

**Západočeská univerzita v Plzni
Fakulty designu a umění Ladislava Sutnara**

Bakalářská práce

SOCIÁLNÍ ÚZKOST

Elina Semenova

Plzeň 2019

Západočeská univerzita v Plzni
Fakulty designu a umění Ladislava Sutnara

KATEDRA VÝTVARNÉHO UMĚNÍ
Studijní program Výtvarná umění
Studijní obor Ilustrace a Grafika
Specializace Mediální a didaktická ilustrace

Bakalářská práce

SOCIÁLNÍ ÚZKOST

Elina Semenova

Vedoucí práce: MgA. Ing. Václav Šlajch
Katedra výtvarného umění
Fakulty designu a umění Ladislava Sutnara
Západočeské univerzity v Plzni

Plzeň 2019

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Elina SEMENOVA**

Osobní číslo: **D16B0167P**

Studijní program: **B8206 Výtvarná umění**

Studijní obor: **Ilustrace a grafika, specializace Mediální a didaktická ilustrace**

Název tématu: **Autorská ilustrovaná kniha na pomezí ilustrace a komiksu**

Zadávací katedra: **Katedra výtvarného umění**

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

- a) Tvůrčí záměr: Téma Autorská ilustrovaná kniha na pomezí ilustrace a komiksu umožňuje autorovi napsat a ilustrovat vlastní knihu. Mým záměrem je rozšíření, prohloubení vědomostí a schopností.
- b) Způsob: Ilustrace tvořené kombinovanou technikou, typografické a knihařské zpracování.
- c) Cíle: Vytvoření ilustrované autorské knihy.
- d) Předpokládaný charakter výstupu: Kompletně řešená autorská kniha, včetně typografického řešení a obálky. Kniha bude tištěna ve třech exemplářích.
- e) Stanovení rozsahu průvodní zprávy: minimum 3 normostrany.

Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara
Akademický rok: 2018/2019

Rozsah praktické části: **vyplyne ze zpracování BP**

Rozsah teoretické části: **min. 3 normostrany textu**

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná**

Seznam odborné literatury:

MCCLLOUD, Scott. Jak rozumet komiksu. Praha: BB/art, 2008. ISBN 978-80-7381-419-9.

GROENSTEEN, Thierry. Stavba komiksu. Brno: Host, 2005. Studium (Host). ISBN 80-7294-141-0.

RATKOVSKI, Natali. Profession - illustrator: learn to think creative. Moskva: Mann, Ivanov & Ferber, 2011. ISBN 978-5-91657-912-3.

LOOMIS, Andrew. Creative Illustration. New York, The Viking Press, 1948. ISBN-10 1845769287.


SOLOMON, Andrew. The Noonday Demon: An Atlas of Depression. New York, Scribner, 2002. ISBN 13 9780684854670.

HOUSTON, Greg. Illustration that Works: Professional Techniques for Artistic and Commercial Success. New York, Monacelli Studio, 2016. ISBN13: 9781580934473

Vedoucí bakalářské práce: **MgA. Ing. Václav Šlajch**
Katedra designu


Datum zadání bakalářské práce: **27. září 2018**

Termín odevzdání bakalářské práce: **30. dubna 2019**


v z. Mgr. Jindřich Lukavský, Ph.D.
proděkan pro studijní a pedagogické záležitosti

Doc. akademický malíř Josef Mištera
děkan




Mgr. Jindřich Lukavský, Ph.D.
vedoucí katedry

V Plzni dne 24. října 2018

Prohlašuji, že jsem umělecké dílo vypracovala samostatně a nejedná se o plagiát.

