

Prožívání situační úzkosti u dětí staršího školního věku ve školním a mimoškolním prostředí

Karolína Ožvoldová

Bakalářská práce
2020



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2019/2020

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: Karolína Ožvoldová
Osobní číslo: H17669
Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Sociální pedagogika
Forma studia: Prezenční
Téma práce: Prožívání situační úzkosti u dětí staršího školního věku ve školním a mimoškolním prostředí

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti úzkostných poruch, sociálních fobií a sociálního kontextu chování dětí.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování bakalářské práce: **Tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

DRVOTA, Stanislav. *Úzkost a strach*. Praha: Avicenum, 1971, 275 s.

KAST, Verena. *Úzkost a její smysl*. Praha: Portál, 2012, 235 s. Spektrum. ISBN 978-80-262-0160-1.

MORSCHITZKY, Hans a Sigrid SATOR. *Deset tváří úzkosti: svépomocný program v sedmi krocích*. Praha: Portál, 2014, 254 s. Spektrum. ISBN 978-80-262-0688-0.

PRAŠKO, Ján. *Úzkostné poruchy: klasifikace, diagnostika a léčba*. Praha: Portál, 2005, 413 s. ISBN 80-7178-997-6.

WOLF, Doris. *Jak překonat strach, úzkost, paniku, fobie*. Praha: Grada, 2018, 205 s. ISBN 978-80-271-0618-9.

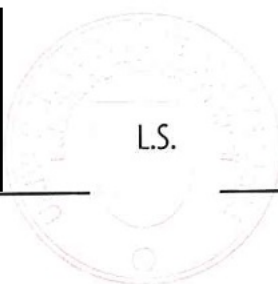
Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Karla Hrbáčková, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **4. října 2019**

Termín odevzdání bakalářské práce: **30. dubna 2020**



Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan



doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval.
V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 6.4.2020



1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací;

(1) Vysoká škola nevýdělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlášení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užíje-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

3) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užit či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlídí k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

ABSTRAKT

Bakalářská práce se zabývá prožíváním situační úzkosti u dětí staršího školního věku ve školním a mimoškolním prostředí. Práce je dále rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část objasňuje pojmy úzkost, strach, fobie, starší školní věk a školní a mimoškolní prostředí. Praktická část je tvořena kvantitativním výzkumem. Výzkum byl realizován pomocí dotazníkového šetření na dvou základních školách.

Klíčová slova: úzkost, strach, fobie, starší školní věk, školní prostředí, mimoškolní prostředí

ABSTRACT

This bachelor thesis deals with the experiencing situational anxiety among older school children in school and outside school environment. The thesis is further divided into the theoretical and empirical part. The theoretical part explains the concepts of anxiety, fear, phobia, older school age and school and outside school environment. The empirical part consists of quantitative research. The research was carried out using a questionnaire survey at two primary schools.

Keywords: anxiety, fear, phobia, older school age, school environment, outside school environment

Ráda bych touto cestou chtěla poděkovat své vedoucí Mgr. Karle Hrbáčkové, Ph. D. za vedení mé bakalářské práce a za poskytnutí cenných rad a odborných doporučení při zpracovávání této práce. Také bych chtěla poděkovat svým blízkým a zejména svému příteli za podporu během celého studia.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD	10
I TEORETICKÁ ČÁST	11
1 ÚZKOST, STRACH, FOBIE	12
1.1 SOCIÁLNÍ FOBIE	14
1.2 SPECIFICKÉ FOBIE	15
1.3 ŠKOLNÍ FOBIE	17
2 STARŠÍ ŠKOLNÍ VĚK	18
2.1 PSYCHICKÝ A FYZICKÝ VÝVOJ V OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ	18
2.2 ROZVOJ MYŠLENÍ V OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ.....	23
3 VLIV PROSTŘEDÍ NA JEDINCE	25
3.1 RODINNÉ PROSTŘEDÍ	26
3.2 ŠKOLNÍ PROSTŘEDÍ.....	28
3.3 MIMOŠKOLNÍ PROSTŘEDÍ	30
3.3.1 VRSTEVNICKÉ SKUPINY	31
II PRAKTICKÁ ČÁST	33
4 METODOLOGIE VÝZKUMU	34
4.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM.....	34
4.2 VÝZKUMNÉ CÍLE	35
4.3 VÝZKUMNÉ OTÁZKY	35
4.4 VÝZKUMNÝ SOUBOR.....	36
4.5 TECHNIKA SBĚRU DAT	38
4.6 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT	41
5 VÝSLEDKY VÝZKUMU A ANALÝZA	42
5.1 JAKÁ JE INTENZITA A ČETNOST STRACHŮ U DĚTÍ V OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ?	42
5.2 JAKÁ JE INTENZITA A ČETNOST STRACHŮ V JEDNOTLIVÝCH OBLASTECH U DĚTÍ V OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ?	47
6 SHRUTÍ VÝSLEDKŮ	53
7 ZÁVĚREČNÁ DISKUZE	56
ZÁVĚR	58
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	59
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	63
SEZNAM OBRÁZKŮ	64
SEZNAM TABULEK	65
SEZNAM GRAFŮ	66

SEZNAM PŘÍLOH.....	67
---------------------------	-----------

ÚVOD

Dnešní doba je pro děti velmi stresující, jelikož se v každodenním životě střetávají s rozrušujícími situacemi a podněty, které v nich mohou vyvolávat úzkostlivé pocity a obavy z nejrůznějších okolností. Zejména děti v období dospívání jsou na tyto situace velmi senzitivní, jelikož velmi dynamicky procházejí biologickými a psychickými změnami, které jsou pro toto vývojové období typické. Děti prochází komplexní proměnou osobnosti v různých oblastech. Dospívání je životní fází, kdy jedinec hledá svoji identitu a musí zvládnout svoji proměnu. Jedná se zejména o proces, kde se proměňuje způsob uvažování jedince, pubescent se osamostatňuje od rodičů a velký význam pro něj mají vrstevníci. (Vágnerová, 2005, s. 321-323) Právě v tomto období děti mohou procházet značnými obavami a strachem ze života, proto je velmi důležité mít povědomí, co děti staršího školního věku prožívají a jaké jsou jejich pocity. Včasnou prevencí a pozorováním dítěte můžeme rovněž předcházet rozvoji sociálně-patologických jevů (šikana, záškoláctví a užívání návykových látek).

V teoretické části bakalářské práce se v první kapitole zaměříme na pojmy úzkost, strach a fobie, kde vymezíme sociální, specifické a školní fobie. Ve druhé kapitole se budeme zabývat vývojovým obdobím staršího školního věku, na které se v této práci zaměřujeme, a to především sociálními, psychickými a tělesnými změnami jedince. Ve třetí kapitole rozebíráme vliv prostředí na jedince, jelikož rodinné a školní prostředí mají bezesporu zásadní vliv na utváření myšlení a uvažování dítěte. Uvádíme zde také mimoškolní prostředí, které je významným prostředím, které formuje psychiku dítěte. Vrstevnická skupina je totiž sociální skupinou, která ovlivňuje život jedince a přispívá ke zdravému psychickému vývoji.

V empirické části se zaměříme na to, jaké jsou nejčastější a nejsilnější strachy u dětí staršího školního věku. Výzkumný soubor tohoto výzkumu tvoří žáci 6. a 7. ročníků základních škol v Jihomoravském kraji. Na začátku empirické části si stanovíme výzkumné cíle, na které navazují výzkumné otázky. Výsledky budeme zjišťovat pomocí kvantitativního výzkumu prostřednictvím dotazníkového šetření. V závěru této bakalářské práce objasníme výsledky výzkumného šetření a závěrečnou diskuzi, kde uvedeme využití získaných výsledků.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 ÚZKOST, STRACH, FOBIE

Strach a úzkost považujeme za běžné emoce, které mají za normálních situací nezastupitelný ochranný význam. Úzkost lze specifikovat jako nepříznivý emoční stav, jehož původ není možné přesněji určit. Je známo, že je často doprovázena vegetativními příznaky, což znamená, že po delší době to může vést k únavě nebo i vyčerpání. Úzkost se vyznačuje rozporuplnou mnohoznačností. Neustále jedince provází a vyvolává v něm nepříjemné pocity. Úzkost, která se vyskytuje dlouhodobě, může být později i trvalá. Úzkost je spojena s paralyzujícími pocity, může vést k úniku a je spojena se slabostí. (Smolík, 2002, s. 250-251) Úzkost často doprovází i bezmocnost a člověk danou situaci považuje za nezvládnutelnou. Toto může platit např. pro sociální a výchovně-podmíněnou úzkost, jelikož původ těchto úzkostí můžeme hledat v blízkém prostředí dítěte. Takové úzkosti zasahují do individuality dítěte a negativním způsobem ovlivňují sebedůvěru a jistotu dítěte. (Rogge, 1999, s. 17)

Fobie je iracionální (neuvážený) strach ze situací a okolností, při kterých většina lidí strach nemá. Jedinci, kteří prožívají tyto strachy, si většinou uvědomují, že jsou tyto obavy přehnané. Dále se však vyhýbají těmto situacím nebo je prožívají s velkým strachem. I prostá myšlenka může vyvolat anticipační úzkost. (Praško, 2005) Fobie tedy s úzkostí a strachem úzce souvisí. Je to strach z objektů nebo myšlenek, které většinou žádné obavy nezpůsobují. Jedinec ví, že je tento strach naprosto zbytečný, avšak i přesto se nemůže přemoci. Pacient se vyhýbá problémovým okolnostem, jelikož čím blíže je vystaven takové situaci, tím více se strach stupňuje. S těmito pojmy jsou úzce spojeny panické ataky, jedná se o vracející se ataky strachu, které přicházejí ve spojení s tělesnými symptomy (bušení srdce, nevolnost, závratě a bolesti břicha). (Wolf, 2018, s. 21)

Strach je emoční a fyziologická odpověď na rozpoznatelné ohrožení. Na rozdíl od úzkosti tedy trvá jen po dobu tohoto nebezpečí. Častokrát jsou tyto pojmy pacienty zaměňovány, jelikož úzkost a strach jsou doprovázeny stejnými pocity a příznaky. Míra úzkosti je různá, může se stupňovat od mírného neklidu až po stav paniky. I průběh úzkosti je u jednotlivých pacientů velmi různorodý. U někoho se může rozvinout během několika sekund, minut, hodin nebo i dnů a měsíců. Úzkost rozlišujeme na spontánní, situační nebo anticipační. Pokud se úzkost rozvíjí náhle, bývá nazývána spontánní úzkost, při velké intenzitě však také spontánní panika. Jestliže se objevuje pouze za jistých okolností a je možné její vznik předvídat, jedná se právě o situační nebo fobickou úzkost. Při velké intenzitě mluvíme o situační nebo fobické panice. Avšak rozvine-li se úzkost pouze při myšlence na danou

okolnost, jedná se o anticipační úzkost či anticipační paniku. Obvykle je velmi těžké najít mezi jednotlivými poruchami s úzkostí a strachem určitou odlišnost, ale je důležité se alespoň pokusit o přesnější diferenciaci, jelikož specifita terapeutických postupů je pro některé druhy úzkostných poruch velmi podstatná. (Smolík, 2002, s. 251)

Naopak Freud se zabývá realistickou, neurotickou a morální úzkostí. Realistická úzkost je adekvátní reakce na reálně ohrožující situace ve vnějším světě. Neurotická úzkost je však nepřiměřená objektivnímu nebezpečí a morální úzkost souvisí s porušením rodičovských norem. (Praško, 2005, s. 24) Vymětal uvádí (2004, s. 11-12), že mezi pojmy úzkost a strach není jasně daná hranice. Strach je vymezen jako nežádoucí zážitek vázaný na určitý předmět nebo situaci, který v jedinci vzbuzuje obavu z ohrožení. Jedná se tedy o reakci na nebezpečnou situaci a má signální a obrannou funkci. Strach je pocit, který je doprovázen konkrétním ohrožením. Může vést k útěku, a dokonce i k boji. Strach nám jasně ukazuje, že si jedinec uvědomuje přítomné nebezpečí a chce se ochránit. Úzkost je velmi podobná pocitu strachu. Je to nepříjemný pocitový stav, který bývá většinou vyvolán vágním nebo nejasným nebezpečím. Tento stav je doprovázen tělesnými reakcemi, které vstupují do dění tehdy, kdy se probudí již zmiňovaný strach.

Příčiny strachu a úzkosti mohou být různé, a to například:

- Neurologické poruchy – nádory mozku, migréna a epilepsie
- Systémová onemocnění – kardiovaskulární nemoci, hypoxie a anémie
- Endokrinní poruchy – dysfunkce hypofýzy, štítné žlázy a nadledvin
- Záněty
- Jiné stavy – premenstruační syndrom, hypoglykémie
- Frustrace či stres
- Imitace úzkostných projevů rodičů

Léčba úzkostí může být farmakologická, kdy se postiženým podávají vhodné léky, ale též psychologická, kde se uplatňuje například skupinová terapie, kognitivně-behaviorální terapie a orientace na získání vhledu. (Smolík, 2002, s. 252-253)

1.1 SOCIÁLNÍ FOBIE

Sociální fobie znamená strach a následné vyhýbání se určitým situacím. Jedná se o situace, kdy člověk může být bezprostředně pozorován a hodnocen cizími lidmi. Tato fobie má mnoho forem, a to např. strach ze psaní před druhými, ale také ze setkávání s neznámými lidmi. Bezesporu do této kategorie řadíme i mluvení na veřejnosti. Lidé trpící tímto strachem jsou přesvědčeni, že si ostatní všimají jejich projevů a na základě toho je hodnotí a posuzují. Zastávání tohoto názoru jejich úzkost ještě více posiluje. (Praško et al., 2008, s. 23)

Charakteristickým znakem pro sociální fobii je výrazná anticipační úzkost, která obvykle směřuje k jisté formě vyhýbavého jednání. Člověk trpící sociální fobií má obavu ze zkoumavých pohledů ze strany druhých lidí, dále strach ze ztrapnění, zesměšnění a z projevení příznaků úzkosti před druhými. Mezi příznaky úzkostného jednání patří červenání se, nadměrné pocení, třes rukou atd. (Praško et al., 2006, s. 35)

Vznik sociální fobie můžeme zaznamenat již v období puberty, ale i dříve. Jak už bylo zmíněno, jedinec se soustřeďuje na strach z pátravých pohledů cizích lidí, což vede ke stranění se ze společenského prostředí. Fobické situace lze rozdělit na konkrétní (tj. omezující se na mluvení na veřejnosti, konzumování jídla nebo scházení se s lidmi opačného pohlaví) a na difuzní (tj. obsahující takřka všechny sociální situace mimo okruh rodinného prostředí). (Praško et al., 2008, s. 23)

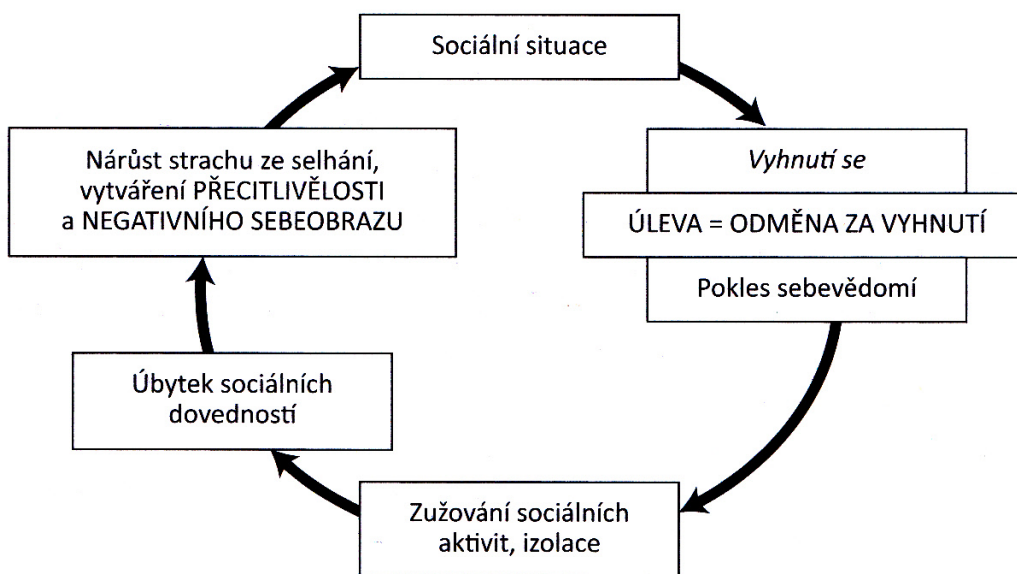
Sociální fobie je většinou spojena s nízkým sebehodnocením a strachem z hodnocení. Řada lidí si stěžuje na různé příznaky spojené s touto fobií – např. na červenání, na třes rukou, na potíže při pohledu z očí do očí, na pocity na zvracení nebo nutnou potřebu močit. Jedná se však o vedlejší příznaky úzkosti. Mnoho jedinců si často myslí, že toto je hlavní problém, který je omezuje. (Praško et al., 2006, s. 35)

Lidé se vyhýbají sociálním situacím a v extrémních případech můžeme mluvit i o sociální izolaci. Jedinec se později nemůže začlenit do společenského prostředí a života. (Praško et al., 2017, s. 20)

Mezi obávané situace řadíme například dialog s autoritou, telefonování, projevení se v menší skupině osob. Dále seznamování se s novými lidmi, psaní před druhými a v neposlední řadě situace, kdy jsme terčem posměchu. Pacienti reagují na tyto nepříjemné okolnosti většinou třemi způsoby chování:

- Fyziologicky: bušení srdce, zrudnutí, svalové vypětí či ochablost, nadměrné pocení, třesení, zrychlené dýchání atd.

