrukcyjne.
- Czynniki zewnętrzne, czyli wszelkie niepokojące zachowania opiekunów (np. ignorowanie potrzeb dziecka, niewydolność wychowawcza).
- Przemoc rówieśniczą. W Szaflarach i Nowej Białej wdrożono procedury natychmiastowego rozdzielania stron konfliktu oraz opracowywania działań naprawczych z udziałem rodziców obu stron.

Wiarygodność systemu ochrony opiera się na okresowej weryfikacji skuteczności SOM. W badanych jednostkach wyznaczono osoby odpowiedzialne za monitoring standardów (często pedagogów lub psychologów), do których zadań należy:

- Przeprowadzanie ankiet wśród personelu raz w roku (PCPR i Szaflary) lub co dwa lata (Nowa Biała). Tym sposobem bada się poziom znajomości procedur oraz identyfikuje ewentualne naruszenia zasad bezpiecznych relacji przez pracowników.
- Raportowanie i aktualizacja. Na podstawie wyników monitoringu sporządzany jest raport dla Dyrektora, który wprowadza niezbędne zmiany w Standardach. Procedura aktualizacji odbywa się nie rzadziej niż raz na 2 lata.

Z perspektywy doktoranckiej analizy systemu opieki, mechanizmy monitoringu w Nowym Targu i okolicach napotykają na bariery o charakterze teoretycznoprawnym. Istnieje ryzyko wystąpienia zjawiska „loi-spectacle" (ustawy widowiskowej), gdzie rozbudowany formalizm biurokratyczny i nadmiar dokumentacji (jak np. wielość Kart Interwencji czy ankiet)

przysłaniają realne wsparcie psychologiczne małoletniego. Co więcej, dominujący w Polsce adultyzm i paternalistyczny model władzy rodzicielskiej mogą utrudniać dziecku realne skorzystanie z prawa do wyrażenia opinii w procesie interwencyjnym, co postulował Janusz Korczak. Skuteczność monitoringu wymaga zatem nie tylko wypełniania formularzy, ale i merytorycznego wzmocnienia kadr w zakresie rozpoznawania „ukrytych funkcji" przemocy strukturalnej i instytucjonalnej.

Systemowe wyzwania i bariery wdrażania SOM

Wdrażanie Standardów Ochrony Małoletnich (SOM) w instytucjach powiatu nowotarskiego, takich jak PCPR w Nowym Targu czy placówki w Szaflarach i Nowej Białej, napotyka na szereg barier o charakterze strukturalnym, prawnym i mentalnym. Analiza procesów implementacyjnych pozwala zidentyfikować kluczowe wyzwania, które mogą ograniczać realną skuteczność nowych procedur, sprowadzając je do roli „papierowego bezpieczeństwa".

Głównym wyzwaniem systemowym jest postępująca jurydyzacja życia społecznego, przejawiająca się w nadmiernej wierze ustawodawcy w moc sprawczą tekstów normatywnych. Wprowadzenie SOM wiąże się z ryzykiem powstania tzw. „loi spectacle", czyli regulacji, które mimo szlachetnych założeń, w praktyce służą głównie uspokojeniu nastrojów społecznych i tworzeniu fasadowych struktur ochrony. W placówkach takich jak GOPS czy PCPR, gdzie kadry są obciążone pracą administracyjną, istnieje zagrożenie, że wypełnianie „Karty Interwencji" czy innych dokumentów proceduralnych stanie się ważniejsze od realnego wsparcia psychologicznego i terapeutycznego dziecka. Nadmierny formalizm może prowadzić do sytuacji, w której system funkcjonuje „dla samego funkcjonowania", konsumując zasoby, które powinny trafić do beneficjentów.