Plzeň, duben 2019

.....
podpis autora

OBSAH

1 TÉMA A DŮVOD JEHO VOLBY	7
2 POPIS PŘÍPRAVY A REFLEXE PROCESU VLASTNÍ TVORBY	7
3 POPIS VÝSLEDNÉHO DÍLA A JEHO VYUŽITÍ	8
4 ZDROJE BAKALÁŘSKÉ PRÁCE	10
5 RESUMÉ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE	11
6 PŘÍLOHY BAKALÁŘSKÉ PRÁCE	12

Rešerše zvoleného tématu

Po rozhovoru s jedním z mých příbuzných, který mi namítl, že mentální a psychické problémy, to je v současnosti jen módní a nesmyslná záležitost, jsem se rozhodla zpracovat bakalářskou práci na téma Sociální úzkosti. Slova mého příbuzného mě velmi rozrušila, neboť já sama jsem v té době dost dlouho bojovala s depresí a stravovací poruchou. Rozhodně mě však i přes tyto problémy nikdo nemůže označit jako „flákače“, a tedy jsem se pustila do bližšího zkoumání tohoto tématu..

Dotazovala jsem se cca 70 lidí různých národností ve věku mezi 18 a 55 roky, co si myslí o duševních a psychických problémech. Zaujalo mě, že 70 % lidí ve věku 30 až 55 let věří, stejně jako můj příbuzný, že je to jen lenost a neochota měnit svůj život.

Je překvapivé i to, že v roce 1944 byl vytvořen DSM-IV7 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th Edition), seznam 410 přestupků na 886 stránkách pod vedením Dr. Allena Frances a teprve díky tomu se duševní choroby staly oficiální chorobou s vlastními klasifikacemi a metodami léčby. Přesto jsou stále považovány mnoha lidmi jen za lenost. To jsou faktory, které mě přiměly, abych na toto téma zpracovala svou bakalářskou práci.

Reflexe a dokumentace procesu tvorby

Zvolila jsem pro svou bakalářskou práci problém sociální fobie, protože existuje velmi málo lidí, kteří o této chorobě vědí, a mnohé z těchto problémů jsou zaměňovány se sociopatií, což je absolutně mylné. Sociální fobie⁷, to je přetrvávající iracionální obava z provádění jakýchkoliv společenských akcí (například veřejné projevy) nebo akcí doprovázených pozorností zvenčí: strach z názorů kolemjdoucích na ulici, strach z toho, že se člověk nachází uprostřed společnosti, neschopnost provádět jakoukoliv činnost, pokud je nám věnována pozornost zvenčí, atd. To je zcela odlišné od sociopatie⁷, což je porucha osobnosti zapříčiňující abnormální chování daného jedince vůči okolnímu prostředí

Tento problém je v naší době poměrně častý, a tak jsem se rozhodla věnovat mu pozornost. Na sociálních platformách jsem uskutečnila anonymní průzkum, kdy kdokoli s tímto problémem mohl napsat svůj příběh, případně mi napsat e-mail, pokud by chtěl ode mě obdržet knihu jako poděkování ve formátu PDF. Mnoho blogerů udělalo repost mého průzkumu, aby mi pomohli, což mi nakonec umožnilo získat asi 500 příběhů. Pochopila jsem, že je nebudu moct zveřejnit všechny, ale pečlivě jsem je přečetla a vybrala jsem si šest absolutně individuálních a neobvyklých příběhů, které odrážejí všestrannost tohoto problému.

7. American Psychiatric Association (2000). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition: DSM-IV-TR®. American Psychiatric Pub. s.393/85 ISBN 978-0-89042-025-6

Pro vytvoření vhodných doplňujících ilustrací jsem si vybrala tuš. Ta odpovídala všem mým požadavkům – dodala potřebnou pochmurnou atmosféru, stejně jako mi dala příležitost přiblížit se co nejvíce danému pocitu a kreslit „více emocemi než rukou“. To bylo velmi důležité pro vytvoření mé práce ve formě, jakou jsem chtěla. Pokud bych se měla zamyslet na veškerými mými pracemi a najít nějaký jejich společný rys, byl by to asi důraz na intuitivnost a emocionalitu mých prací. Tuto techniku jsem si vybrala, protože dobře spojuje příběhy lidí v mé knize. Ilustrace vidím jako temné tóny, rozmazané postavy, což pomáhá pochopit a ponořit se do nelehkých příběhů lidí s psychickým problémem.

Obálka je vyrobená v černé barvě s malé abstraktní ilustrace v bílé barvě, která otevírá závoj tajemství. Kvůli tomu předsádka je vyrobená v černé barvě symbolizující pokračování závoje.