- Behaviorálně: pobíhání, nemluvnost, rychlá a nesrozumitelná řeč, vyhýbaní se sociálním situacím, zadržávání, ošívání se, odcházení z místa a přešlapování.
- Subjektivně:
 - a) Myšlenky vyvolávající úzkostné pocity.
 - b) Emoce jako strach, bezmoc, stud, hněv a úzkost. (Praško et al., 2017, s. 21-22)



Obrázek 1 – Bludný kruh vyhýbavého chování a jeho důsledků (Praško et al., 2017, s. 75)

1.2 SPECIFICKÉ FOBIE

U specifických (izolovaných) fobií převládá iracionální strach ze specifického objektu či situace. Postižený se snaží těmito nepříznivým okolnostem uniknout. Specifické fobie můžeme rozčlenit do tří základních kategorií, a to na:

- Situační fobie – strach z uzavřených prostor, z létání, z blesků a výšek
- Fobie ze zvířat – nejčastěji se jedná o pavouky, hady a myši
- Fobie z poranění – pohled na krev, injekce, zubní vyšetření apod.

Tyto fobie se vyskytují častěji u žen než u mužů a většinou vznikají již v dětství. Specifické fobie se často vyskytují v rodinách pacientů, jelikož se může jednat o imitaci chování blízké osoby. Postižení touto fobií mají často řadu dalších iracionálních představ, které lze ze

začátku velmi lehce přehlédnout. Je však možné na nich v průběhu psychoterapie pracovat. (Vymětal, 2007, s. 70)

Specifické fobie se mohou týkat také specifických situací jako je tma, uzavřené prostory, močení nebo defekace na veřejných záchodech, požívání určitých jídel a obava z určitých onemocnění. Fobie z nemoci je v dnešní době ku příkladu nemoc ze záření a pohlavní nemoci AIDS. Spouštěč situace může být velmi nenápadný, ale v mnohých případech může vyvolat paniku. Je doporučováno zahájit co nejdříve léčbu. Příčina strachu je různá, avšak stav úzkosti je vždy doprovázen třemi složkami – tělesnými příznaky úzkosti, obávanými myšlenkami a vyhýbavým jednáním. (Praško et al., 2006, s. 34) Specifické úzkosti vznikají již v dětství. Děti hodnotí určité situace zkresleně a vnímají je zbytečně jako nebezpečné. Specifické úzkosti mohou být zapříčiněny i traumatickými prožitky (pokousání psem, autonehoda) nebo biologickým vývojem (strach ze zvířat, tmy, výšek a bouřek). (Morschitzky et al., 2014).

Moderní přístup rozlišuje (podle Americké psychiatrické asociace) specifické fobie do subtypů na přírodní, kdy se jedná o obavu z přírodních jevů, kam spadá strach z vody, ze tmy, bouřky a velmi specifická fobie je z výšky mraků. Jak již bylo uvedeno, tyto fobie vznikají v dětství nebo dospívání. Dále moderní pojetí zařazuje fobii ze zvířat, kam patří strach z brouků, vos, hmyzu, ptáků, psů, pavouků, myší, koček, koní atd. Pro fobii ze zvířat je specifické, že se projevuje v časnějším věku jako již uvedená fobie z přírodních jevů. Děti se bojí různých zvířat, to je však zcela běžné. (Praško et al., 2008, s. 17-19)

Fobie se určuje v případě, kdy je strach vysoce intenzivní a ovlivňuje fungování jedince ve všech sférách života a trvá obvykle více než 6 měsíců. Fobie z injekcí, krve a zranění je také velmi častá. Postižený se vzdaluje lékařům, nemocnicím a jiným odborníkům. Fobie se opět vyvíjí v dětství a je spojena s pocitem na omdlení. Dle současného pojetí je zařazena i situační fobie, kde se nachází fobie z řízení auta, z cestování dopravními prostředky, z uzavřených, otevřených, přeplněných či malých prostor a tunelů. Tyto fobie se vyskytují kolem 20 let. Toto základní dělení bývá rozšířeno i o další fobie jako strach z konkrétních zvuků, hudby, ze zvracení, dušení se, ze sněhu a určitých pokrmů. (Praško et al., 2008, s. 17-19)

Sociální a specifické fobie tedy patří mezi fobické úzkostné poruchy. Smolík (2002, s. 253) definuje fobické úzkostné poruchy jako duševní poruchy, při nichž je úzkost, často přecházející v paniku, vyvolávána většinou určitými situacemi, které v daném okamžiku nejsou ohrožující. Následkem je vyhýbání se těmto situacím nebo jejich překonávání, které je doprovázeno obavami a strachem z daných okolností. Fobie tedy znamená přenesenou

úzkost neboli úzkost, jež je propojena s určitou představou a nutí jedince k jistým činnostem (např. nutí k umytí) nebo naopak k vyhýbaní se těmto situacím (např. nepoužívat výtah). (Rogge, 1999, s. 17)

Například Praško (2013, s. 461) uvádí, že pacient se zaměřuje pouze na jednotlivé příznaky, jako je palpitace nebo pocit na omdlení. Často jsou též spojeny s druhotným strachem ze smrti, zešlání nebo ztráty sebeovládání. Jak již bylo zmíněno, pouhé myšlenky vzbuzují u pacientů anticipační úzkost. Mluvíme o iracionálním strachu s typickou zneschopňující úzkostí, kde se mohou občas objevit i záchvaty paniky. Jedinec se vyhýbá specifickému objektu nebo situaci vzbuzující v něm strach. Rozlišujeme tři důležité složky fobických úzkostných poruch, a to anticipační úzkost, která omezuje možnost konfrontace s fobickým podnětem. Dále jádrový strach samotný a vyhýbavé chování, kterým se jedinci snaží úzkost snižovat.

1.3 ŠKOLNÍ FOBIE

Kromě specifických a sociálních fobií se u dětí vyskytují i školní fobie. Děti nechtějí chodit do školy a mají z ní strach. Když si vzpomenou na školu, bolí je břicho a trpí poruchami spánku. Pokud dítě zůstane doma, tyto příznaky většinou odezní. Tyto pocity jsou často spojeny se špatnými zkušenostmi ve škole (posmívání, strach z neúspěchu a selhání). (Rogge, 1999, s. 17) Hlavním příznakem školních fobií je, že dítě odmítá chodit do školy a trpí nadměrným strachem ze školního prostředí. (Pugnerová et al., 2016, s. 120) Jedná se tedy o specifické situace ve školním prostředí. Dítě se bojí např. vlastního selhání ve škole. U školních fobií je důležité zhodnotit, zda jsou tyto strachy opodstatněné (výskyt šikany, nadměrná přísnost učitele). (Říčan et al., 2006, s. 228)

Škola tedy může představovat velmi stresující prostředí. Zdrojem úzkosti mohou být učitelé, spolužáci, rodiče, ale také požadavky na výkon dítěte. Dalšími zdroji úzkosti mohou být i nepochopení učiva nebo kooperace se spolužáky a vycházení s učiteli. Všechny tyto situace, se kterými se dítě ve školním prostředí setkává, mohou vyvolávat úzkostlivé pocity. Dítě pak vnímá školu jako negativní prostředí. (Čáp et al., 2007, s. 527) Školní fobie by se měly řešit co nejdříve. Dítě se musí vrátit zpět do školy nebo být hospitalizováno na psychiatrickém oddělení. V úvahu připadá také změna školy, toto však nebývá úspěšné řešení a strach se spíše prohlubuje. (Pugnerová et al., 2016, s. 120)

2 STARŠÍ ŠKOLNÍ VĚK

Školní věk či období základní školy rozdělujeme na tři následující etapy:

- Raný školní věk probíhá od nástupu do školy, tj. přibližně od 6-7 let do 8-9 let. U dětí nastává změna životní situace a vývojové změny, které jsou spojeny s pohledem na školu jako vzdělávací instituci.
- Střední školní věk probíhá od 8-9 let do 11-12 let věku dítěte. Je to doba, kdy dítě nastupuje na 2. stupeň ZŠ. Začíná dospívat jak po psychické, tak po fyzické stránce. Dochází tedy k velkým změnám v osobnosti jedince, které jsou sociálně a biologicky podmíněny. Je to příprava na dospívání.
- Starší školní věk následuje po období středního školního věku. Trvá do ukončení povinné školní docházky, a to asi do 15 let. Jedná se o období pubescence. (Vágnerová, 2000, s. 148) Období staršího školního věku lze rozdělit na prepubertu a pubertu. Jedná se o dynamickou fázi a proměnu v životě člověka. Dochází k proměně dítěte v dospělého jedince. Prolíná se tělesný a psychosociální rozvoj, který je charakteristický psychickou labilitou a zranitelností. Tělesný vývoj předchází psychosociálnímu dospívání. (Vymětal, 2003, s. 42)

2.1 PSYCHICKÝ A FYZICKÝ VÝVOJ V OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ

Starší školní věk lze charakterizovat jako období dospívání či puberty. Probíhá tedy duševní dospívání, což znamená, že dochází k narůstání a zrání duševních funkcí dítěte, které se nyní rozvíjejí. (Matějček et al., 1998, s. 145) Starší školní věk spadá do období dospívání. V biologickém smyslu je období dospívání definováno široce, a to jako životní úsek, pro který je charakteristické pohlavní zrání a tělesný růst. U dětí staršího školního věku dochází však i k řadě důležitých psychických změn. Biologické zrání se tedy souběžně prolíná i s duševním vývojem jedince. V tomto období se projevují nové pudové tendence, celková emoční nestálost a také nástup vyspělého způsobu myšlení. Dochází také k novému společenskému zařazení jedince. (Langmeier et al., 2006, s. 142)

U dětí staršího školního věku se kromě nového způsobu myšlení významně vyvíjí i emocionální prožívání. Citové prožitky se prohlubují a přibývá vyšších citů. Časná adolescence, tj. doba pohlavního zrání, je charakteristická pro emoční labilitu. Jedinec má sklony k negativnímu myšlení a častým změnám nálad. Emoční rozkolísanost souvisí

s hormonálními změnami, se zvýšenou mírou sebestřednosti a sebereflexe. Puberta ale nemusí být vždy dramatickým a bouřlivým obdobím, které doprovázejí pocity strachu. Je důležité brát v potaz individuálně typologické odlišnosti. Důležitou úlohu též hrají sociální a kulturní aspekty, stejně jako způsob výchovného stylu v rodině. Faktor výrazně ovlivňující průběh puberty je i pohlaví pubescentů. (Macek, 2003, s. 47-48)

Matějček et al. (1998, s. 143) vymezuje období staršího školního věku jako období dospívání, které probíhá od 10 do 15 let. Jedinec prožívá fázi prepuberty a puberty. Tento úsek života bývá srovnáván s kojeneckým obdobím, jelikož jedinec prochází velmi rychlým vývojem a důležitost tohoto období je nesporná. Odehrávají se fyziologické a psychické procesy v organismu dítěte. Pro tuto fázi je charakteristický zejména vývoj sexuální. Probíhá tedy proces dospívání. Čačka (2000, s. 226-227) uvádí, že puberta je spojována s celou řadou vnitřních rozporů jedince. Patří sem například fyzická a psychická nevyváženost, dále rozdíly v psychickém a fyzickém vývoji. Disharmonie postihuje i do té doby vyrovnanou psychiku dítěte. Dítě je v tomto období značně zmatené a všechny jistoty jsou změněny na nejistoty. Dospívající se zajímá o svůj vlastní duševní stav a vývoj. Nejistota a vnitřní napětí je doprovázeno labilitou nálad, apatií, depresí, úzkostí, neklidem a poruchami soustředění či spánku. Vágnerová (2005, s. 237) vymezuje starší školní věk jako období 2. stupně základní školy, které trvá do ukončení povinné školní docházky, většinou to je do 15 let věku dítěte. Starší školní věk je z biologického hlediska popisován jako období pubescence, tj. první fáze dospívání.

Matějček et al. (1998, s. 143) říká, že dospívání je proces individuální a je velmi obtížné určit věkové rozmezí. Přichází zhruba mezi 10. a 19. rokem u chlapců a u dívek to bývá většinou dříve, a to mezi 8. až 18 rokem života. Pubertální změny začínají někdy velmi brzy a v jiných případech zase o něco později. Langmeier et al. (2006, s. 142) uvádí, že sociální, psychické a tělesné změny probíhají souběžně. Jedinec vidí na svém těle mnoho změn a touží po uznání ze strany dospělých. Jeho duševní vývoj je doprovázen nejistotou a úzkostí. Mladistvý je ovlivňován výchovným stylem rodičů, názory učitelů a dalšími osobami, které pro něj představují vzor. Dospívání je velmi individuální záležitostí. Pubertální změny probíhají u každého zcela odlišně. U některých dětí neprobíhají žádné změny pohlavního zrání, avšak jejich myšlení začíná být abstraktní. U jiných jedinců naopak dochází dříve k pohlavnímu vývoji, ale jsou intelektuálně a emočně zaostalí. (Langmeier et al., 2006, s. 143)

Pojem dospívání je někdy chybně zaměřen pouze na sexuální vývoj dítěte. Vývoj sexuality je sice velmi rychlý a nápadný, ale není to jediný prvek, na který by měla být zaměřena pozornost. (Matějček et al., 1998, s. 143) S tělesným vývojem je také spojeno psychické a sociální vyspívání. Většinou to probíhá ve vzájemné souvislosti, avšak nelze to brát jako pouhou podmíněnost. U některých pubescentů můžeme vidět výrazný nesoulad v jejich vývoji. Například sociální infantilita, intelektová, citová a sociální nevypělost. Někteří pubescenti vypadají po fyzické stránce asexuálně a sexuální život je vůbec nezajímá, ale po intelektuální stránce jsou velmi vyspělí a dokáží čelit obtížným psychickým operacím, kdy jsou schopni používat abstraktní uvažování, dokáží rozebírat složité sociální situace a hledají vhodné alternativy. (Jedlička, 2017, s. 181) Obecně se uvádí, že puberta je období konfliktů s dospělými a autoritami. Toto tvrzení však platí asi jen u 50 % dospívajících. Je to podmíněno různými faktory, zejména vztahem a přístupem dospělých k dospívajícím. Měli by se vyvarovat ponižování a zesměšňování dospívajících, ale také by měli respektovat jejich individualitu. Nestálost mladého věku je podmíněna psychickými, biologickými a sociálními faktory. (Čačka, 2000, s. 226)

Langmeier (2006, s. 143) vymezuje období pubescence do dvou fází, které probíhají asi od 11 do 15 let, a to:

- Fáze prepuberty (první pubertální fáze): V této fázi zaznamenáváme první náznaky pohlavního dospívání, zejména co se týče výskytu prvních sekundárních pohlavních znaků a rychlého růstu. U dívek tato fáze probíhá většinou od 11 do 13 let a u chlapců je fyzický vývoj opožděn zhruba o 1-2 roky.
- Fáze vlastní puberty (druhá pubertální fáze): Tato fáze je přirozeným pokračováním prepuberty. Nastupuje po jejím dokončení a trvá do dosažení reprodukční schopnosti. První menstruace jsou většinou nepravidelné a anovulační. Pravidelný ovulační cyklus se tedy ustálí až za nějakou dobu, většinou za 1 až 2 roky po zahájení menzes. I u chlapců je reprodukční schopnost plně vyvinuta až po určité době. Období vlastní puberty lze tedy vymezit věkem 13-15 let.

