



**Studie aktivního občanství a
osobní pohody mladých dospělých**

VÝZKUMNÁ ZPRÁVA 2

Institut pro psychologický výzkum
Fakulta sociálních studií Masarykovy univerzity

MUNI
FSS

O studii

Občanské zapojení mladých lidí je často vnímáno pozitivně jako aktivita prospěšná nejen pro společnost, ale i pro jednotlivce. Důraz je kladen na pozitiva, jako například posílení identity a hlasu mladých lidí ve společnosti, rozvoj kompetencí či networking. Méně se však mluví o odvrácené stránce, kterou s sebou aktivismus občas přináší. Občanské zapojení může znamenat mnoho nároků, které každý člověk prožívá jinak. Rozhodli jsme se prozkoumat, jak své občanské zapojení v celé jeho komplexnosti prožívají mladí lidé, kteří jsou zapojeni v různých oblastech queer aktivismu.

Cílů bylo hned několik:

- Na obecné rovině jsme chtěli lépe porozumět tomu, jak se občanské zapojení mladých lidí odráží v jejich pocitu osobní pohody.
- Chtěli jsme porozumět zkušenostem, které mladí lidé s občanským zapojením mají, jak je popisují, co je k aktivitě přivedlo a proč v ní setrvávají, nebo z ní odešli.
- Zajímali nás překážky, které na své cestě popisují, a také různé strategie zvládání těchto překážek.

Abychom tyto jedinečné příběhy zaznamenali co nejpodrobněji, uskutečnili jsme v prosinci 2023 14 rozhovorů s lidmi aktivně zapojenými v queer otázkách.

**PROJEKT JE FINANCOVÁN GRANTOVOU AGENTUROU ČESKÉ REPUBLIKY
(GA22-27941S)**

Text vytvořili:
Zuzana Scott (ona/její)
Simona Hendrychová (ona/on)
Lucie Návrátová (ona/její)

Informace o celém projektu jsou dostupné na:
<https://inpsy.fss.muni.cz/studieobcanstvi>

Vydáno v květnu 2024.

Pro bližší informace nás kontaktujte na:
obcanstvi@fss.muni.cz

Metoda

Pro sběr dat jsme zvolili **polostrukturovaný rozhovor**. Výhodou polostrukturovaného rozhovoru je, že výzkumník má připravený základní seznam otázek, které chce zodpovědět, ale zároveň může být flexibilní a reagovat na reakce respondentů a respondentek tím, že kladené otázky upřesňuje nebo rozvíjí. Tato metoda umožňuje hlouběji porozumět zkušenosti každého respondenta a respondentky a získat komplexní data.

Provedli jsme celkem 14 rozhovorů, ve kterých jsme se zaměřili na 4 oblasti občanského zapojení:

- (1) popis toho, jak se lidé k občanské aktivitě dostali, co byla jejich motivace,
- (2) popis překážek a zdrojů, jinými slovy, co lidem v aktivismu brání a co jim pomáhá,
- (3) jak se tito lidé dívají na společnost a jestli se jejich pohled změnil za dobu, co jsou občansky aktivní,
- (4) co by lidem v jejich snahách pomohlo, co jim chybí.

„Úplně na začátek se asi zeptám, jak váš příběh v občanském zapojení začal, čemu se věnujete a jak jste se k tomu dostal:a? Takový background, ať dobře porozumím tomu, co děláte a také proč je to pro vás důležité.“

„Můžete dělat cokoli, proč děláte právě toto?“
„Může to dělat teoreticky kdokoli, proč to děláte právě vy?“

„Co nebo kdo vám v těchto aktivitách a snahách pomáhá a co vás naopak drží zpět?“

Vzorek



Nábor respondentstva proběhl přes sociální sítě.

Podmínkou pro zapojení byl **věk 18–30 let** a **aktivní občanské zapojení** trvající min. 1 rok (stále trvající, nebo v minulosti). Od respondentstva jsme také získali informace o jejich genderové identitě a o tom jestli pracují, studují, nebo obojí.

Označení	Věk	Genderová identita (oslovení)	Zaměstnání
R1	24	Žena (ona/její)	Pracující studentka
R2	22	Nebinární/MtF (ona/její)	Pracující
R3	22	Žena (ona/její)	Pracující studentka
R4	22	Trans* žena (ona/její)	Pracující studentka
R5	19	Muž (on/jeho)	Pracující student
R6	18	Nebinární (ona/její)	Studující
R7	18	Nebinární trans muž (on/jeho)	Studující
R8	22	Nebinární transmaskulinní (on/jeho)	Studující
R9	26	Trans* žena (ona/její)	Pracující
R10	30	Nebinární (on/jeho)	Pracující
R11	22	Agender (femme presenting) (ona/její)	Studující
R12	27	Trans* muž (on/jeho)	Pracující
R13	20	Žena (demigirl/ fluidní) (ona/její; on/jeho)	Studující
R14	23	Muž (on/jeho)	Pracující student

Děkujeme našemu respondenstvu za ochotu se s námi setkat a podělit se o svoje zkušenosti.