Zvolila jsem tuš firmy Winsor & Newtonon, černý Black Indian Ink 250 ml. Je naprosto černá, dobře schne a umožňuje mi zpracovat vícevrstvé dílo. Nabízela se také volba tuše značky Koh-i-nor, ale ty nesplnila mé požadavky – černý odstín byl zabarven do hnědé barvy.

Zvolené papíry byly od tří firem:

- 1) Schoellershammer aquarellpaiper 220g/m² cold print,
- 2) Palazzo White Rose 260g/m² len Flax pale-yellow,
- 3) Gosznak Flora 200 g/m².

Použila jsem cca 60 listů akvarelového papíru pro různé skici a technické vzorky. Tento papír používám už mnoho let, takže nebylo třeba experimentovat.

Štětky jsem zvolila Borciani & Bonazzi 0 a 4 Sintetico, dva kaligrafických štětce AMI 4 a 2 Sintetic. Nakonec jsem preferovala štětinky syntetické, protože štětiny ze štěte nevypadají a snadněji vykreslí obrysy.

Dále jsem použila Adobe Photoshop CC 2018 pro korekci barev a drobné opravy. Některé ilustrace se žádaly úpravy minimální, u některých byly úpravy časově náročnější. Koncept a sazba knihy byly udělány v Adobe InDesign CC 2017.

Popis výsledného díla a jeho využití

Knihla obsahuje 20 komiksů a kreseb. Má 38 stránek textu, titul a autorskou předsádku. Formát knihy je 180x230. Z fontů byl použit Faune od Alice Savoie 12pt, se kterým pracuji velmi ráda.

Celkovou koncepci knihy jsem také konzultovala s MgA. Mgr. Pavlem Švejdou z oboru grafického designu, který mi poskytl několik užitečných rad ohledně typografie, po úpravě mi celkový koncept schválil. Tisk a vazbu jsem svěřila společnosti Kodex.

Kniha byla vytištěna na papír MUNKEN o gramáži 120 g/m², předsádky na papír Rives tradition o gramáži 170 g/m². Po oříznutí knižní blok opatřili černými kapitálkami.

Cílem mé práce je ukázat, jak dalece je stanovisko „psychické problémy — to je lenost» chybné. Ukázat, jakým problémům lidé s duševními potížemi skutečně čelí a jak s nimi bojují. Chápu, že to, co pro mne mnozí učinili, když mi otevřeně sdělili své příběhy, je obrovský krok, který je velmi odvážný.

Ráda bych všem ukázala, že znevažující náhled na takového člověka je chybný a že je velmi důležité, aby mu byla podána ruka nikoli ho odsuzovat. „Smyslem mé práce bylo vyslovit anonymně, ale pravdivě, co skutečně prožívají lidé s mentálními problémy.

Lidé s takovými poruchami o nich velmi často nechtějí hovořit, neboť se obávají, že je společnost odsoudí. Naneštěstí jejich obavy nejsou zcela neopodstatněné a často, místo aby jim ostatní pomohli a pochopili je, získají jen negativní zkušenosti, kdy jsou jim poskytnuty zbytečné rady, které většinou ani nefungují. V důsledku my získáváme dnešní problémy - znehodnocení problému a lidské reakce. Mnoho lidí nepřemýšlí o důsledcích, když hodnotí u druhé osoby její vzhled, národnost, rasu či pohlaví a nejčastěji ospravedlňují své vyjádření jako vtip nebo vlastní zkušenost. Zcela však zapomínají, že každý člověk je zcela jedinečný a nevybral si své pohlaví, rasu ani národnost.

To, co jsem uvedla, je jen malá část toho, co může vést k vzniku duševních problémů. V tomto seznamu můžeme pokračovat neomezeně dlouho. Mnoho dalších případů se dozvíte čtením knihy.

To neznamena, že bychom se měli začít bát o duševních problémech mluvit, to znamená, že předtím, než něco o tomto problému promluvíme či napíšeme, musíme přemýšlet!