Erikson však dobu dospívání charakterizuje jako fázi hledání a vytváření vlastní identity. Jedinec má tendenci překračovat pomezí aktuální reality a snaží se o sebeurčení. Při budování vlastní identity hraje důležitou úlohu přechodné stádium tzv. skupinové identity. V tomto období je podstatné, jaký vzor a cíl si pubescent ve své mysli vytvoří. Identitu formuje i profesní role, ke které se dospívající uchyluje. Během rozhodování o životním

směru se ukazuje i míra jeho identifikace s rodinou a hodnotami a normami, které uznává. (Musil, 2006, s. 48) Formování vlastní identity je podmíněno jak subjektivně, tak objektivně. Rozlišujeme mezi osobním a sociálním pojetím identity. Osobní aspekt vychází zejména z intimní sebereflexe a sebehodnocení. Je důležité, aby si jedinec uvědomoval svou vlastní jedinečnost a neopakovatelnost. Odpovídáme si na otázku „kdo jsem“. Naopak sociální aspekt identity znamená pocit začlenění a stálosti ve vztazích i v čase. Zde si odpovídáme na dotazy jako „kam patřím“, „odkud pocházím“, „čeho jsem součástí“ a „kam směřuji“. (Macek, 2003, s. 62-63)

Freud nazval období dospívání genitálním stádiem. Dle něj dochází k oživení sexuálního pudu, a to zcela na jiné úrovni než dříve. Objektem sexuálních potřeb již není člen rodiny, a tak nejde o incestní orientaci. Změnu v charakteru jedince lze zaznamenat i ve vztazích. Pubescent je méně egocentrický, není zaměřen jen na vlastní touhy, má tedy snahu ve vztahu uspokojit i potřeby druhých a něco jim poskytnout. (Musil, 2006, s. 48)

Začátek puberty je nesporně spojen s fyziologickými změnami. Jak už bylo zmíněno, z biologického hlediska je toto období u dívek spjato s první menstruací a u chlapců s prvními ranními polucemi. U chlapců a dívek můžeme jednoznačně pozorovat jak rozdíly v době nástupu, tak v průběhu prožívání puberty. Dívky jsou např. více klidné a společenské než chlapci, avšak žádná výraznější odchylka v duševním vývoji nebyla ověřena. (Čačka, 2000, s. 226) Celý proces růstu a zrání se skládá z mnoha dějů, které probíhají ve všech orgánech. Tyto procesy se navzájem ovlivňují a podmiňují a tvoří tak komplexní celek. Spouštěčem těchto dějů a celého procesu je podvěsek mozkový a hypofýza, které vyrábí řídicí hormony celého procesu. (Matějček et al., 1998, s. 145)

V tomto období dochází také k rozvoji motoriky. Jedinec se zdokonaluje v dovednostech, které vyžadují určitou hbitost, sílu a smysl pro rovnováhu. Rozvíjí se i celkové vnímání, uvažování a myšlení. Nejvíce se vyvíjí vizuální vnímání, které dosahuje vrcholu a je spojeno s abstraktním myšlením. Rozvíjí se též vývoj řeči, i když se to tak na první pohled nemusí zdát. Prohlubuje a rozšiřuje se slovní zásoba, celková výrazová schopnost a rozmanitost větné stavby. Významný rozvoj percepčních, motorických a dalších dovedností směřuje k novým činnostem, a to k zájmu o hudbu, četbu, sport, filmy atd. (Langmeier et al., 1998, s. 144-145)

Závislost na rodině se v tomto období jednoznačně snižuje. Děti staršího školního věku hledají nezávislou cestu životem, která je mnohdy spojena s nízkou sebedůvěrou,

přecitlivělostí a vnitřní nedozrálostí. Na vrcholnou fázi dětství navazuje období s řadou typických projevů, které jsou ovlivněny hormonálními a sociálními změnami:

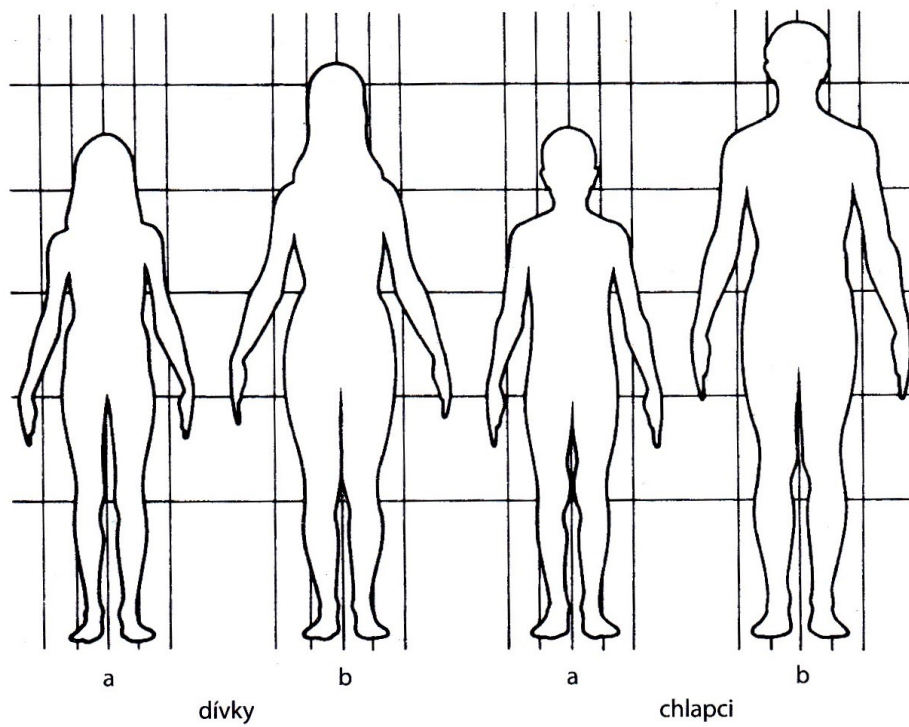
- Oblast citů – přátelskost s urážlivostí až hrubostí, zvýšená emocionalita, labilita emocí.
- Oblast vůle – nepřiměřené reakce a výkony, aktivní přístup střídající se s leností.
- Oblast Jáství – nízká sebedůvěra, nejistota projevu, vyhledávání společenského prostředí se snahou po izolaci. (Čačka, 2000, s. 228)

2.2 ROZVOJ MYŠLENÍ V OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ

Jak již bylo uvedeno, v tomto období dochází nejen k psychickému a fyzickému vývoji jedince, ale též k významnému rozvoji intelektových funkcí. Vyvíjí se tedy schopnost abstraktního myšlení. Švýcarský vývojový psycholog Jean Piaget říká, že myšlení „dostává křídla“. Dítě dokáže tvořit teoretické úvahy a dokáže porozumět pojmu příčiny a následku, důvodu a důsledku. Dítě staršího školní věku je na vrcholu vývoje svých rozumových schopností. (Matějček et al., 1998, s. 146) Pubescent se osvobozuje z konkrétního a skutečnost vnímá jako množinu možných transformací. Tyto způsoby jednání se vyskytují v období mezi 11-15 rokem dítěte, ukončuje se období dětství a probíhá příprava na adolescenci. Jedinec se obrací k nereálnému a k budoucnosti. Pro období pubescence je charakteristický výrazný citový a sociální vývoj. Nastává kompletní přeměna myšlení, která pomáhá dítěti pracovat s hypotézami. (Piaget et al., 2001, s. 117)

Proměna myšlení se bezesporu neodehrává bez vnitřního boje. Dítě mohou provázet rozkolísané emoce a úzkostné pocity, jelikož zažívá zcela nové situace, na které nebylo zvyklé. Například poluce, menarché, problémy s akné a pleť a mutující hlas. Tyto okolnosti vyvolávají pocity pochybností a nejistoty. (Jedlička, 2017, s. 181) Proces myšlení je doprovázen pocity strachu, pochybností, ale také pocity nadšení, očekávání a nových poznatků. Pubescent podléhá úzkostným pocitům a vnitřnímu neklidu, které jsou podmíněny obdobím duševního zmatku. (Jedlička, 2017, s. 200)

Začátkem pubescence dosahuje jedinec vyššího stupně logického uvažování. Dle Piageta vzniká nový operační systém, tedy systém formálních operací. Znamená to, že „konkrétní operace se samy berou znovu za objekt dalších operací, tj. vyvozují se soudy o soudech, myslí se o myšlení.“ (Langmeier et al., 1998, s. 146) Vágnerová (2000, s. 209) zmiňuje, že během dospívání dochází ke změně uvažování, dospívající je tedy schopen myslet abstraktním způsobem. Pubescent je výrazně ovlivněn vrstevnickou skupinou, přestává být závislý na rodinném prostředí a spíše se orientuje na vrstevníky, se kterými má společné názory a zájmy. Jedinec získává první zkušenosti s navazováním partnerských vztahů. Změny, kterými si děti staršího školního věku procházejí, jsou zejména podmíněny biologicky, ale výrazně se podílejí i sociální a psychické rysy, které jsou ve vzájemné spojitosti.



Obrázek 2 – Změna tělesných proporcí u chlapců a dívek (Langmeier et al., 2006, s. 144)

3 VLIV PROSTŘEDÍ NA JEDINCE

Pojem prostředí je velmi užívaný a známý pojem, který se používá nejen v přírodních vědách jako je fyzika či chemie, ale i ve společenských vědách. Na prostředí je tedy pohlíženo na základě různých přístupů. V obecné rovině lze říci, že ve většině případů se jedná o předměty a jevy existující kolem nás. Je to určitá prostorová dimenze a objektivní realita, která nás obklopuje nezávisle na našem vědomí. (Kraus et al., 2001, s. 99)

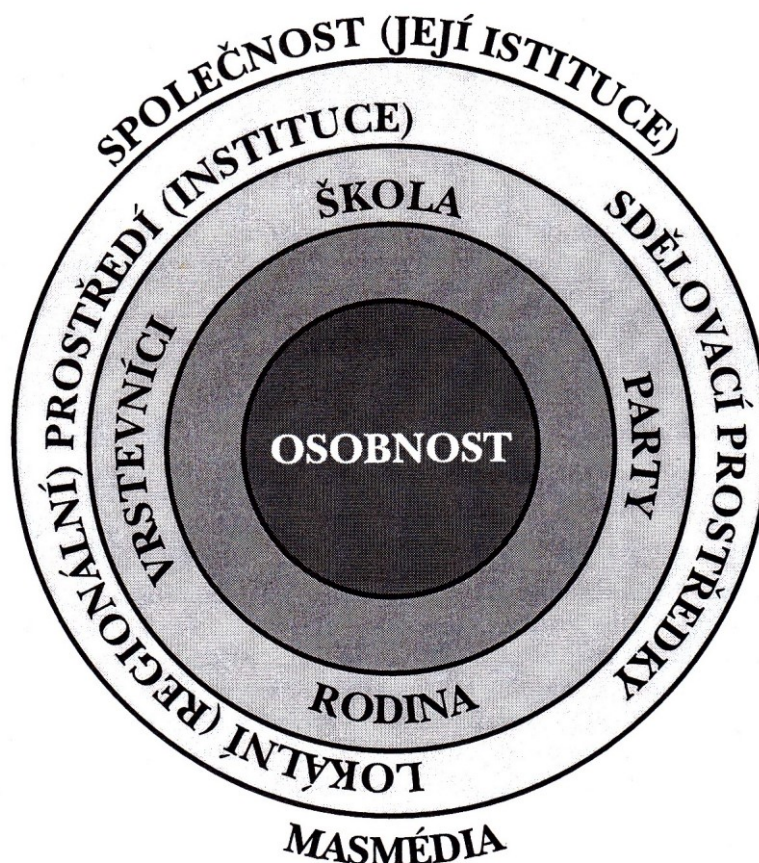
Prostředí působí na dítě velmi zásadním způsobem. Ve známém prostředí se jedinec cítí bezpečněji. Prostředí však musí na člověka působit pozitivně (přívětivé zkušenosti a jistota) nebo aspoň neutrálně. Pokud v určitém prostředí proběhly v minulosti negativní zážitky (nebezpečí), je zřejmé, že se v jedinci utváří úzkostné a strachuplné pocity. (Vymětal, 2004, s. 26)

Prostředí všech lidí můžeme vytyčit jako část světa, kde je člověk ve vzájemné interakci s okolním světem. Znamená to, že každého člověka ovlivňují určité podněty. Zejména je ovlivněn jeho vývoj a způsob reagování na tyto podněty. Jedinec se buď na dané podmínky adaptuje anebo své působení ubírá jiným směrem. Člověk tedy svou aktivní činností může měnit prostředí, ve kterém žije. Stále však toto prostředí působí na osobnost jedince a ovlivňuje jeho styl života a myšlení. (Kraus et al., 2001, s. 99)

Můžeme se také setkat s různými typologiemi prostředí:

- Makroprostředí – jedná se o prostor, který vytváří podmínky pro život ve společnosti.
- Regionální prostředí – prostor uvnitř širší sociální skupiny na větším území.
- Lokální prostředí – místo spojené zejména s bydlištěm (obec, okolí jedince).
- Mikroprostředí – přirozené prostředí, kde se jedinec vyskytuje.

Adler tvrdí, že společenské prostředí je nejdůležitějším prostředím pro vývoj psychiky člověka. Vyzdvihuje zejména velký vliv rodiny. Prostředí, do kterého se rodíme nás velmi ovlivňuje po celý zbytek života. Například A. I. Bláha zmiňuje tzv. „sociální dědičnost“. Poznávají nás tedy nejen genetické dispozice, ale též vzory chování v rodinném prostředí. (Kraus et al., 2001, s. 103)



Obrázek 3 – Vlivy prostředí na jedince (Kraus et al., 2001, s. 106)

3.1 RODINNÉ PROSTŘEDÍ

Rodinu lze chápat jako nejpůvodnější, nejpřirozenější a nejdůležitější lidskou skupinu a instituci. Můžeme ji považovat za zásadní součást sociálních struktur. Není divu, že rodina je předmětem zkoumání mnoha oborů a vědních disciplín. (Reichel, 2008, s. 177) V dnešní době chápeme rodinu jako malou skupinu lidí, která žije pohromadě. Zároveň je mezi členy rodiny vytvořeno pokrevní pouto a citová vazba. (Kraus et al., 2001, s. 78)

Rodina je specifická sociální skupina, a to zejména proto, že člověk je příslušníkem této skupiny již od samotného narození. Rodinné prostředí také plní mnoho důležitých funkcí pro zdravý život každého jedince, bezesporu tedy splňuje socializační funkci. (Reichel, 2008, s. 178) V průběhu vývoje však přišla rodina o některé ze svých funkcí. Nadále si uchovává dvě primární funkce: „*funkci prvotní socializace dětí a emocionálně psychologické stabilizace osobnosti dospělých.*“ (Kraus et al., 2001, s. 79) Harmonická rodina je hlavním předpokladem pro duševní zdraví dítěte. Rodina bezesporu ovlivňuje

psychiku dítěte. Styl rodičovské výchovy a celkové fungování rodiny působí na jednání a formování osobnosti dítěte. (Vymětal, 2004, s. 107)

V rodině můžeme vidět rodičovské, příbuzenské a manželské vztahy. Ve většině společností je základem rodiny dyadický pár – muž a žena. Základem je založení rodiny. (Kraus et al., 2001, s. 78) „Příbuzenské vztahy jsou vztahy mezi jedinci, jež se navazují sňatkem nebo po pokrevní linii. Manželství lze definovat jako společensky uznaný a schválený sexuální svazek mezi dvěma dospělými jedinci.“ (Giddens et al., 2013, s. 309) Základem každého manželství a rodiny je vztah mezi rodiči, který by měl vytvářet rodinnou pohodu. Soužití rodičů zanechává na dítěti značné následky. (Vymětal, 2004, s. 108)

Rodina je také charakterizována jako sociální skupina, která je obtížně zařaditelná, jelikož nespĺňuje některé skupinové charakteristiky. Rodinu lze definovat jako malou, neformální a primární skupinu. O rodině mluvíme jako o malé skupině, jelikož je charakteristická soužitím muže a ženy s jejich dětmi. Jedná se o soužití osob, kde můžeme zaznamenat vztahy příbuzenské nepokrevní (manželé, sexuální partneři) a pokrevní (rodiče a děti, sourozenci). Ve všech případech však hovoříme o tzv. rodině nukleární či základní. Další variantou je rodina neúplná, kdy se rodina rozpadla kvůli rozvodu, smrti jednoho či obou rodičů, ale může se jednat též o svobodnou matku vychovávající své děti zcela samostatně. (Reichel, 2008, s. 178-179) Zde může být ve velké míře ovlivněno duševní zdraví dítěte. Stálost jedince je dána bezpodmínečně stabilitou rodiny. (Vymětal, 2004, s. 107) Dále rodina rozšířená či širší je protikladem k rodině nukleární. Zahrnujeme zde i blízké příbuzné ze strany obou rodičů. (Reichel, 2008, s. 178-179)

Rodina zůstává i v dnešní době stále významným prostředím, kde jedinec prochází prvními fázemi socializace. Jsou uspokojovány jeho potřeby a dostává se mu podpory. Prožívá zde intimitu, kterou mu jiné instituce nejsou schopny nabídnout. (Jandourek, 2009, s. 116) Dítě potřebuje podnětné zázemí, kde budou uspokojovány všechny jeho potřeby a bude zde vidět správné vzory chování, které jej připraví na život ve společnosti. (Vymětal, 2004, s. 107) Rodina je tedy důležitý socializační činitel, jelikož zde probíhá proces socializace. Působení rodiny na jedince je komplexní. Každý jednotlivec se totiž učí svou sociální roli, kterou zastává v jeho životě. Nejprve je to role batolete a dítěte v mateřské škole. Později se role diferencují a stávají se náročnějšími, kdy dítě získává roli žáka a člena různých zájmových kroužků. Dítě se připravuje i na roli sexuální, a to od velmi útlého věku. (Reichel, 2008, s. 181-182) Rodina na dítě působí ve všech sférách života skrze výchovu. Výchova, která je zaměřena na vyhýbání se strachu, vytváří to, že děti jsou v životě ztracené. Avšak výchova,

která pomocí strachu vystavuje děti náročným situacím, také není přiměřená. (Rogge, 1999, s. 19)