Výsledky

Motivace

Motivace pro občanské zapojení, kterou lidé popisovali, byla různá. Některá pramenila z nespokojenosti se stávajícím stavem a z pocitu určité **nutnosti něco změnit**. Tento pocit, že nemohu nic nedělat, když vidím, že se něco děje, byl přítomen téměř u všech respondentů a repospondentek.

„Vlastně dost na [ten začátek aktivit] mělo vliv to, co se stalo v Bratislavě v Tepláreň, že vlastně nás to tak nějak zasáhlo, asi jako většinu lidí, a tak jsme se nějak rozhodli, že nebudem jenom sedět a zkusíme něco s tím udělat, vytvořit nějaký bezpečnější prostředí, prostě pro nás, pro queer lidi. (...) Já to dělám asi z toho důvodu, že si nějak nedokážu představit jenom přihlížet, když vidím, nebo si myslím, že je něco špatně. (...) Radši to řeknu, i když vím, že za to budou nějaký negativní následky, protože ve mně bylo tak úplně vnitřní tlak a nutnost to říct. Protože jsem viděla, že je něco špatně, tak prostě jsem nemohla mlčet.“ (R6)

Pro některé respondentstvo byly jejich aktivity přímo **spjaty s jejich sebedefinicí**, tedy s jejich identitou. Pro tyto lidi byl aktivismus vyjádřením toho, kým jsou. Bylo pro ně těžké, ne-li nemožné si představit situaci, kdy by s aktivismem museli:y skončit.

„[Kdyby mi to teď někdo zakázal tak] bych asi zkoušela způsoby, jak to dělat jinak. (smích) Bych se to snažila nějak obejít. Kdybych o to přišla úplně, to si asi neumím představit, že jo. Ono už je to natolik jako spojené se mnou i já to mám tolik spojené se sebou, že bych od toho neuměla odejít, ani kdybych musela.“ (R3)

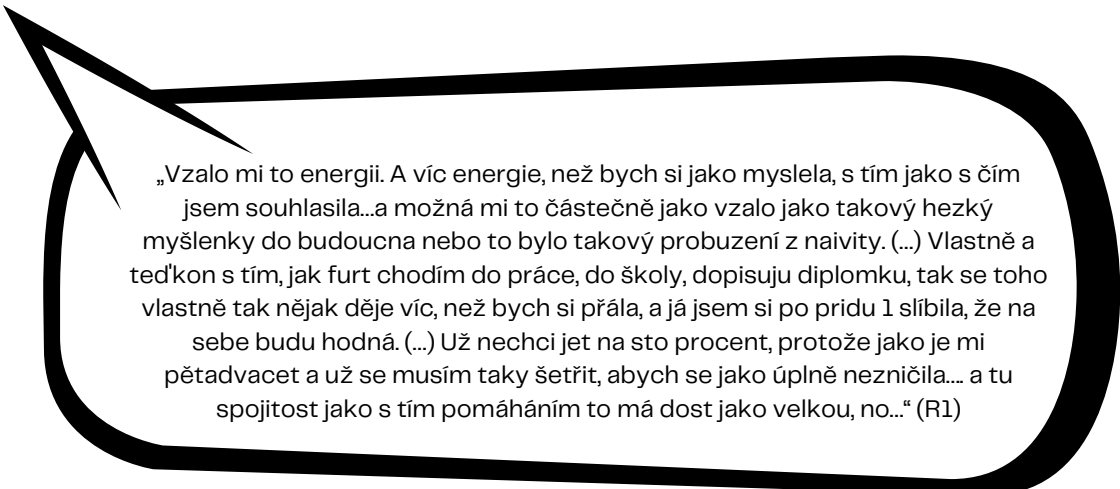
Občanské zapojení bylo pro mnoho lidí zdrojem **seberealizace** a naplňovalo jejich **potřeby smysluplnosti**.

Část respondentstva uváděla negativní emoce jako motivaci pro občanské zapojení. **Hněv nebo naštvaní** z aktuálního fungování systému, zkušenosti s diskriminací, pocíťované utrpení nebo nepochopení byly často zmíněny jako motor aktivismu.

Výsledky

Negativní dopady na well-being

Občanský život s sebou nese spoustu nároků na **individuální kapacity**, jak ty více hmatatelné, jako je například čas a finance, tak i ty méně viditelné, jako například mentální kapacita a motivace. Není proto překvapivé, že čím více času a energie lidé svému aktivismu věnovali, tím více byla ohrožena jejich osobní pohoda.