Istotną barierą mentalną jest adultyzm, rozumiany jako systemowa dyskryminacja ze względu na wiek, oparta na przekonaniu o wyższości dorosłych nad dziećmi (Burton, Kagan 2005). Mimo deklaratywnego uznania dziecka za podmiot praw, w praktyce instytucjonalnej małoletni często traktowani są jako bierne przedmioty opieki, a nie aktywni aktorzy swoich praw. Standardy wdrażane w Nowym Targu czy Szaflarach muszą mierzyć się z faktem, że głosy dzieci w procesach interwencyjnych są często niesłyszane lub interpretowane wyłącznie przez pryzmat języka dorosłych. Brak rzeczywistej partycypacji dzieci w tworzeniu i monitorowaniu standardów sprawia, że mechanizmy te pozostają jednostronnymi nakazami, a dzieci w sytuacjach marginalizacji pozostają „niewidzialne" dla systemu.

Kolejną barierą jest trwający w polskim prawie konflikt między tradycyjnym paradygmatem władzy rodzicielskiej a nowoczesną dyrektywą dobra dziecka. Polskie orzecznictwo często faworyzuje „prawo rodziców do kontaktów" nawet w sytuacjach dysfunkcyjnych, co może prowadzić do wtórnego krzywdzenia małoletniego. Standardy ochrony małoletnich w PCPR w Nowym Targu starają się operacjonalizować procedury interwencyjne, jednak bez systemowej zmiany terminologii z „władzy" na „odpowiedzialność rodzicielską", organy ochrony pozostają ograniczone w możliwościach szybkiej separacji dziecka od źródła przemocy. Brak toczącego się postępowania karnego bywa niekiedy wykorzystywany jako argument za utrzymaniem więzi z oprawcą, co stoi w sprzeczności ze standardami międzynarodowymi (Stojanowska, Kostek 2018).

Specyfika małych i średnich ośrodków pomocy społecznej (np. w gminach powiatu nowotarskiego) stanowi wyzwanie logistyczne. Małe jednostki, zatrudniające zaledwie kilku pracowników, muszą realizować szerokie spektrum zadań: od świadczeń pieniężnych po specjalistyczną pracę socjalną. Wprowadzenie nowych stanowisk kluczowych dla SOM, takich jak koordynator usług czy specjalista ds. form realizacji, jest w tych warunkach trudne bez systemowego wsparcia ze strony PCPR. Ponadto, koszty operacyjne funkcjonowania systemu opieki są wysokie, a brak realnej konkurencji na lokalnym rynku usług (np. opiekuńczych czy

poradnictwa) sprawia, że jakość świadczonej pomocy może być niesatysfakcjonująca mimo formalnego przestrzegania standardów.
System interwencyjny wciąż boryka się z niską wykrywalnością form krzywdzenia innych niż przemoc fizyczna. Standardy PCPR w Nowym Targu wymieniają szeroki katalog symptomów (psychosomatyka, regres rozwojowy, zaniedbanie), jednak kadry często nie posiadają wystarczających kompetencji diagnostycznych do rozpoznawania przemocy emocjonalnej czy ekonomicznej. Wyuczona bezradność beneficjentów oraz roszczeniowość rodziców stanowią dodatkowy szum informacyjny, który może prowadzić do błędnych ocen sytuacji dziecka. Skuteczny monitoring wymaga zatem stałego doskonalenia kadr i superwizji, co w małych gminach pozostaje rzadkością.

Wnioski
Standardy w Nowym Targu, Nowej Białej i Szaflarach stanowią udaną próbę operacjonalizacji etyki ochrony małoletnich, wprowadzając sztywne reguły tam, gdzie wcześniej panowała uznaniowość. Skuteczność SOM zależy od cyklicznych szkoleń kadr (rekomendowanych co 2 lata w Nowej Białej) oraz wsparcia psychologicznego w procesie interwencji.
Z uwagi na ryzyko biurokracji należy dążyć do uproszczenia procedur, aby sporządzanie Kart Interwencji nie przysłaniało realnej pracy socjalnej i terapeutycznej z dzieckiem. Niezbędne są również zmiany legislacyjne zmierzające do pełnego połączenia władzy rodzicielskiej z odpowiedzialnością za dobro dziecka, co pozwoli sądom na szybszą i skuteczniejszą separację dziecka od źródła przemocy.