Rodina dítěti ukazuje hodnoty a normy, které jsou uznávané ve společnosti. Vytváří u něj také hodnotově-normativní struktury čistě rodinné. Jedná se tedy o souhrn určitých tradic a materiálních a nemateriálních hodnot. (Reichel, 2008, s. 182)

Jak už bylo uvedeno, rodina má velký význam v rámci socializačního procesu. Rodinu lze rozdělovat na:

1. Rodina funkční – tento typ rodiny svědomitě zastává všechny funkce.
2. Rodina afunkční – zde někdy dochází k poruchám v jedné či více oblastech, nedochází však nijak vážně k oslabení funkčnosti rodiny a dítěti nejsou způsobeny vážnější problémy v jeho rozvoji.
3. Rodina dysfunkční – rodina, kde už se vyskytují závažné poruchy, socializační vývoj dítěte je velmi ovlivněn. (Kraus et al., 2001, s. 79)

Rodinné prostředí má významný vliv na dítě a obstarává mu mnoho potřeb. Zajišťuje hmotné zabezpečení, pečuje o celkové zdraví, kulturní návyky. Dále se podílí na utváření podnětného socializačního prostředí, předává morální hodnoty. (Kraus et al., 2001, s. 79) Nejideálnější prevencí strachu a úzkostných stavů a pocitů je harmonické prostředí. Klidné rodinné zázemí a kvalitně upevněný vztah rodičů, kteří se dítěti dostatečně věnují a působí na něj spíše neautoritativně, je bezesporu nejlepší volbou. Výchova je založena na důslednosti, avšak převládá přátelský vztah založený na domluvě. (Vymětal, 2004, s. 46) Důležitost prostředí pro vývoj jedince je nesporná. Člověk vše vnímá již od narození a získává spoustu poznatků, všímá si všeho, co se kolem něj děje a co ho obklopuje. Mnohdy to je intenzivnější než vlivy prostředí, se kterými se jedinec setkává ve školním prostředí. Tyto vzorce chování, které jedinec získal ve své původní rodině pak používá během svého celého života a uplatňuje je ve své budoucí rodině. (Kraus et al., 2001, s. 104)

3.2 ŠKOLNÍ PROSTŘEDÍ

Období školního věku je úzce spjato se školní docházkou. Škola je důležitá instituce pro dítě. Je to totiž první zařízení, do kterého se dítě dostává. Škola je významná pro rozvoj socializace a dítě zde získává nové zkušenosti, které využije v různých oblastech života. Jsou to naprosto jiné zkušenosti, než které získalo v rodině. (Vágnerová, 2000, s. 148)

V rodinném prostředí hrají velkou roli příbuzenské vztahy, které jsou založeny na citové podmíněnosti. Ve školním prostředí si žák musí svou pozici vybudovat sám. Škola je důležitým prostředím, kde jedinec rozvíjí svou individualitu, přijímá zodpovědnost za své činy a prohlubuje jeho poznání. (Kot'a et al., 2013, s. 46)

Škola je instituce, která působí na celkovou osobnost dítěte. Jedinec získává speciální dovednosti, které by nemohl získat pouhou zkušeností ze svého prožívání mimo školu. Škola je bezesporu instituce, která je základem životního prostředí dětí. Děti tráví ve škole podstatnou část svého života, a proto by škola měla být podnětným prostředím, kde se děti rozvíjejí. Škola by měla být nejen zařízením pro edukaci, ale také místem, kde se děti cítí bezpečně a nacházejí zde příjemné prostředí k životu. (Průcha, 2017, s. 390) Škola upevňuje v dítěti zdravé návyky, dovednosti a schopnosti. Ve škole se formuje i sociální pozice žáka, jelikož úspěchy ve škole znamenají základ budoucího směřování v profesní kariéře. Škola zasahuje do sebehodnocení, v některých případech i velmi zásadně. Neúspěch jedince může být klíčový pro rozhodování o dalším směřování. (Vágnerová, 2000, s. 148) Školní neúspěch můžeme rozčlenit do dvou oblastí, a to školní výsledky dítěte a společenská situace ve škole. Prostředí školy není pouze místo, kde se děti učí novým znalostem a vědomostem, ale je to i místo společenského života, kde jsou děti ve společnosti nadřazených (učitelů) a spolupracovníků (spolužáků). (Matějček, 2000, s. 62)

Školní prostředí je dalším prostředím, které významně ovlivňuje život dítěte. Školu lze vymezit jako „instituci pro řízenou socializaci“ dětí a mládeže, která se zaměřuje především na vzdělávání a výchovu. (Helus, 2007, s. 185) Škola je významnou socializační institucí, která splňuje socializační (výchovnou) funkci. Je důležité, aby škola v dětech rozvíjela sociální dovednosti a naučila je poznat svou vnitřní podstatu. (Kraus et al., 2001, s. 86) Význam školy je pro každé dítě nezastupitelný. Škola působí na žáky systematicky, a to zejména v oblasti vzdělávání. (Helus, 2007, s. 186)

Během dospívání se mění i postoj vůči škole. Pubescent přemýšlí o smyslu existence školy a školní výsledky klesají na významu. Cílem je nemít problémy a nedostat se do zbytečných potíží. (Vágnerová, 2000, s. 234) V období pubescence se jedinec rozhoduje o volbě povolání a dospívající by se měl zaměřovat na svůj školní prospěch a školu. Volba povolání se v tomto období jeví jako velký problém nejen pro dospívající, ale i pro jejich rodiče. (Langmeier et al., 2006, s. 159) Zvláště úzkostné děti mají v tomto období značný strach ze školy. Rodiče a učitelé po nich vyžadují výborné známky v souvislosti s výběrem další školy a neúspěch a tresty ve škole nejsou akceptovány. Zvýšená úzkostnost u dětí v tomto

vývojovém období většině učitelům však nevadí. Úzkostné děti plní své úkoly velmi svědomitě, mají respekt před autoritou učitele a dobré výsledky jsou pro ně samozřejmostí. Avšak rodiče si s nimi doma neví rady. (Matějček, 2000, s. 131-132) Velmi častou úzkostnou poruchou je u dětí ve škole sociální úzkostná porucha, která je často propojena se školní fobií. Děti se straní sociálním vztahům a udržují si ve svém prostředí jen nejdůvěrnější okolí. (Vymětal, 2004, s. 48) Dítě se doma trápí, má problémy se spánkem, ráno před školou mnohdy zvrací a má strach ze školního prostředí. Jedinec je mezi ostatními spolužáky také většinou odsunut na okraj dětské společnosti, jelikož se neumí začlenit. Je bezesporu důležité, aby se u těchto dětí rozvíjela zdravá sebedůvěra. Musíme brát v potaz, aby se dítě cítilo bezpečně nejen ve škole, ale i v rodině. (Matějček, 2000, s. 131-132) Jak bylo uvedeno, u dětí se ve škole vyskytují především školní fobie. Vyskytují se u dětí, které ve škole prožívají neúspěch, nedaří se jim a je na ně kladen přílišný tlak ze strany školy a rodiny. (Vymětal, 2004, s. 48)

3.3 MIMOŠKOLNÍ PROSTŘEDÍ

Není pochyb, že škola je důležitým prostředím, které rozvíjí sociální dovednosti dětí, ale měli bychom vyzdvihnout i úlohu mimoškolního prostředí, kde si dospívající rozvíjejí mnohé návyky. Tyto dovednosti jsou významné nejen pro život v rodině, ale zejména ve společnosti. V rodině nás formují naši rodiče, sourozenci a příbuzní. V mimoškolním prostředí jsou to vrstevnické skupiny, které dítě ovlivňují v různých sférách života. Získávání poznatků mimo školu narůstá. (Helus, 2007, s. 185) Člověk je ze své podstaty společenská bytost, a proto je pro něj nesmírně důležité, aby byl v životě v kontaktu s druhými lidmi. Jedna ze stěžejních podmínek existence každého člověka jsou meziosobní vztahy. Během života se jedinec začleňuje do různých sociálních skupin. (Kořa, 2013, s. 51)

Existuje mnoho klasifikací sociálních skupin. Lze je rozdělit např. na vnitřní a vnější, primární a sekundární, formální a neformální. Dále je můžeme rozdělit též podle činností, které v sociální skupině převažují, a to na hravé, učební nebo pracovní. Dle složení je rozdělujeme na příbuzenské, profesionální, přátelské a zájmové. (Kořa, 2013, s. 56)

Velmi významnou sociální skupinou, která ovlivňuje dospívajícího jedince je vrstevnická skupina. Vrstevnická skupina se utváří zejména v adolescentním věku a může být bezesporu základem pro celoživotní přátelství. Adolescentní vrstevnické skupiny jsou prostředím, které umožňuje zprostředkování významných mezilidských vztahů. (Kořa, 2013, s. 57)

3.3.1 VRSTEVNICKÉ SKUPINY

Jak již bylo uvedeno, vrstevnická skupina je důležitá sociální skupina, která ovlivňuje život každého jedince. Děti a dospívající potřebují pro zdravý psychický vývoj zejména kontakt s osobami v jejich blízkém společenském prostředí. Pro správný sociální rozvoj potřebují komunikaci a interakci s lidmi z různých věkových skupin. Je pro ně tedy prospěšný nejen kontakt s osobami v rodinném prostředí, ale i se stejně starými vrstevníky. (Čáp, 1996, s. 93) Zejména děti v období puberty se snaží od rodičů citově odpoutávat. Čím dál méně času tráví s rodinou a dávají přednost kamarádům a kamarádkám. Vznikají dlouhodobá přátelství, která mohou trvat i „na celý život“. (Vymětal, 2004, s. 60)

Pro optimální vývoj dítěte je prostředí vrstevnických skupin značně důležité. Sociální skupina, v níž se má dospívající jedinec rozvíjet, musí být v souladu s jeho názory. Jedinec by se měl ke skupině hlásit a uspokojovat zde své potřeby. (Procházka, 2012, s. 118) Jsou to skupiny, které necharakterizuje jenom blízkost věková, ale také blízkost názorová a spočívající v souhlasném jednání. (Kraus et al., 2001, s. 132) Homogenita či heterogenita vrstevnických skupin není většinou vymezena. Mnohdy však můžeme vidět, že dospívající v období pubescence mají tendenci ztotožňovat se s jedinci se stejnými vlastnostmi či zájmy. (Procházka, 2012, s. 120)

Pro mnoho dětí a dospívajících je to důležité prostředí, kde se děti dobrovolně seskupují. Neformální vrstevnická skupina (peer group) je většinou vytvořena mladými lidmi, kteří mají podobné zájmy a jsou si věkově blízcí. Tyto skupiny uspokojují potřeby člověka v rámci navazování mezilidských vztahů. (Hofbauer, 2004, s.99) Jedinec, který chce být přijat do vrstevnické skupiny, musí splnit určitá kritéria. Nejprve by měl rozeznat cíle a zaměření dané skupiny. Dále je žádoucí, aby se dospívající s těmito cíli také identifikoval. (Procházka, 2012, s. 120) Starší školní věk je období maximální družnosti. Dospívající si velmi všímá, co si o něm myslí jeho vrstevníci. Je to též období, kdy má jedinec budovat a rozvíjet své sebevědomí. Posměšky ze strany vrstevníků či jiných lidí mohou mít v tomto zranitelném věku velké dopady na duševní prožívání dítěte. (Matějček, 2000, s. 132)

Působení ve vrstevnických skupinách nám dává pocit bezpečí a jistoty a kompenzuje sociální a citové strádání. Tyto skupiny pomáhají k socializaci jedince a předcházejí společenskému vyloučení. Je pravdou, že v některých situacích působí zcela opačně. Následkem je antisociální a delikventní jednání. (Hofbauer, 2004, s. 99) Socializační mechanismy mají u vrstevnických skupin pozitivní i negativní dopady. Mohou vést k seberozvoji i destrukci. Jedinec se tedy může projevovat rizikovým chováním nebo ho skupina naopak ovlivňuje

pozitivním směrem. (Procházka, 2012, s. 121) Vrstevnické skupiny, které působí na své členy pozitivně, se ubírají správným směrem. Věnují se společným hrám, sportu a zábavě. Jedinci spolu vzájemně komunikují a prohlubují své vztahy. Vrstevnické skupiny jsou bezesporu význačným prvkem života dospívajících a působí také v rámci výchovné funkce. (Hofbauer, 2004, s. 99) Stýkání s dětmi stejného věku má nesporně svou důležitost, jelikož četné výzkumy prokázaly, že děti, které se tak často nestýkaly s vrstevníky, měly později problémy se sociálními dovednostmi. Tyto děti vykazovaly nejisté a introvertní chování. (Čáp, 1996, s. 93)

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 METODOLOGIE VÝZKUMU

Praktická část bakalářské práce navazuje na část teoretickou. V metodologické části se zaměříme na výzkumný problém, výzkumné cíle a otázky. Dále si také stanovíme výzkumný soubor, metodu, techniku a způsob jejich zpracování. Cílem praktické části je zejména identifikovat, jaká je četnost a intenzita strachů u dětí staršího školního věku ve školním a mimoškolním prostředí.

4.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM

Výzkumný problém je zaměřen na prožívání situační úzkosti u dětí staršího školního věku ve školním a mimoškolním prostředí. U dětí v tomto vývojovém období dochází ke změně myšlení, dospívající je schopen uvažovat abstraktně, začíná se osamostatňovat od rodičů. Velký význam pro ně má vrstevnická skupina a školní prostředí, které je ovlivňuje v mnohých aspektech života. (Vágnerová, 2000, s. 209)

Děti prožívají různé strachy a úzkosti. V tomto vývojovém období, tedy staršího školního věku, děti prožívají nespočet různých strachů a úzkostí. Nejčastěji se týkají rodinného života, školy, vztahů, volného času či nazírání na sebe sama. (Macek, 2003) Mají strach ze školního prostředí, zejména ze psaní písemných prací, dále se bojí že se jim nebude ve škole dařit a jsou ze školy nervózní a mají z ní obavy. Avšak úzkosti a strachy neprobíhají pouze ve škole, ale také mimo školní vyučování. Jedná se především o rodinné prostředí a vrstevnické skupiny, kde děti tráví svůj volný čas. Zažívají zde také spoustu úzkostí a strachů. Například, že se někomu z rodiny něco stane a onemocní. V každodenním životě se tedy mohou vypořádávat s řadou různých problémů či starostí, konkrétněji výšek, cestovat dopravními prostředky, kontaktu s cizími lidmi atd. Všechny tyto situace a prostředí v nich mohou vyvolávat úzkosti.

V minulosti bylo realizováno již mnoho výzkumů, které se zabývaly úzkostí, strachem či fobiemi u dětí. Tyto studie byly však převážně zaměřeny na určitou specifickou oblast, která zde byla zkoumána. Například Hřebíčková et al. (2009) se zaměřují ve výzkumu na strach ze zesměšnění neboli gelotofobii. Výzkum ukázal, že lidé s gelotofobií nevnímají smích pozitivně a podezřívají druhé, že se jim vysmívají. Dále Michalčáková (2006) se ve svém výzkumu také zabývá strachy v období rané adolescence. Ve výzkumu spojovali výskyt a obsah strachů s osobnostními charakteristikami jedinců a s působením výchovného prostředí na respondenty.

Obecně lze říci, že děti prožívají úzkosti v jakémkoliv prostředí, kde se necítí dobře. Je tedy důležité zabývat se výzkumem úzkostí a strachů u dětí staršího školního věku, jelikož se s těmito pocity setkávají v každodenním životě. Je tedy potřeba zmapovat, jaké úzkosti se u nich vyskytují nejčastěji a nejintenzivněji a pomáhat jim je co nejlépe překonávat.

4.2 VÝZKUMNÉ CÍLE

Hlavním cílem této bakalářské práce je zjistit, jaká je četnost a intenzita strachů u dětí v období dospívání. Vedlejším cílem je poté odhalit, jaká je četnost a intenzita strachů v jednotlivých oblastech. Po vymezení výzkumných cílů byly dále stanoveny tyto výzkumné otázky.