„Vzalo mi to energii. A víc energie, než bych si jako myslela, s tím jako s čím jsem souhlasila...a možná mi to částečně jako vzalo jako takový hezký myšlenky do budoucna nebo to bylo takový probuzení z naivity. (...) Vlastně a teď kon s tím, jak furt chodím do práce, do školy, dopisuju diplomku, tak se toho vlastně tak nějak děje víc, než bych si přála, a já jsem si po pridu 1 slíbila, že na sebe budu hodná. (...) Už nechci jet na sto procent, protože jako je mi pětadvacet a už se musím taky šetřit, abych se jako úplně nezničila... a tu spojitost jako s tím pomáháním to má dost jako velkou, no...“ (R1)

Lidé v našem výzkumu popisovali různé cíle, kterých svým aktivismem chtějí dosáhnout. Spolu s většími cíli, které si lidé kladli, popisovali i větší pocit nutnosti změny. Zároveň s tím si ale na sebe kladli větší nároky a prožívali častěji větší **vyčerpání**. To jsou pocity, které značně zkreslují a válčují výsledný pocit z vlastní angažovanosti a nedovolují prožití těch pozitivních stránek, jako je například seberealizace, sounáležitost nebo viditelnost změny.

Výsledky

Ochranné faktory pro well-being

Komunita, popsána jako společenství lidí, se kterými se při svých občanských aktivitách setkávám, byla popsána napříč respondentstvem jako nejvýznamnější protektivní faktor. Někdy byli zmíněni konkrétní jednotlivci, někdy se jednalo o víceméně ustálenou skupinu lidí, která se setkává a někdy se jednalo jen o fakt, že vím, že podobnou věc dělá i někdo jiný. Tito lidé poskytovali našemu respondentstvu pocit bezpečí a podpory. Významným zdrojem bylo nejen samotné setkávání, ale i vědomí existence dalších osob, které sdílejí jejich snahu, prožitky a hodnoty.

„Podľa mňa sú to ľudia, čo ti dovedú pomôcť, bez toho aby ti chceli pomôcť. Že tým, že vlastne máme podobné problémy, alebo tak, tak ti dovedú pomôcť bez toho, aby ti pomáhali, len tým, že o tom rozprávajú. A zároveň sú to ľudia, čo sa dovedú s tebou tešiť ak proste nikto iný, pretože iný proste tú podobnú skúsenosť nemá. Takže zdieľajú akoby to najhoršie aj to najlepšie.“ (R10)

I když byla komunita významným zdrojem smyslu, energie a motivace, někteří lidé popsali také tlak a pocit povinnosti, které mohou z komunity vycházet. Na jedné straně se lidé v našem výzkumu na utváření komunity podíleli, na druhé straně byli jejími členy. Vyvažování této **dvojí role** bylo pro ně mnohdy náročné a byli to právě jedinečné mezilidské vztahy, které se v rámci komunity utvářely, které jej mohly ulehčovat.

„Takže, ako by, mňa to zároveň hrozne nabíja, takže, je to, vie to byť v niektorých momentoch vyčerpávajúce, ale vždycky to stretnutie s tými ľuďmi, tie reakcie, či už tam som ako účastník, alebo ako organizátor, alebo ako dobrovoľník, tak, ako by, vždycky ma nabíja späť to, keď tam vidím tých ľudí, aká to je tam zábava, aj keď deň predtým som nešťastný, tak, tam už jsem v pohode a šťastný.“ (R8)

Dalšími faktory chránícími osobní pohodu mladých aktivistů a aktivistek bylo jejich vlastní **povědomí o svých možnostech**, aktivní nakládání s nimi a realističnost v naplňování cílů. Lidé popisovali **odpočinkové a sebe-upřednostňující aktivity** jako důležitou součást udržitelného aktivismu. Důležitým se také ukázalo **rozložení sil mezi další lidi**, se kterými naše respondentstvo spolupracovalo a více konkrétní nastavení nároků předem.

Hlavní poznatky

Občanskou aktivitu respondentstvo nejčasteji popisovalo jako reakci na vnímanou nespravedlnost a také jako určitou formu sebevyjádření. Pokud lidem jejich aktivity dávaly pocit **smysluplnosti**, viděli **konkrétní změny**, jakkoli malé či velké, tak měli chuť v aktivitách pokračovat.

Negativní dopad aktivismu byl nejvíce spojen s nároky, které s sebou aktivismus nese. Tyto nároky byly především organizačního a emočního charakteru. Motivace ke změně, kterou většinou vnímáme pozitivně, se může v některých případech obrátit a začít fungovat „proti“ lidem, protože je žene do nelehké situace, kdy jsou motivovaní v aktivitách pokračovat, ale zároveň pro ně jejich aktivismus přestává být únosný. Dopady na well-being popsali respondenty a respondenti na spektru od únavy přes problémy se spánkem až po vyhoření a hospitalizaci.

Jako nejvýznamější faktor chránící well-being se napříč rozhovory ukázala být **komunita** lidí s podobným cílem. I když lidé popisovali nároky spojené s aktivismem jako vycházející právě z komunity, byla to přítomnost a podpora ostatních lidí, která dávala našemu respondentstvu pocit smysluplnosti jejich práce.

Dalším významným faktorem přispívajícím k udržitelnému aktivismu byla **realističnost v rozložení vlastních sil** a zvážení svých možností v daném okamžiku.