Zakończenie
Wdrażanie Standardów Ochrony Małoletnich na przykładzie instytucji powiatu nowotarskiego pokazuje ewolucję polskiego systemu pomocy w kierunku modelu aktywnego gwaranta bezpieczeństwa. Aby jednak SOM nie stały się „loi-spectacle" ich realizacja musi być oparta na autentycznym szacunku dla godności dziecka, zgodnie z postulatami Janusza Korczaka. Kluczowe pozostaje wyważenie między prawami rodziców a nadrzędną zasadą dobra dziecka, która w sytuacjach konfliktu musi mieć bezwzględny priorytet.

Bibliografia
Standardy Ochrony Małoletnich w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Nowym Targu (2024). Załącznik do Zarządzenia nr 4/2024 Dyrektora PCPR w Nowym Targu.
Standardy Ochrony Małoletnich w Niepublicznym Przedszkolu Magiczna Kraina w Nowej Białej (2024).
Standardy ochrony małoletnich przed krzywdzeniem w Gminnym Przedszkolu w Szaflarach (2024).
Stojanowska W., ks. Kostek M. „Dobro dziecka a kolejne nowelizacje Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego" Ius Matrimoniale, (2018) nr 4 (50)
Barankiewicz I., i in. (2021). Dobro dziecka w projekcie Kodeksu rodzinnego, analiza semantyczna pojęcia. „Praca Socjalna", nr 6 (36).
Cichos K. (2022). Zasada dobra dziecka w sytuacji dysfunkcyjnej władzy rodzicielskiej i przemocy wobec dziecka. „Prawo i Więź", nr 3 (41).
Kokoszkiewicz A. (2015). Opieka społeczna jako zadanie państwa. Studium teoretycznoprawne. Lublin: Wydawnictwo Europejskiej Fundacji Przedsiębiorczości.
Korczak J. (1929). Jak kochać dziecko. Dziecko w rodzinie. Warszawa: Wydawnictwo J. Mortkowicza Towarzystwo Wydawnicze w Warszawie.
Liebel M., Markowska-Manista U. (2017). Prawa dziecka w kontekście międzykulturowości. Janusz Korczak na nowo odczytany. Warszawa: Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej.

UNICEF Polska. (2012). Prawa Dziecka. Materiały dydaktyczne dla nauczycieli.
Wojtas-Kalisz A. (2011). Model realizacji usług o określonym standardzie w gminie. Projekt 1.18 „Tworzenie i rozwijanie standardów usług pomocy i integracji społecznej".
Ignaczewski J. (2012). Władza rodzicielska i kontakty z dzieckiem. Wydanie 2, W-wa. https://www.adwokatura.pl/admin/wgrane_pliki/adwokatura-tresc-10367.pdf

FUTURE HUMAN SOCIETY CONFERENCES II. Odolnost člověka a společnosti: Výzvy, přístupy, řešení 2026. [zborník - vedecký] : Recenzovaný sborník příspěvků z mezinárodní vědecké konference konané v Praze, 21. dubna 2026 / Budayová, Zuzana [Zostavovatel, editor, 50%] ; Šimek, Václav [Zostavovatel, editor, 25%] ; Gajdošová, Eva [Recenzent] ; Duda, Małgorzta [Recenzent] ; Neuman , Denisa [Recenzent]. – 1. vyd. – Praha: Eastern University of Management and Education Inc. 2026. 347 s. ISBN 978-80-909857-2-8.

© Vysoká škola sociálních věd a bezpečnosti, zahraniční pobočka Praha
Katolická univerzita v Ružomberku, Teologická fakulta, Teologický inštitút
ve Spišském Podhradí
Uczelnia Nauk Społecznych v Lodži
Uniwersytet Andrzeja Frycza Modrzewskiego v Krakově
Interregional Academy of Personnel Management v Kyjevě

Vydavatelství: Eastern University of Management and Education Inc.
2026 / počet stran: 347 s. / [31,5 AH]
První vydání

doc. PhDr. Mgr. Zuzana Budayová, PhD. (ed.)
prof. u. PaedDr. PhDr. Václav Šimek, PhD., DBA., D.Ed. (ed.)

Toto dílo ani jeho žádnou část nelze reprodukovat, ukládat do informačních systémů nebo jinak rozšiřovat bez souhlasu majitelů práv.

ISBN 978-80-909857-2-8