4.3 VÝZKUMNÉ OTÁZKY

1. Jaká je intenzita a četnost strachů u dětí v období dospívání?

1.1. Jaká je intenzita a četnost strachů u chlapců v období dospívání?

1.2. Jaká je intenzita a četnost strachů u dívek v období dospívání?

1.3. Jaká je intenzita daných faktorů u dětí v období dospívání?

2. Jaká je intenzita a četnost strachů v jednotlivých oblastech u dětí v období dospívání?

2.1. Jaká je intenzita a četnost strachů ze smrti a nebezpečí u dívek a chlapců v období dospívání?

2.2. Jaká je intenzita a četnost strachů z neznámých situací u dívek a chlapců v období dospívání?

2.3. Jaká je intenzita a četnost strachů z neúspěchu a kritiky u dívek a chlapců v období dospívání?

2.4. Jaká je intenzita a četnost strachů ze zvířat u dívek a chlapců v období dospívání?

2.5. Jaká je intenzita a četnost strachů vyvolávající psychický stres u dívek a chlapců v období dospívání?

4.4 VÝZKUMNÝ SOUBOR

Tato práce se zaměřuje na prožívání situační úzkosti u dětí staršího školního věku, a proto výzkumný soubor tvoří žáci staršího školního věku, přesněji tedy žáci 6. a 7. ročníků základních škol. Toto vývojové období lze vymezit věkem od 11 do 15 let. Jak již víme, jedná se o fázi puberty, kdy je dospívání doprovázeno emoční nestálostí, změnami nálad a impulzivním chováním. Ve školním prostředí může např. docházet k potížím ve školních výkonech. Období dospívání je tedy spojeno s nestabilními vnitřními prožitky, nejistotou a úzkostnými stavy a pocity. (Farková, 2009, s. 34)

Základní a výběrový soubor:

Základním výzkumným souborem jsou tedy všichni žáci 2. stupně základních škol v České republice. Dle statistiky na ČSÚ navštěvovalo ve školním roce 2018/2019 2. stupeň základní školy celkem 409 436 studentů.

Výběrovým výzkumným souborem jsou přesněji žáci 6. a 7. tříd na 2. stupni základních škol v Jihomoravském kraji. Dle ČSÚ docházelo ve školním roce 2018/2019 na 2. stupeň základních škol v Jihomoravském kraji celkem 44 790 studentů.

Způsob výběru:

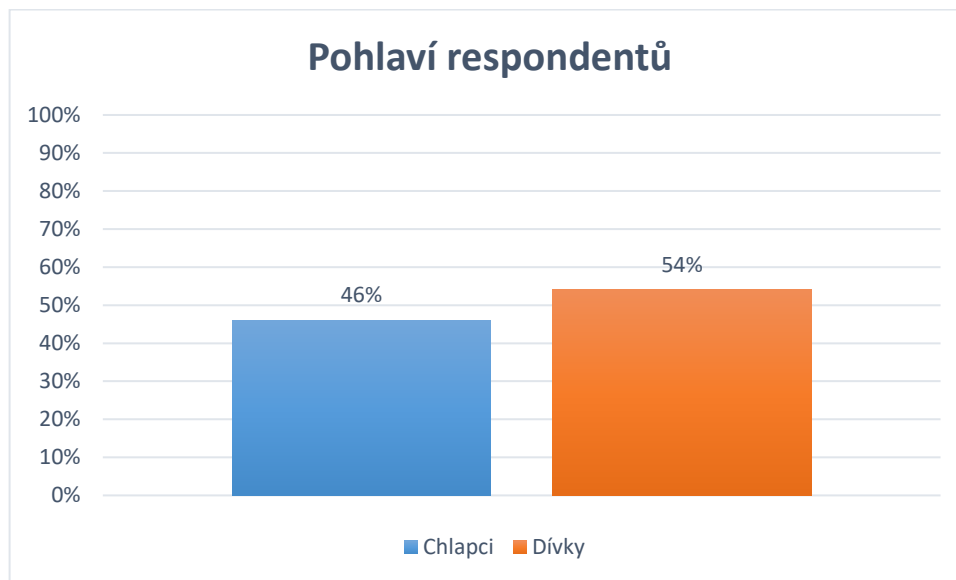
Pro metodu výběru výzkumného souboru byl zvolen dostupný výběr. Prostřednictvím dostupného výběru bylo osloveno 8 základních škol v Jihomoravském kraji, avšak pozitivní odezvu projevíly pouze 2 základní školy. Závěry získané v rámci dostupného výběru nelze zevšeobecnit na celou populaci, jelikož je zde výrazné zkreslení výběru od základního souboru. Můžeme však ze získaných výsledků vytvořit doporučení pro dané základní školy, které byly osloveny v rámci tohoto výzkumu.

V uvedené tabulce je zobrazeno podrobnější znázornění výzkumného souboru. Žáků 6. ročníků bylo celkem 47 a žáků 7. ročníků bylo dohromady 47.

	6. ročník	7. ročník	Celkem žáků
1. Základní škola	24	26	50
2. Základní škola	23	21	44
Celkem žáků	47	47	94

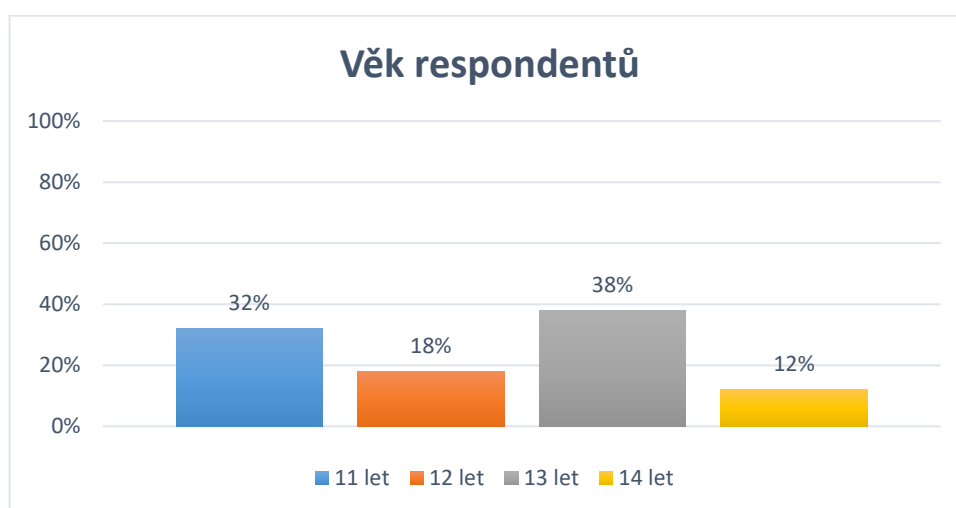
Tabulka 1 – Výzkumný soubor (vlastní zpracování, 2020)

Jak již bylo zmíněno, dotazníkového šetření se účastnilo celkově 94 dětí staršího školního věku. Graf č. 1 nám uvádí, kolik dívek a kolik chlapců se podílelo na výzkumu. Z celkového počtu 94 respondentů, se našeho výzkumu účastnilo 46 % chlapců a 54 % dívek.



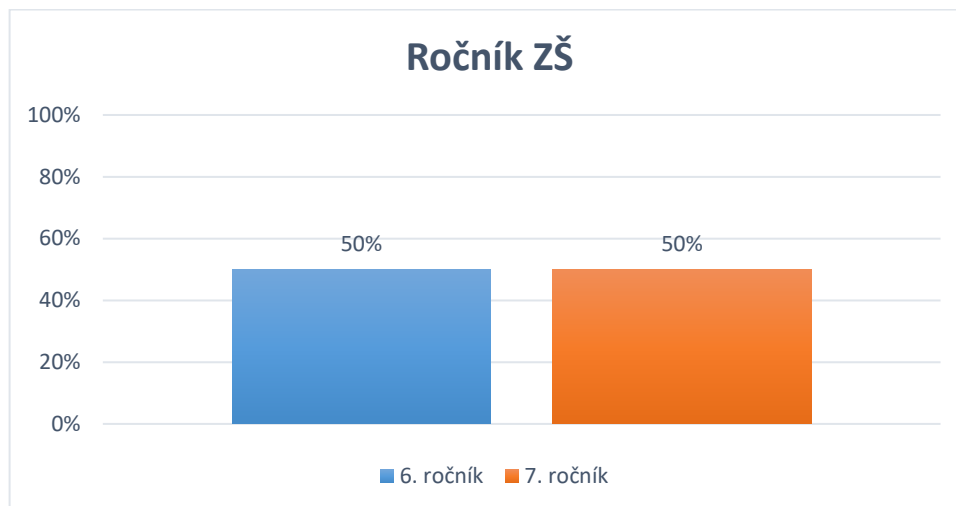
Graf 1 – Pohlaví respondentů (vlastní zpracování, 2020)

Graf č. 2 nám uvádí věkové složení respondentů, kteří byli účastníky tohoto výzkumu. Z celkového počtu respondentů se na výzkumu podílelo 32 % žáků ve věku 11 let, dále 18 % žáků ve věku 12 let, 38 % žáků ve věku 13 let a pouze 12 % žáků ve věku 14 let.



Graf 2 – Věk respondentů (vlastní zpracování, 2020)

Graf č. 3 znázorňuje ročník základní školy, který účastníci výzkumu navštěvují. Z celkového počtu 94 respondentů se dotazníkového šetření účastnilo 50 % žáků 6. ročníků a 50 % žáků 7. ročníků. Poměr žáků v rámci ročníků byl tedy totožný.



Graf 3 – Ročník ZŠ (vlastní zpracování, 2020)

4.5 TECHNIKA SBĚRU DAT

Praktická část této bakalářské práce byla realizována pomocí dotazníkového šetření. Dotazník patří mezi nejpoužívanější metodu k hromadnému získávání dat. Dotazník je způsob písemného dotazování otázek a získávání písemných odpovědí. (Gavora, 2000) Dotazník je také soustava pečlivě formulovaných otázek, které jsou předem důkladně promyšleny. Respondenti na tyto otázky odpovídají písemnou formou. (Chráška, 2007)

Jak již bylo zmíněno v předchozí kapitole, dotazníkového šetření se zúčastnilo 94 respondentů, a to ze 2 základních škol v Jihomoravském kraji. Dotazníkového šetření se celkově zúčastnilo 94 žáků, kteří patřili do věkové kategorie 11-14 let, kterou jsme pro tento výzkum potřebovali. Na obou základních školách byly žákům předány jasné instrukce k vyplňování dotazníků, abychom předcházeli zbytečnému zkreslení výsledků. Bylo také zdůrazněno, že dotazníky jsou zcela anonymní a pouze pro účely tohoto výzkumu a nemusí mít žádné obavy, že by jejich odpovědi bylo zneužito.

Dotazníky byly zprostředkovány na daných základních školách v průběhu února a března 2020. Všechny dotazníky byly vyplněny správně a nebylo zapotřebí žádný dotazník vyřadit. Celkově tedy bylo vyplněno 94 platných dotazníků od žáků 6. a 7. tříd.

Dotazník byl celkově tvořen 81 položkami. Z toho 3 položky byly uzavřené, pomocí nichž jsme zjistily demografické údaje respondentů jako je věk, pohlaví a ročník ZŠ. Hlavní metodou pro získání strachů u dětí staršího školního věku byl použit dotazník FSSC-II, přesněji tedy standardizovaný dotazník Fear Survey Schedule for Children II, kde proběhla již druhá revize. Jedná se o velmi používanou dotazníkovou metodu v rámci sledování strachů a úzkostí u dětí ve věku od 6 do 18 let. Použitá verze byla vytvořena v roce 1992 a jejími autory byli Gullonová a King. (Gullone, 1997, s. 165) Dotazník je tvořen 78 výstižnými a krátkými položkami, které představují nejrůznější situace vyvolávající v dětech staršího školního věku strach a obavy. Výhodami použitého dotazníku je možnost volit strachy z předem připraveného seznamu. Dotazovaní jedinci tak nemusí složitě přemýšlet, které situace v nich vyvolávají úzkostlivé pocity. Další výhodou je bezesporu to, že můžeme porovnávat míru strachů u jednotlivých respondentů a také, že dotazník představuje širokou škálu položek týkající se strachů. Respondenti dané položky týkající se strachů posuzují na tříbodové stupnici, která vypadá následovně – nebojím se (1), bojím se (2), hodně se bojím (3).

Pro výzkumné účely této bakalářské práce byla zvolena kvantitativní metoda pomocí dotazníkového šetření, kde byly zastoupeny otázky týkající se demografických ukazatelů a sebehodnotící škála, která byla rozdělena do 5 faktorů: strach ze smrti a ohrožení, strach z neznámého, strach ze selhání a kritiky, strach ze zvířat a psychický stres. Získaná data byla později zpracována prostřednictvím systém Microsoft Office Excel.

Položky dotazníku FSSC-II č. 1 – č. 78

V následující tabulce jsou zmíněny subškály (oblasti) dotazníku a k nim přiřazené jednotlivé položky dotazníku. Jak můžeme vidět, strach ze smrti a ohrožení se týká zejména situací, které účastníky výzkumu určitým způsobem ohrožují nebo také ohrožují jejich příbuzné. Jedná se např. o strach z vážných nemocí či rodinného prostředí, a to zejména strach o rodinné příslušníky.

Strach z neznámého je další oblastí dotazníku FSSC-II. Zde jsou zmíněny úzkosti týkající se např. školního prostředí, a to obavy ze šikany nebo také cizích míst, které jsou nám neznámé.

Další oblastí je strach ze selhání a kritiky, který se týká především vztahů s vrstevníky, a to konkrétně ztráty přátel a kamarádů, ale také strachy z kritiky ostatních lidí.

Dotazník je tvořen také položkami ohledně strachu ze zvířat. Děti se bojí nejrůznějších zvířat, to je naprosto běžné. Avšak pokud je strach velmi intenzivní a trvá již delší dobu, může se jednat o specifické fobie. Jedná se např. o strachy z myší, hadů, tygrů atd.

V poslední oblasti jsou zmíněny strachy, které v účastnících vyvolávají psychický stres. Tuto oblast lze pojmenovat též jako lékařské (medicínské) obavy. Jsou zde položky týkající se strachu z doktorů nebo opět strachy týkající se školní docházky, a to strach ze psaní testů, z vysvědčení nebo přechodu na novou školu. Všechny tyto situace mohou být pro děti staršího školního velmi náročné a mohou jim způsobovat až psychický stres.

Položky č. 79 – č. 81

Výzkumné šetření je zaměřeno na děti staršího školního věku, přesněji tedy na žáky ve věku 11-14 let. V uzavřených položkách museli tedy respondenti uvést také jejich věk, který byl pro výzkum významným kritériem. Toto kritérium nám zúžilo výběr pouze na respondenty v tomto věkovém období. Výzkum byl zaměřen na dívky i na chlapce, proto zde byla také otázka týkající se pohlaví. Také zde byla uvedena položka týkající se ročníku základní školy, abychom věděli, jaké bylo celkové složení dětí v rámci ročníků.

I. Strach ze smrti a ohrožení	II. Strach z neznámého
11. Napadení naší země	2. Jízdy na horské dráze.
13. Nukleární/atomové války.	3. Být sám/sama.
14. Brát nebezpečné drogy	4. Jet autem nebo autobusem.
19. Vrahů.	8. Být na uzavřených místech.
22. Že budu někým unesen.	12. Tmy.
23. Že dostanu závažnou nemoc.	17. Násilí v televizi.
25. Ohně.	35. Duchů nebo strašidelných věcí.
26. Že budu muset na operaci.	39. Že budu potrestán otcem.
28. Že někdo z rodiny umře.	41. Opilých lidí.
30. Hádek mých rodičů.	46. Že se ztratím v davu.
31. Vichřice.	49. Divně vypadajících lidí.
32. Že umřu.	50. Že budu potrestán matkou.
33. Že mně srazí auto nebo kamion.	52. Zlých snů.
34. Že budu předvolán k řediteli.	53. Být sám/sama doma.
36. Ohrožení střelnou zbraní.	60. Šikany.
37. Lesních požárů.	62. Hromobití.
38. Že nebudu moci dýchat.	65. Strašidelných domů.
43. Rozchodu nebo rozvodu svých rodičů.	67. Mrtvých lidí.
44. Zásahu elektrickým proudem.	68. Že se ztratím někde, kde to neznám.
45. Že někdo z rodiny bude mít nehodu.	70. Hřbitovů.
48. Že někdo v rodině onemocní.	72. Pohledu na krev.
51. Že se k nám vloupá zloděj.	74. Letu letadlem.
	75. Cizích lidí.

56. Zemětřesení. 64. AIDS. 77. Pádu z výšek. 78. Žraloků.	76. Že budu muset jít do nemocnice.
III. Strach ze selhání a kritiky	IV. Strach ze zvířat
1. Být terčem posměchu. 5. Kritiky ostatních. 7. Že ztratím své kamarády. 21. Rvačky. 27. Chodit do školy. 29. Že udělám chybu. 47. Že nebudu mít přátele. 57. Injekcí. 73. Že budu vypadat hloupě.	6. Myši. 18. Pavouků. 42. Hadů. 54. Krys. 58. Včel. 63. Ještěrek. 66. Tygrů. 69. Bouřky. 71. Psů
V. Psychický stres	
9. Jít k doktorovi. 10. Že budu mít špatné známky. 15. Jít k zubaři. 16. Muset mluvit před třídou. 20. Že budu kritizován svými rodiči. 24. Prvního setkání (s někým) 40. Že neudělám test. 55. Jít na novou školu. 59. Psaní písemky. 61. Vysvědčení.	

Tabulka 2 – Subškály v dotazníku (vlastní zpracování, 2020)

4.6 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT

Respondenti vyplňovali dotazníky metodou tužka-papír. Získaná data, která jsme z daných škol získali, byly následně zpracovány v programu Microsoft Office Excel. Dotazník byl složen ze 78 položek (5 oblastí) týkající se strachů a 3 položek ohledně demografických údajů. Otázky, které se týkaly demografických údajů o respondentech, byly vyhodnoceny pomocí relativní četnosti. Tyto výsledky byly zahrnuty do výzkumného souboru.

Hlavní výzkumné otázky VO1 a VO2 a jejich dílčí otázky DVO1 – DVO8 byly vyhodnoceny pomocí popisných statistik (průměr, směrodatná odchylka). Jedinci jednotlivé položky hodnotili na škále 1-3 (nebojím se/bojím se/hodně se bojím). Zjistili jsme průměr odpovědí, přesněji tedy intenzitu prožívání strachů (nejsilněji pocíťované strachy). Otázky byly dále vyhodnoceny pomocí relativní četnosti, získali jsme informaci, kdy jedinci odpovídají „Ano“. Přesněji nás zajímalo, jak často odpovídají na škále 2 a 3 (bojím se/hodně se bojím). Zjistili jsme tedy, jaká byla četnost předpovědí (nejčastěji prožívané strachy).

5 VÝSLEDKY VÝZKUMU A ANALÝZA

V této kapitole představíme výsledky výzkumu a analýzu získaných dat. Dotazníkové šetření probíhalo v průběhu února a března na 2 základních školách v Jihomoravském kraji. Výzkumu se tedy účastnilo celkově 94 respondentů. Zaměříme se na výsledky z dotazníku a jeho jednotlivých oblastí, které nám odpovídají na stanovené výzkumné otázky.

5.1 Jaká je intenzita a četnost strachů u dětí v období dospívání?

Tato výzkumná otázka se zaměřuje na to, jaká je četnost a intenzita strachů u dětí staršího školního věku. Zabývá se tedy dotazníkem FSSC-II v celé jeho šíři. Dotazník je tvořen celkově 78 položkami, kde jsou znázorněny situace, které mohou představovat pro dané respondenty strach a pocity úzkosti. Děti staršího školního věku hodnotí tyto situace na tříbodové stupnici – nebojím se (1), bojím se (2) a hodně se bojím (3), a proto respondenti odpovídali na škále 1–3.

Následující tabulky představují 10 nejsilněji prožívaných strachů a 10 nejčastěji prožívaných strachů. Dále jsme prožívané strachy rozdělili na základě pohlaví, a to na nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy u chlapců a poté u dívek. Strachy jsme také seskupili do jednotlivých faktorů (oblastí), abychom zjistili, který faktor je pro žáky 6. a 7. ročníků nejrizikovější.

Tabulka č. 3 uvádí celkový průměr nejsilněji prožívaných strachů z dotazníku. Analýza odpovědí respondentů ukazuje, že nejsilněji prožívaným strachem je položka č. 28 („*Že někdo z rodiny umře*“). U této položky byla často zastoupena hodnota 3 (hodně se bojím), a proto průměr této položky je $M = 2,71$ ($SD = 0,54$). Za touto položkou se těsně umístila položka č. 48 („*Že někdo v mé rodině onemocní*“), průměr položky je $M = 2,64$ ($SD = 0,56$). Není divu, že nejsilněji prožívané strachy se týkají obav o rodinné příslušníky, jelikož rodina je důležitým prostředím pro dítě. Jedinec zde uspokojuje své potřeby a v rodině má plnou podporu. Dítě zde zažívá pocity, které mu jiná instituce nemůže nahradit. (Jandourek, 2009, s. 116) Třetí místo obsadila položka č. 67 („*Mrtvých lidí*“), jelikož průměr této položky je $M = 2,57$ ($SD = 0,64$). Dalšími intenzivně prožívanými obavami jsou položky č. 45 („*Že někdo z rodiny bude mít nehodu*“), č. 78 („*Žraloků*“), č. 32 („*Že umřu*“), č. 60 („*Šikany*“), č. 19 („*Vrahů*“), č. 64 („*AIDS*“) a č. 23 („*Že dostanu závažnou nemoc*“).

Nejsilněji prožívané strachy (1 – nebojím se, 2 – bojím se, 3 – hodně se bojím)	Průměr odpovědí (n=94)	Směrodatná odchylka (n=94)
28. Že někdo z rodiny umře	2,71	0,54
48. Že někdo v mé rodině onemocní	2,64	0,56
67. Mrtvých lidí	2,57	0,64
45. Že někdo z rodiny bude mít nehodu	2,52	0,63
78. Žraloků	2,47	0,65
32. Že umřu	2,44	0,72
60. Šikany	2,35	0,63
19. Vrahů	2,31	0,58
64. AIDS	2,30	0,74
23. Že dostanu závažnou nemoc	2,27	0,70

Tabulka 3 – Nejsilněji prožívané strachy (vlastní zpracování, 2020)

Tabulka č. 4 znázorňuje nejčastěji se vyskytující strachy u dětí staršího školního věku. Jedinci tedy často odpovídali na škále 2 (bojím se) a 3 (hodně se bojím). Tyto odpovědi jsme považovali za kladně hodnocené („odpovědi Ano“). Po následné analýze získaných odpovědí bylo zjištěno, že respondenti nejčastěji uváděli položku č. 28 („Že někdo z mé rodiny umře“), 96 % dětí tedy odpovídalo, že mají velké obavy, že z jejich rodiny někdo umře, což považujeme za vysokou hodnotu. Dále následovala položka č. 48 („Že někdo v mé rodině onemocní“), která v počtu „odpovědí Ano“ byla naprosto totožná s otázkou č. 28. V položce č. 48 tedy odpovídalo 96 % dětí, že mají strach, kdyby někdo v jejich rodině onemocněl. Třetím nejčastěji zastoupeným strachem byla položka č. 19 („Vrahů“), na tuto položku kladně odpovědělo 94 % dětí staršího školního věku. Dalšími položkami, které byly v rámci celého dotazníku vyhodnoceny jako nejčastěji zastoupené strachy byly dále položky č. 45 („Že někdo z rodiny bude mít nehodu“), č. 60 („Šikany“), č. 67 („Mrtvých lidí“), č. 78 („Pádu z výšek“), č. 16 („Muset mluvit před třídou“), č. 32 („Že umřu“) a č. 23 („Že dostanu závažnou nemoc“).

Nejčastěji zastoupené strachy (odpovědi ANO)	Relativní četnost (n=94)
28. Že někdo z mé rodiny umře	96 %
48. Že někdo v mé rodině onemocní	96 %
19. Vrahů	94 %
45. Že někdo z rodiny bude mít nehodu	93 %
60. Šikany	91 %
67. Mrtvých lidí	91 %
78. Pádu z výšek	91 %
16. Muset mluvit před třídou	90 %
32. Že umřu	86 %
23. Že dostanu závažnou nemoc	85 %

Tabulka 4 – Nejčastěji zastoupené strachy (vlastní zpracování, 2020)

DVO1 – Jaká je intenzita a četnost strachů u chlapců v období dospívání?

V tabulce č. 5 jsou uvedeny nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy, které se vyskytovaly u chlapců. Z celkového počtu 94 respondentů, kteří se podíleli na tomto výzkumu, bylo právě 43 chlapců. Nejintenzivněji se u chlapců vyskytovala položka č. 28 („Že někdo z rodiny umře“), průměr této položky je $M = 2,79$ ($SD = 0,51$). Druhou odpovědí v tabulce je položka č. 45 („Že někdo z rodiny bude mít nehodu“), průměr této položky vychází $M = 2,77$ ($SD = 0,56$). Třetí odpovědí v tabulce je položka č. 48 („Že někdo v mé rodině onemocní“), celkový průměr této odpovědi dělá $M = 2,72$ ($SD = 0,54$). Průměr odpovědí se úzce blíží k hodnotě 3, to znamená, že chlapci zřejmě odpovídali na škále 3 (hodně se bojím). Jak můžeme zaznamenat, 3 přední příčky v tabulce se týkají obav o členy rodiny. Tento výsledek pro nás není nijak zarážející, jelikož rodina představuje pro člověka pocit bezpečí a základní hodnotu života. Rodinné prostředí zajišťuje jedinci hmotné zázemí a má na něj zásadní vliv. Rodina předává dítěti zejména morální hodnoty. (Kraus et al., 2001, s. 79) Dále se u chlapců velmi silně vyskytovaly položky č. 67 („Mrtvých lidí“), č. 32 („Že umřu“), č. 78 („Žraloků“), č. 23 („Že dostanu závažnou nemoc“), č. 64 (AIDS), č. 60 („Šikany“) a č. 76 („Že budu muset jít do nemocnice“).

V tabulce č. 5 jsou dále zobrazeny nejčastěji prožívané strachy u chlapců. Položky č. 28, 48, 67 a 60 („Že někdo z rodiny umře“, „Že někdo v mé rodině onemocní“, „Mrtvých lidí“, „Šikany“) byly umístěny jako nejvíce se vyskytující. 95 % chlapců odpovídalo na tyto situace „Ano“ (bojím se/hodně se bojím), pouze tedy 5 % chlapců se těchto zmíněných situací nebálo. Dalšími položkami u chlapců, které patří mezi nejčastější z celého seznamu strachů, jsou položky č. 45 a 78 („Že někdo z rodiny bude mít nehodu“, „Žraloků“). Dále položky č. 32 („Že umřu“), č. 64 („AIDS“), č. 76 („Že budu muset jít do nemocnice“) a č. 23 („Že dostanu závažnou nemoc“). Tyto položky se však také pohybovaly ve vysokých hodnotách, a to v rozmezí 93-84 %.

Nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy u chlapců (n=43)	Průměr odpovědí	Směrodatná odchylka	Relativní četnost (ANO)
28. Že někdo z rodiny umře	2,79	0,51	95 %
45. Že někdo z rodiny bude mít nehodu	2,77	0,56	93 %
48. Že někdo v mé rodině onemocní	2,72	0,54	95 %
67. Mrtvých lidí	2,70	0,55	95 %
32. Že umřu	2,67	0,64	91 %
78. Žraloků	2,63	0,61	93 %
23. Že dostanu závažnou nemoc	2,40	0,75	84 %
64. AIDS	2,40	0,69	88 %
60. Šikany	2,30	0,55	95 %
76. Že budu muset jít do nemocnice	2,30	0,70	86 %

Tabulka 5 – Nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy u chlapců (vlastní zpracování, 2020)

DVO2 – Jaká je intenzita a četnost strachů u dívek v období dospívání?

Z tabulky č. 6 vyplývají nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy u dívek. Z celkového počtu respondentů bylo právě 51 dívek. Nejsilněji prožívaným strachem je u dívek položka č. 28 („Že někdo z rodiny umře“), celkový průměr odpovědí je $M = 2,65$ ($SD = 0,55$). Druhou odpovědí byla položka č. 48 („Že někdo v mé rodině umře“), průměr vychází na $M = 2,56$ ($SD = 0,57$) a třetí odpovědí byla položka č. 42 („Hadů“), zde je průměr $M = 2,49$ ($SD = 0,57$). Následují položky č. 67 („Mrtvých lidí“), č. 18 („Pavouků“), č. 60 („Šikany“), č. 19

(„Vrahů“), č. 54 („Krys“), č. 78 („Žraloků“) a č. 45 („Že někdo z mé rodiny bude mít nehodu“).

Nejčastěji prožívanými strachy u dívek jsou položky č. 28, 48, a 42 („Že někdo z rodiny umře, „Že někdo v mé rodině onemocní“, „Hadů“). Tyto položky jsou v odpovědích u dívek zastoupeny v **96 %** kladně (bojím se/hodně se bojím). Pouze ve **4 %** se vyskytuje odpověď „Ne“ (nebojím se). Dalšími velmi často prožívanými obavami u dívek jsou položky č. 19 („Vrahů“), č. 45 („Že někdo z mé rodiny bude mít nehodu“), č. 18 („Pavouků“), č. 78 („Žraloků“), č. 67 („Mrtvých lidí“), č. 60 („Šikany“) a č. 54 („Krys“). Tyto položky byly dívkami také velmi kladně hodnoceny (bojím se/hodně se bojím) a vyskytovaly se v rozpětí 92-88 %.

Nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy u dívek (n=51)	Průměr odpovědí	Směrodatná odchylka	Relativní četnost (ANO)
28. Že někdo z rodiny umře	2,65	0,55	96 %
48. Že někdo v mé rodině onemocní	2,56	0,57	96 %
42. Hadů	2,49	0,57	96 %
67. Mrtvých lidí	2,47	0,70	88 %
18. Pavouků	2,41	0,63	92 %
60. Šikany	2,39	0,69	88 %
19. Vrahů	2,37	0,59	94 %
54. Krys	2,33	0,68	88 %
78. Žraloků	2,33	0,65	90 %
45. Že někdo z mé rodiny bude mít nehodu	2,31	0,61	92 %

Tabulka 6 – Nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy u dívek (vlastní zpracování, 2020)

DVO3 – Jaká je intenzita daných faktorů u dětí v období dospívání?

Celkové shrnutí hlavní výzkumné otázky nám udává tabulka č. 7, která poukazuje na jednotlivé oblasti dotazníku. Jak můžeme zaznamenat, nejsilněji se u všech členů vyskytuje psychický stres (např. psaní písemky, vysvědčení, muset mluvit před třídou, špatné známky atd.). Celkový průměr odpovědí je **M = 2,02** (SD = 0,69).

Pro zajímavost jsme jednotlivé oblasti rozčlenili také dle pohlaví. Zjistili jsme, že největší rozdíl v rámci pohlaví můžeme vidět v oblasti strachu ze zvířat, kde průměr odpovědí u chlapců je $M = 1,32$ a u dívek $M = 2,14$. Další významný rozdíl v rámci pohlaví byl zjištěn v oblasti strachu z neznámého, kde průměr odpovědí u chlapců vychází $M = 1,53$ a u dívek $M = 1,96$. Z daných výsledků můžeme usuzovat, že chlapci mají menší strach ze zvířat (např. hadí, pavouci) a z neznámého (šikany, být sám/sama, cizích lidí). Tyto údaje však nezmiňujeme v tabulce.

Jednotlivé oblasti (n=94)	Průměr odpovědí	Směrodatná odchylka
Psychický stres	2,02	0,69
Strach ze smrti a ohrožení	1,89	0,79
Strach ze selhání a kritiky	1,80	0,73
Strach ze zvířat	1,77	0,78
Strach z neznámého	1,77	0,76

Tabulka 7 – Vyhodnocení jednotlivých faktorů (vlastní zpracování, 2020)

5.2 Jaká je intenzita a četnost strachů v jednotlivých oblastech u dětí v období dospívání?

DVO4 – Jaká je intenzita a četnost strachů ze smrti a nebezpečí u dívek a chlapců v období dospívání?

Tabulka č. 8 udává nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy ze smrti a ohrožení v období dospívání. Nejsilněji prožívaným strachem u dětí staršího školního věku je jednoznačně položka č. 28 („Že někdo z rodiny umře“), celkový průměr vychází $M = 2,70$ ($SD = 0,54$). Za ní se umístila položka č. 48 („Že někdo v mé rodině onemocní“), jejíž celkový průměr je $M = 2,63$ ($SD = 0,56$). Třetí odpovědí je položka č. 45 („Že někdo z rodiny bude mít nehodu“), celkový průměr vychází $M = 2,51$ ($SD = 0,63$). Z daných výsledků lze usuzovat, že děti na škále 1-3 volili často hodnotu 3 (hodně se bojím).

Nejčastěji prožívané strachy jsou pro zajímavost rozděleny dle pohlaví. U chlapců a dívek se jedná o stejné položky, a to položky č. 28 a 48. Chlapci na ně odpovídali v **95 %** „Ano“ a dívky v **96 %** „Ano“. Můžeme zde postřehnout opravdu zanedbatelný rozdíl.

Nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy ze smrti a ohrožení	Průměr odpovědí (n=94)	Směrodatná odchylka (n=94)	Relativní četnost u chlapců (n=43)	Relativní četnost u dívek (n=51)
28. Že někdo z rodiny umře	2,70	0,54	95 %	96 %
48. Že někdo v mé rodině onemocní	2,63	0,56	95 %	96 %
45. Že někdo z rodiny bude mít nehodu	2,51	0,63	93 %	92 %
78. Žraloků	2,47	0,65	93 %	90 %
32. Že umřu	2,43	0,72	91 %	82 %
19. Vrahů	2,30	0,58	93 %	94 %
64. AIDS	2,30	0,74	88 %	78 %
23. Že dostanu závažnou nemoc	2,26	0,70	84 %	86 %
26. Že budu muset na operaci	2,14	0,71	84 %	78 %
43. Rozchodu nebo rozvodu svých rodičů	2,02	0,74	70 %	76 %

Tabulka 8 – Vyhodnocení oblasti č.1 (vlastní zpracování, 2020)

DVO5 – Jaká je intenzita a četnost strachů z neznámých situací u dívek a chlapců v období dospívání?

Tabulka č. 9 znázorňuje nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy z neznámého u dětí v období dospívání. Z tabulky vyplývá, že nejsilněji prožívaným strachem u dětí je položka č. 67 („Mrtvých lidí“) s celkovým průměrem $M = 2,57$ ($SD = 0,64$). Následují položky č. 60 („Šikany“), kde celkový průměr odpovědí je $M = 2,35$ ($SD = 0,63$) a č. 41 („Opilých lidí“) s celkovým průměrem $M = 2,19$ ($SD = 0,80$).

Nejčastěji prožívanými strachy u chlapců jsou bezesporu položky č. 67 a 60. Odpovídali na ně v **95 %** „Ano“. U dívek se jedná opět o stejné položky, avšak odpovídaly na ně v **88 %** „Ano“. Největší rozdíl v rámci pohlaví vidíme u položky č. 3 („Být sám/sama“), kde dívky odpovídaly v 82 % „Ano“ a chlapci odpovídali v 23 % „Ano“. Významný rozdíl udává také položka č. 68 („Že se ztratím někde, kde to neznám“), 86 % dívek odpovědělo „Ano“ a chlapci odpověděli „Ano“ pouze ve 49 % případů.

Nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy z neznámého	Průměr odpovědí (n=94)	Směrodatná odchylka (n=94)	Relativní četnost u chlapců (n=43)	Relativní četnost u dívek (n=51)
67. Mrtvých lidí	2,57	0,64	95 %	88 %
60. Šikany	2,35	0,63	95 %	88 %
41. Opilých lidí	2,19	0,80	70 %	80 %
76. Že budu muset jít do nemocnice	2,16	0,73	86 %	75 %
72. Pohledu na krev	1,97	0,74	60 %	80 %
70. Hřbitovů	1,93	0,80	47 %	78 %
39. Že budu potrestán otcem	1,91	0,63	86 %	67 %
68. Že se ztratím někde, kde to neznám	1,87	0,69	49 %	86 %
49. Divně vypadajících lidí	1,76	0,68	44 %	76 %
3. Být sám/sama	1,73	0,75	23 %	82 %

Tabulka 9 – Vyhodnocení oblasti č.2 (vlastní zpracování, 2020)

DVO6 – Jaká je intenzita a četnost strachů z neúspěchu a kritiky u dívek a chlapců v období dospívání?

Tato oblast se zaměřuje na nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy ze selhání a kritiky. Nejsilněji pocívaným strachem je položka č. 47 („*Že nebudu mít žádné přátele*“), kde celkový průměr odpovědí vychází $M = 2,12$ ($SD = 0,71$). Dále následuje položka č. 7 („*Že ztratím své kamarády*“) s celkovým průměrem $M = 2,10$ ($SD = 0,67$) a položka č. 1 („*Být terčem posměchu*“) s celkovým průměrem $M = 1,95$ ($SD = 0,69$). Je zřejmé, že se respondenti obávají ztráty svých přátel. V tomto věkovém období je to naprosto běžné. Vztahy s vrstevníky představují pro dospívající důležitou součást života, kde si vytvářejí pevná přátelství. Je to také příležitost k rozvíjení a posilování vztahových dovedností a schopností. (Willerton, 2012, s. 49)

Nejčastěji prožívanými strachy u chlapců je položka č. 7 („*Že ztratím své kamarády*“), na kterou v 79 % odpovídali „Ano“. U dívek se jedná také o položku č. 7, na kterou odpovídaly „Ano“ v 84 %. Na stejné pozici je také položka č. 47 („*Že nebudu mít žádné přátele*“).

Nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy ze selhání a kritiky	Průměr odpovědí (n=94)	Směrodatná odchylka (n=94)	Relativní četnost u chlapců (n=43)	Relativní četnost u dívek (n=51)
47. Že nebudu mít žádné přátele	2,12	0,71	74 %	84 %
7. Že ztratím své kamarády	2,10	0,67	79 %	84 %
1. Být terčem posměchu	1,95	0,69	70 %	76 %
5. Kritiky ostatních	1,79	0,70	63 %	63 %
21. Rvačky	1,77	0,66	60 %	67 %
57. Injekcí	1,73	0,73	33 %	76 %
73. Že budu vypadat hloupě	1,68	0,70	49 %	59 %
29. Že udělám chybu	1,55	0,72	26 %	55 %
27. Chodit do školy	1,50	0,74	21 %	47 %

Tabulka 10 – Vyhodnocení oblasti č.3 (vlastní zpracování, 2020)

DVO7 – Jaká je intenzita a četnost strachů ze zvířat u dívek a chlapců v období dospívání?

V této oblasti odpovídáme na nejsilněji a nejčastěji pociťované strachy ze zvířat u dětí v období dospívání. Jak vidíme, nejsilněji prožívaným strachem je položka č. 42 („Hadů“), kde celkový průměr odpovědí vychází $M = 2,10$ ($SD = 0,73$). Dále se umístila položka č. 18 („Pavouků“) s celkovým průměrem odpovědí $M = 1,90$ ($SD = 0,81$) a také položka č. 54 („Krys“) s celkovým průměrem odpovědí $M = 1,86$ ($SD = 0,81$).

Nejčastěji prožívaným strachem u chlapců je položka č. 42 („Hadů“), na kterou odpovídali v 56 % „Ano“. U dívek je také nejčastěji zastoupena položka č. 42 („Hadů“). Významný rozdíl vidíme např. v položce č. 63 („Ještěrek“), chlapci odpověděli kladně pouze ve 2 %, to znamená, že 98 % chlapců se nebojí ještěrek. Naopak u dívek vychází výsledky odlišně, v 67 % odpovídali kladně, pouze 33 % dívek se tedy ještěrek nebojí.

Nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy ze zvířat	Průměr odpovědí (n=94)	Směrodatná odchylka (n=94)	Relativní četnost u chlapců (n=43)	Relativní četnost u dívek (n=51)
42. Hadů	2,10	0,73	56 %	96 %
18. Pavouků	1,90	0,81	26 %	92 %
54. Krys	1,86	0,81	26 %	88 %
66. Tygrů	1,78	0,75	44 %	71 %
6. Myší	1,70	0,76	16 %	82 %
69. Bouřky	1,66	0,78	14 %	75 %
58. Včel	1,64	0,74	35 %	59 %
63. Ještěrek	1,51	0,73	2 %	67 %
71. Psů	1,16	0,44	0 %	24 %

Tabulka 11 – Vyhodnocení oblasti č.4 (vlastní zpracování, 2020)

DVO8 – Jaká je intenzita a četnost strachů vyvolávající psychický stres u dívek a chlapců v období dospívání?

Tato oblast zjišťuje nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy vyvolávající psychický stres u dětí v období dospívání. Nejsilněji pocíťovaným strachem u dětí staršího školního věku je položka č. 16 („*Muset mluvit před třídou*“), kde celkový průměr odpovědí respondentů je $M = 2,21$ ($SD = 0,6$). Jako další se umístily položky č. 55 („*Jít na novou školu*“) s celkovým průměrem $M = 2,13$ ($SD = 0,67$) a č. 10 („*Že budu mít špatné známky*“) s celkovým průměrem $M = 2,10$ ($SD = 0,69$). Z těchto výsledků můžeme usoudit, že nejčastěji se umístily strachy spojené se školou. Strachy ze školy označujeme jako školní fobie. Děti pocíťují obavy ze selhání ve škole, které mohou být doprovázeny i bolestmi břicha, hlavy a dalšími bolestmi. (Pugnerová et al., 2016, s. 120)

U chlapců se nejčastěji objevovala položka č. 16 („*Muset mluvit před třídou*“), na kterou odpověděli v 91 % „Ano“ (bojím se/hodně se bojím). U dívek se na přední příčce objevila také tato položka, odpověděly na ni „Ano“ v 90 %. Významné rozdíly v rámci pohlaví můžeme vidět např. v položce č. 61 („*Vysvědčení*“), kde chlapci odpovídali v 86 % kladně a dívky odpovídaly kladně pouze v 55 %.

Nejsilněji a nejčastěji prožívané psychické stresy	Průměr odpovědí (n=94)	Směrodatná odchylka (n=94)	Relativní četnost u chlapců (n=43)	Relativní četnost u dívek (n=51)
16. Muset mluvit před třídou	2,21	0,6	91 %	90 %
55. Jít na novou školu	2,13	0,67	84 %	82 %
10. Že budu mít špatné známky ve škole	2,10	0,69	84 %	78 %
59. Psaní písemky	2,03	0,71	88 %	67 %
15. Jít k zubaři	2,01	0,71	84 %	69 %
24. Prvního setkání (s někým)	1,97	0,71	70 %	76 %
40. Že neudělám test	1,95	0,66	84 %	69 %
9. Jít k doktorovi	1,93	0,64	84 %	69 %
61. Vysvědčení	1,90	0,72	86 %	55 %
20. Že budu kritizován svými rodiči	1,72	0,69	63 %	55 %

Tabulka 12 – Vyhodnocení oblasti č.5 (vlastní zpracování, 2020)

6 SHRnutí VÝSLEDKŮ

Cílem praktické části bakalářské práce bylo zjistit, jaké jsou nejčastěji a nejintenzivněji prožívané strachy u dětí staršího školního věku. Dotazníkovým šetřením jsme získali demografické údaje o respondentech a následně údaje, kterými jsme si odpověděli na výzkumné otázky a cíle výzkumu. Výzkumnými otázkami jsme zjišťovali, jaká je četnost a intenzita strachů u dětí v období dospívání ze smrti a ohrožení, z neznámých situací, z neúspěchu a kritiky, ze zvířat a v neposlední řadě strachy vyvolávající psychický stres.

Samotný dotazník byl složen ze 78 škálových položek a byl rozdělen do 5 oblastí, které jsou v souladu s výzkumnými cíli a otázkami. Dotazník také doplňovaly 3 otázky týkající věku, pohlaví a ročníku ZŠ, abychom měli přehled o účastnících výzkumu. V oblastech jsme odpovědi také sledovali na základě pohlaví. Položky nebyly v dotazníku kladeny po dílčích oblastech, ale byly rozmístěny dle autorů dotazníku. Výzkumné šetření bylo realizováno metodou kvantitativního výzkumu, přesněji tedy dotazníkovým šetřením, kdy jsme účastníkům výzkumu rozdali dotazníky a tyto data použili pro náš výzkum. Výběr výzkumného souboru byl uskutečněn prostřednictvím dostupného výběru, kdy jsme spolupracovali se školami, které projevíly zájem o spolupráci. Výzkumu se celkově zúčastnilo 94 respondentů ze 2 základních škol v Jihomoravském kraji. Získané dotazníky byly vyhodnoceny pomocí programu Microsoft Office Excel, kde byly výsledky přepsány a zpracovány do grafů a tabulek.

Sociodemografické údaje o respondentech jsme zjistili položkami č. 79-81. Na výzkumu se podílelo 54 % dívek a 46 % chlapců. Věkové rozmezí bylo 11-14 let, nejpočetnější skupinou byli žáci ve věku 13 let (38 %). Zajímavým zjištěním bylo, že se průzkumu zúčastnilo 50 % žáků 6. ročníků a 50 % žáků 7. ročníků.

Výzkumný šetřením jsme se také pokusili zjistit, jaké nejčastější strachy a v jaké intenzitě děti staršího školního věku prožívají. Děti hodnotily dané situace představující strach na škále 1-3 (nebojím se/bojím se/hodně se bojím). Z výzkumu bylo zjištěno, že celkově nejsilněji prožívaným strachem u žáků byl strach z toho, že **někdo z jejich rodiny umře** ($M = 2,71$). Tento fakt byl potvrzen zjištěním, že celkově nejčastěji prožívaným strachem všech účastníků výzkumu byl strach, že **někdo z jejich rodiny umře** (96 %). Tyto výsledky také korespondují s výsledky v rámci pohlaví, jelikož dívky odpovídaly v 96 % „Ano“ a chlapci v 95 % „Ano“. Tato skutečnost pro nás nebyla nijak překvapující, jelikož rodina dětem dává pocit bezpečí, jistoty a lásky a je „základním stavebním kamenem“ pro každého jedince.

Ztráta člena rodiny pro ně tedy bezesporu představuje velkou míru obav. Oblastí, která byla celkově nejvíce zastoupena, byl **psychický stres** ($M = 2,02$). V této oblasti byly položky „jít k doktorovi“, „že budu mít špatné známky“, „jít k zubaři“, „muset mluvit před třídou“, „že budu kritizován svými rodiči“, „prvního setkání (s někým)“, „že neudělám test“, „jít na novou školu“, „psaní písemky“ a „vysvědčení“.

Dále jsme zkoumali, jaká je četnost a intenzita strachů ze smrti a nebezpečí. Nejsilněji prožívanou obavou z této oblasti byl strach, že **někdo z rodiny umře** ($M = 2,70$). 95 % chlapců a 96 % dívek odpovědělo, že mají strach, že **z jejich rodiny někdo umře** a že **někdo z jejich rodiny onemocní**. Tyto výsledky se spolu shodují a je opravdu patrné, že děti staršího školního věku mají z této situace silné obavy a úzkosti.

Také nás zajímalo, jaká je četnost a intenzita u strachů z neznámých situací. Dozvěděli jsme se, že nejsilněji pocíťovanou obavou z této oblasti byl strach **z mrtvých lidí** ($M = 2,57$). Tato skutečnost také koresponduje se zjištěním, že 95 % chlapců a 85 % dívek pocíťovali strach **z mrtvých lidí a také z šikany**. Je zřejmé, že se děti těchto situací obávají. Šikana se totiž objevuje v různém prostředí (školní i mimoškolní). K šikaně může docházet cestou do školy, před začátkem vyučování, o přestávkách, ale také v místech, kde nemohou zasáhnout dospělí či učitelé. (Bendl, 2003, s. 51)

Dozvěděli jsme, jaké jsou nejčastěji a nejintenzivněji zastoupené strachy z neúspěchu a kritiky. Z výsledků je zřejmé, že nejsilněji prožívanou obavou u dětí v období dospívání byl strach, že **nebudou mít žádné přátele** ($M = 2,12$), což koresponduje také se skutečností, že 74 % chlapců a 84 % dívek má strach, že **nebudou mít žádné přátele**. Dívky (84 %) a chlapci (79 %) mají strach také z toho, že **ztratí své kamarády**. Dívky tedy odpovídaly o 5 % častěji, že mají strach z toho, že ztratí své kamarády. Tato skutečnost může být dána tím, že dívky kladou větší důraz na výlučnost a výjimečnost svého přátelství. Dívky jsou na své kamarádky více citově vázané, a proto zde může být častější obava ze ztráty kamarádky. Chlapci naopak v přátelství nevyžadují výlučnost, jsou více tolerantní a jejich kamarád má větší volnost při volbě dalších přátelství. (Vágnerová, 2005, s. 431)

Dále jsme zjistili, jaká je četnost a intenzita strachů ze zvířat. Nejsilněji prožívaným strachem u dětí staršího školního věku byl strach **z hadů** ($M = 2,10$). Chlapci měli obavy z hadů v 56 % a dívky pocíťovaly strach v 96 %. Četnost zde ukazuje, že průměr je ovlivněn zejména reakcemi dívek.

V oblasti strachů vyvolávající psychickou zátěž bylo zjištěno, že nejsilněji prožívanou obavou byl strach z toho, že by jedinci **museli mluvit před třídou** ($M = 2,21$), což se shoduje se zjištěním, že u chlapců se nejčastěji vyskytoval strach z mluvení před třídou v 91 % a u dívek se tento strach objevoval v 90 % případů.

7 ZÁVĚREČNÁ DISKUZE

Pozoruhodným výsledkem daného výzkumného šetření je zjištění, že u dětí staršího školního věku se v rámci jednotlivých faktorů nejvíce objevuje faktor **psychický stres** ($M = 2,02$), kde jsou zastoupeny tyto strachy: „jít k doktorovi“, „že budu mít špatné známky“, „jít k zubaři“, „muset mluvit před třídou“, „že budu kritizován svými rodiči“, „prvního setkání (s někým)“, „že neudělám test“, „jít na novou školu“, „psaní písemky“ a „vysvědčení“. Dívky v rámci tohoto faktoru odpovídaly s celkovým průměrem $M = 2,0$ a chlapci zde odpovídali na položky s celkovým průměrem $M = 2,05$. Výsledky byly tedy v rámci pohlaví velmi vyvážené. Jedná se tedy zejména o strachy ze školního prostředí a lékařské strachy. Naším odhadem na začátku výzkumu bylo, že faktorem, který bude u dětí nejvíce zastoupen, bude faktor strach ze smrti a ohrožení. Tento faktor se však umístil těsně jako druhý v pořadí ($M = 1,89$).

Závěrem bychom chtěli zmínit, že tento výzkum nemůžeme aplikovat na celou populaci, jelikož jsme zde použili dostupný výběr. Chtěli bychom tedy doporučit, aby byl výzkum na toto téma v budoucnu zaměřen na mnohem větší výzkumný vzorek, kde by bylo zahrnuto daleko více základních škol v České republice. Výzkum by byl podrobnější, avšak výsledky by mohly být aplikovány na celou populaci.

Při dalším výzkumném šetření bychom dále doporučovali, aby se výzkumy, které se zabývají strachy a úzkostmi u dětí staršího školního věku, zaměřovaly na propojení volných odpovědí týkající se strachu s daným seznamem, kde je vyjmenovaný výčet strachů. Bylo by zajímavé sledovat, zda se liší volné odpovědi respondentů od předem připraveného seznamu strachů.

Výsledky této bakalářské práce by mohly být užitečné zejména pro lepší pochopení chování a uvažování u dětí staršího školního věku, jelikož nám jejich reakce na různé situace mohou připadat někdy nepřiměřené. Tento výzkum může napomoci objasnit, že se nejedná o nepřiměřené reakce dětí, ale že mohou mít z určitých situací a prostředí velmi vážné úzkosti, strachy a fobie. Je důležité chápat dětské strachy a brát je zcela vážně. Neměli bychom je podhodnocovat, avšak ani příliš dramatizovat. Dítěti bychom měli aktivně naslouchat a být mu oporou. (Rogge, 1999, s. 20)

Poznatky z této práce by bylo možné využít na daných školách, kde probíhal výzkum. Zjištěné poznatky by mohly napomoci např. pracovníkům školního poradenského pracoviště, zejména školním metodikům prevence a školním psychologům, kteří by měli

jasný přehled, jak se žáci ve škole cítí a z čeho mají strach (šikana, strach ze špatných známek, mluvení přes třídu apod.)

ZÁVĚR

Cílem bakalářské práce Prožívání situační úzkosti u dětí staršího školního věku ve školním a mimoškolním prostředí bylo zjistit, jaká je četnost a intenzita strachů u dětí v období dospívání vyskytují.

V teoretické části bakalářské práce jsme se zabývali třemi hlavními kapitolami. V první kapitole jsme zabývali kapitolou úzkost, strach a fobie, kde byly zmíněny sociální, specifické a školní fobie. V druhé kapitole jsme se věnovali období staršího školního věku, jelikož výzkum je zaměřen právě na tyto respondenty. Byla zde vymezena tato vývojová etapa a její specifika z pohledu různých autorů. Ve třetí kapitole jsme se zabývali vlivem prostředí na jedince. Definovali jsme, co znamená prostředí a následně jsme se rozebrali rodinné prostředí, školní prostředí a mimoškolní prostředí (vrstevnické skupiny). Tyto prostředí byly vymezeny především z toho důvodu, jelikož mají zásadní vliv na utváření identity dítěte a ovlivňují ho zcela zásadním způsobem v jeho chování a prožívání.

V praktické části bakalářské práce jsme se detailněji zaměřili na prožívání strachů u dětí staršího školního věku pomocí kvantitativního výzkumu. V praktické části jsme zkoumali odpovědi celkem 94 respondentů ze 2 základních škol. Na začátku výzkumu jsme stanovili výzkumné cíle a otázky. Získaná data z dotazníku jsme poté vyhodnotili a znázornili v grafech a tabulkách. V neposlední řadě jsme se snažili o celkové shrnutí výzkumného šetření. Z výzkumu vyplynulo, že žáci pocítují nejsilnější obavy v rámci faktoru psychický stres, kde se strachují např. z doktorů, špatných známek, vysvědčení, psaní písemky či z prvního setkání. Druhý faktor, který byl u respondentů velmi silně zastoupen, byl faktor strach ze smrti a ohrožení, kde se děti obávají závažných nemocí, úmrtí, smrti jejich blízkých, ohrožení střelnou zbraní, zemětřesení, pádu z výšek apod.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] BENDL, Stanislav. *Prevence a řešení šikany ve škole*. Praha: ISV, 2003. Pedagogika (ISV). ISBN 80-86642-08-9.
- [2] ČAČKA, Otto. *Psychologie duševního vývoje dětí a dospívajících s faktory optimalizace*. Brno: Doplněk, 2000. ISBN 8072390600.
- [3] ČÁP, Jan. *Rozvíjení osobnosti a způsob výchovy*. Praha: ISV, 1996, 302 s. Psychologie. ISBN 8085866153.
- [4] ČÁP, Jan a Jiří MAREŠ. *Psychologie pro učitele*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-273-7.
- [5] FARKOVÁ, Marie. *Dospělost a její variabilita*. Praha: Grada, 2009. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2480-5.
- [6] GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2000. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-85931-79-6.
- [7] GIDDENS, Anthony, SUTTON, Philip W., ed. *Sociologie*. Praha: Argo, 2013, 1049 s. ISBN 9788025708071.
- [8] HELUS, Zdeněk. *Sociální psychologie pro pedagogy*. Praha: Grada, 2007. Pedagogika (Grada). ISBN 9788024711683.
- [9] HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 8071789275.
- [10] CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada, 2007. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-1369-4.
- [11] JANDOUREK, Jan. *Úvod do sociologie*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. ISBN 9788073676445.
- [12] JEDLIČKA, Richard. *Psychický vývoj dítěte a výchova: jak porozumět socializačním obtížím*. Praha: Grada, 2017. Psyché (Grada). ISBN 9788027100965.
- [13] KOŤA, Jaroslav, Dobromila TRPIŠOVSKÁ a Marie VACÍNOVÁ. *Sociální psychologie: vybrané kapitoly*. Vyd. 2., rozš. a přeprac. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2013. ISBN 9788074520297.
- [14] KRAUS, Blahoslav a Věra POLÁČKOVÁ. *Člověk – prostředí – výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. ISBN 8073150042.

- [15] LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 1998. Psyché (Grada). ISBN 807169195x.
- [16] LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 8024712849.
- [17] MACEK, Petr. *Adolescence*. 2., upr. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 9788071787471.
- [18] MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vyd. 3. Praha: Portál, 2000. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 807178494x.
- [19] MATĚJČEK, Zdeněk a Marie POKORNÁ. *Radosti a strasti: předškolní věk, mladší školní věk, starší školní věk*. Jinočany: H & H, 1998. ISBN 80-86022-21-8.
- [20] MORSCHITZKY, Hans a Sigrid SATOR. *Deset tváří úzkosti: svépomocný program v sedmi krocích*. Praha: Portál, 2014. Spektrum (Portál). ISBN 978-80-262-0688-0.
- [21] MUSIL, Jiří V. *Vývojová psychologie I*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, 2006. ISBN 8073183617.
- [22] PIAGET, Jean a Bärbel INHELDER. *Psychologie dítěte*. Vyd. 4., V nakl. Portál 3. Praha: Portál, 2001. ISBN 807178608x.
- [23] PRAŠKO, Ján. *Úzkostné poruchy: klasifikace, diagnostika a léčba*. Praha: Portál, 2005, 413 s. ISBN 8071789976.
- [24] PRAŠKO, Ján a Michaela HOLUBOVÁ. *Sociální fobie a její léčba*. Praha: Grada Publishing, 2017, 250 s. Psyché. ISBN 9788024758411.
- [25] PRAŠKO, Ján a Klára LÁTALOVÁ. *Psychiatrie v primární péči*. Praha: Mladá fronta, 2013, 855 s. Edice postgraduální medicíny. ISBN 9788020427984.
- [26] PRAŠKO, Ján, Hana PRAŠKOVÁ a Jana PRAŠKOVÁ. *Specifické fobie*. Praha: Portál, 2008, 219 s. Rádcí pro zdraví. ISBN 9788073673000.
- [27] PRAŠKO, Ján, Jana PRAŠKOVÁ a Jana VYSKOČILOVÁ. *Úzkost a obavy: jak je překonat*. Praha: Portál, 2006, 226 s. Rádcí pro zdraví. ISBN 8073670798.
- [28] PROCHÁZKA, Miroslav. *Sociální pedagogika*. Praha: Grada, 2012. Pedagogika (Grada). ISBN 9788024734705.
- [29] PRŮCHA, Jan. *Moderní pedagogika*. Šesté, aktualizované a doplněné vydání. Praha: Portál, 2017. ISBN 9788026212287.

- [30] PUGNEROVÁ, Michaela a Jana KVINTOVÁ. *Přehled poruch psychického vývoje*. Praha: Grada, 2016. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5452-9.
- [31] REICHEL, Jiří. *Kapitoly systematické sociologie*. Praha: Grada, 2008. Sociologie (Grada). ISBN 9788024725949.
- [32] ROGGE, Jan-Uwe. *Dětské strachy a úzkosti*. Praha: Portál, 1999. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-237-8.
- [33] ŘÍČAN, Pavel a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Dětská klinická psychologie*. 4., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1049-8.
- [34] SMOLÍK, Petr. *Duševní a behaviorální poruchy: průvodce klasifikací, nástinnozologie, diagnostika*. 2., rev. vyd. Praha: Maxdorf, 2002, 506 s. ISBN 808591218X.
- [35] VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 8071783080.
- [36] VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie I.: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0956-8.
- [37] VYMĚTAL, Jan. *Lékařská psychologie*. Praha: Portál, 2003. ISBN 807178740x.
- [38] VYMĚTAL, Jan. *Úzkost a strach u dětí*. Praha: Portál, 2004, 181 s. ISBN 8071788309.
- [39] WILLERTON, Julia. *Psychologie mezilidských vztahů*. Praha: Grada, 2012. Z pohledu psychologie. ISBN 978-80-247-3924-3.
- [40] WOLF, Doris. *Jak překonat strach, úzkost, paniku, fobie*. Praha: Grada, 2018, 205 s. ISBN 9788027106189.

INTERNETOVÉ ZDROJE

- [1] HŘEBÍČKOVÁ, Martina, Emília FICKOVÁ, Miroslava KLEMENTOVÁ, Willibald RUCH a Rene T. PROYER. *Strach ze zesměšnění: Česká a slovenská verze dotazníku GELOPH 15 pro zjišťování gelotofobie*. *Česká psychologie* [online]. 2009, 53(5), 468-479 [cit. 2020-04-29]. Dostupné z: <https://search.proquest.com/advanced?accountid=15518>
- [2] MICHALČÁKOVÁ, Radka. *Strachy v období rané adolescence: deskripce a analýza souvislostí* [online]. Brno, 2006 [cit. 2020-04-29]. Dostupné z: <https://theses.cz/id/uukwnb/>. Disertační práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií, Katedra psychologie.
- [3] VYMĚTAL, Jan. *Speciální psychoterapie* [online]. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2007 [cit. 2020-01-21]. ISBN 9788024713151. Dostupné z: <https://books.google.cz/>
- [4] GULLONE, Eleonora. *The Fear Survey Schedule for Children—II: A psychometric investigation with American data* [online]. Australia, 1997 [cit. 2020-05-26]. Dostupné z: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0005796796000897?via%3Dihub>

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

%	Procento
Apod.	A podobně
Atd.	A tak dále
Č.	Číslo
ČSÚ	Český statistický úřad
DVO	Dílčí výzkumná otázka
FSSC-II	Fear Survey Schedule for Children II
M	Mean (průměr)
N	Počet
Např.	Například
S.	Strana
SD	Směrodatná odchylka
Tj.	To je
Tzv.	Takzvaně
VO	Výzkumná otázka
ZŠ	Základní škola

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 – Bludný kruh vyhybavého chování a jeho důsledků (Praško et al., 2017, s. 75)	15
Obrázek 2 – Změna tělesných proporcí u chlapců a dívek (Langmeier et al., 2006, s. 144)	24
Obrázek 3 – Vlivy prostředí na jedince (Kraus et al., 2001, s. 106).....	26

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 – Výzkumný soubor (vlastní zpracování, 2020).....	36
Tabulka 2 – Subškály v dotazníku (vlastní zpracování, 2020).....	41
Tabulka 3 – Nejsilněji prožívané strachy (vlastní zpracování, 2020).....	43
Tabulka 4 – Nejčastěji zastoupené strachy (vlastní zpracování, 2020)	44
Tabulka 5 – Nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy u chlapců (vlastní zpracování, 2020)	45
Tabulka 6 – Nejsilněji a nejčastěji prožívané strachy u dívek (vlastní zpracování, 2020)..	46
Tabulka 7 – Vyhodnocení jednotlivých faktorů (vlastní zpracování, 2020)	47
Tabulka 8 – Vyhodnocení oblasti č.1 (vlastní zpracování, 2020)	48
Tabulka 9 – Vyhodnocení oblasti č.2 (vlastní zpracování, 2020)	49
Tabulka 10 – Vyhodnocení oblasti č.3 (vlastní zpracování, 2020)	50
Tabulka 11 – Vyhodnocení oblasti č.4 (vlastní zpracování, 2020)	51
Tabulka 12 – Vyhodnocení oblasti č.5 (vlastní zpracování, 2020)	52

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1 – Pohlaví respondentů (vlastní zpracování, 2020)	37
Graf 2 – Věk respondentů (vlastní zpracování, 2020)	37
Graf 3 – Ročník ZŠ (vlastní zpracování, 2020)	38

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Dotazník

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK

DOTAZNÍK

Dobrý den, jmenuji se Karolína Ožvoldová a jsem studentkou 3. ročníku oboru Sociální pedagogika na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně. Touto cestou bych Vás chtěla poprosit o vyplnění krátkého dotazníku, který bude součástí mé bakalářské práce na téma Prožívání situační úzkosti u dětí staršího školního věku ve školním a mimoškolním prostředí. Chtěla bych Vás také požádat, abyste dotazník vyplňovali co nejpravdivěji. Dotazník je zcela anonymní a slouží pouze pro výzkumnou část mé bakalářské práce. Děkuji Vám za Váš čas a ochotu.

Dotazník FSSC – II (*Fears Survey Schedule for Children*)

- | | |
|--|---|
| 1. Být terčem posměchu | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 2. Jízdy na horské dráze | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 3. Být sám/sama | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 4. Jet autem nebo autobusem | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 5. Kritiky ostatních | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 6. Myši | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 7. Že ztratím své kamarády | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 8. Být na uzavřených místech | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 9. Jít k doktorovi | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 10. Že budu mít špatné známky ve škole | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 11. Napadení naší země | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 12. Tmy | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 13. Nukleární války | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 14. Brát nebezpečné drogy | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |
| 15. Jít k zubaři | <input type="checkbox"/> Nebojím se <input type="checkbox"/> Bojím se <input type="checkbox"/> Hodně se bojím |

16. Muset mluvit před třídou Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
17. Násilí v televizi Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
18. Pavouků Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
19. Vrahů Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
20. Že budu kritizován svými rodiči Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
21. Rvačky Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
22. Že budu někým unseen Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
23. Že dostanu závažnou nemoc Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
24. Prvního setkání (s někým) Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
25. Ohně Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
26. Že budu muset na operaci Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
27. Chodit do školy Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
28. Že někdo z rodiny umře Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
29. Že udělám chybu Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
30. Hádek mých rodičů Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
31. Vichřice Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
32. Že umřu Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
33. Že mě srazí auto nebo kamión Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
34. Že budu předvolán k řediteli Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
35. Duchů nebo strašidelných věcí Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
36. Ohrožení střelnou zbraní Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
37. Lesních požárů Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
38. Že nebudu moci dýchat Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
39. Že budu potrestán otcem Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
40. Že neudělám test Nebojím se Bojím se Hodně se bojím

41. Opilých lidí Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
42. Hadů Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
43. Rozchodu nebo rozvodu svých rodičů Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
44. Zásahu elektrickým proudem Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
45. Že někdo z rodiny bude mít nehodu Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
46. Že se ztratím v davu Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
47. Že nebudu mít řádné přátele Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
48. Že někdo v mé rodině onemocní Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
49. Divně vypadajících lidí Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
50. Že budu potrestán matkou Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
51. Že se k nám vloupá zloděj Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
52. Zlých snů Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
53. Být sám/sama doma Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
54. Krys Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
55. Jít na novou školu Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
56. Zemětřesení Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
57. Injekcí Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
58. Včel Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
59. Psaní písemky Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
60. Šikany Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
61. Vysvědčení Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
62. Hromobití Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
63. Ještěrek Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
64. AIDS Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
65. Strašidelných domů Nebojím se Bojím se Hodně se bojím

66. Tygrů Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
67. Mrtvých lidí Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
68. Že se ztratím někde, kde to neznám Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
69. Bouřky Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
70. Hřbitovů Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
71. Psů Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
72. Pohledu na krev Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
73. Že budu vypadat hloupě Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
74. Letu letadlem Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
75. Cizích lidí Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
76. Že budu muset jít do nemocnice Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
77. Pádu z výšek Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
78. Žraloků Nebojím se Bojím se Hodně se bojím
-
79. Jaké je Vaše pohlaví? Žena Muž
80. Kolik máte let? 11 let 12 let 13 let 14 let
81. Jaký ročník navštěvujete? 6. ročník 7. ročník