Zdroje bakalářské práce.

a) Knižní a periodická literatura

1. MCCLOUD, Scott. Jak rozumet komiksu. Praha: BB/art, 2008. ISBN 978- 80-7381-419-9.
2. GROENSTEEN, Thierry. Stavba komiksu. Brno: Host, 2005. Studium (Host). ISBN 80-7294-141-0.
3. RATKOVSKI, Natali. Profession – illustrator: learn to think creative. Moskva: Mann, Ivanov & Ferber, 2011. ISBN 978-5-91657-912-3
4. LOOMIS, Andrew. Creative Illustration. New York, The Viking Press, 1948. ISBN-10: 1845769287
5. SOLOMON, Andrew. The Noonday Demon: An Atlas of Depression. New York, Scribner, 2002. ISBN 13: 9780684854670
6. HOUSTON, Greg. Illustration that Works: Professional Techniques for Artistic and Commercial Success. New York, Monacelli Studio, 2016. ISBN13: 9781580934473
7. American Psychiatric Association (2000). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition: DSM-IV-TR®. American Psychiatric Pub. ISBN 978-0-89042-025-6.

b) Internetové zdroje

1. Typofilos » Blog Archive » Vyšší dívčí: mezislovní mezery. typomil – písmo, typografie a sazba na webu [online]. [cit. 14.4.2019]. Dostupné z: <http://typomil.com/typofilos/2007/06/vyssi-divci-mezislovni-mezery/>
2. Albert Kapr “Sto a jedna věta ke knižní úpravě” [online]. [cit. 14.4.2019]. Dostupné z: <http://www.sazba.cz/typoglosy/typo101.pdf>

Resumé

Темой моей дипломной работы была авторская иллюстрированная книга на стыке иллюстраций и комикса. Моей целью было создать авторскую книгу, где текст и иллюстрация смешиваются воедино в истории, которые отображают эмоциональное состояние в момент, когда люди рассказывали мне свои истории.

Книга называется «Социальная фобия» и содержит 6 историй реальных людей. Каждая история — это история жизни людей, которые переживали или переживают проблемы связанные с описываемым заболеванием. Это реальные истории, услышав которые, я была неприятно удивлена, что такое случается в нашем мире, который переполнен толенрантностью.

Целью моей работы было рассказать анонимные истории людей о том, что на самом деле переживают люди с ментальными проблемами.

Очень часто люди с ментальными расстройствами стесняются рассказывать об этом, боясь, что общество их будет за это осуждать. К сожалению, их страхи абсолютно не беспочвенны, и часто вместо помощи люди получают огромное количество негатива в их адрес и ненужные советы, которые в большинстве своём даже не работают. В итоге мы получаем то, что получаем — обесценивание проблемы и обесценивание человеческой реакции.

Многие люди не задумываются, когда говорят что-то другому человеку о его внешности, национальности, расе, возрасте и поле — чаще всего они оправдывают свою бестактность в этом вопросе шуткой или их собственным опытом с совершенно другими людьми, забывая, что каждый человек индивидуален, и не он выбирал свой пол, расу, национальность и сегодняшний возраст.

Результатом стала книга на 48 страниц с абстрактными иллюстрациями, нарисованными интуитивно тушью. Карандаш я использовала только чтобы обозначить расположение фигур на бумаге, которые мне пришли в голову. Я обработала иллюстрации в Adobe Photoshop, чтобы они лучше вписывались в мой концепт книги, а так же выглядели в печати правильно.

Seznam příloh:

Příloha 1

Skici

Příloha 2

Skici

Příloha 3

Skici

Příloha 4

Varianty dvoustranek

Příloha 5

Náčrty ke komiksové pasáži

Příloha 6

Varianty ilustrace

Příloha 7

Varianty ilustrace

Příloha 8

Ilustrace s úpravami v počítači

Příloha 9

Ilustrace před a po počítačové úpravě

Příloha 10

Návrhy na přebal knihy

Příloha 11

Návrhy na přebal knihy

Příloha 12

Přebal

Příloha 13

Ukázky dvoustran

Příloha 14

Ukázky dvoustran

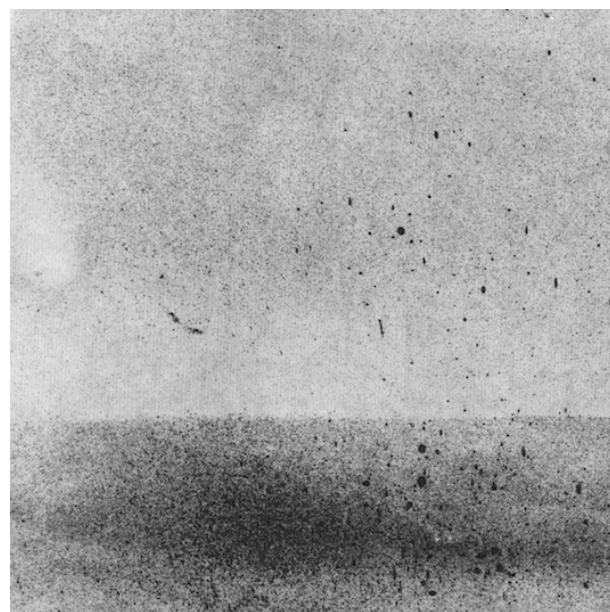
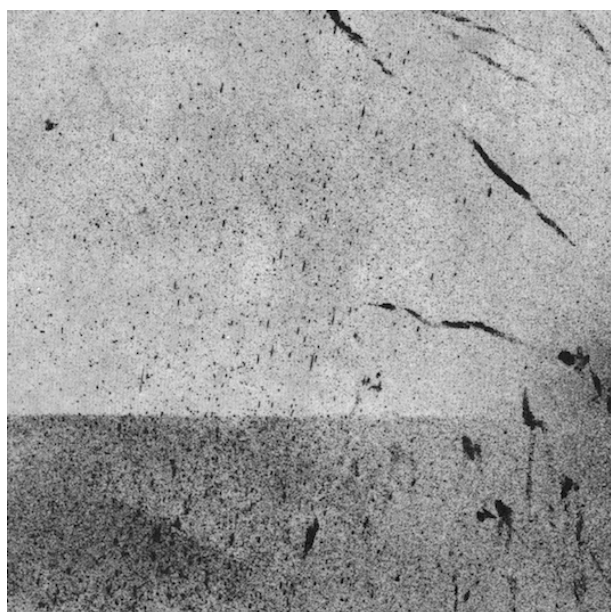
Příloha 15

Finální podoba knihy

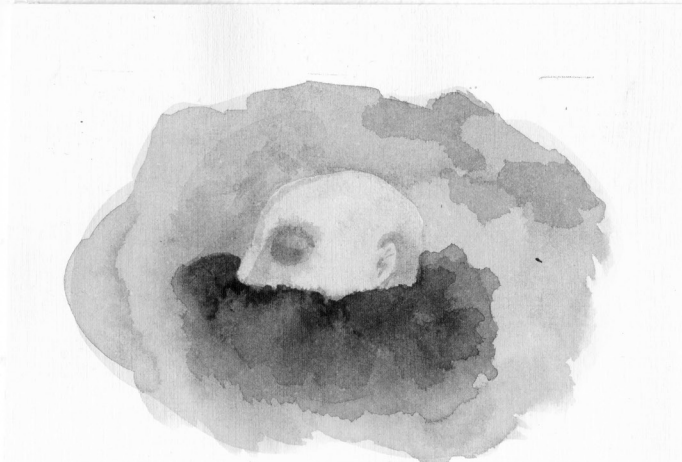
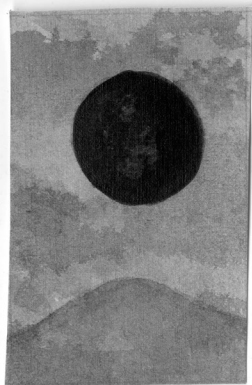
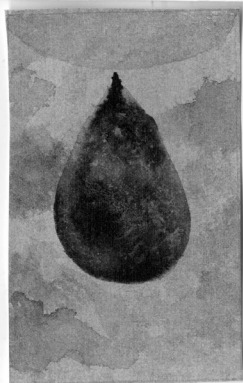
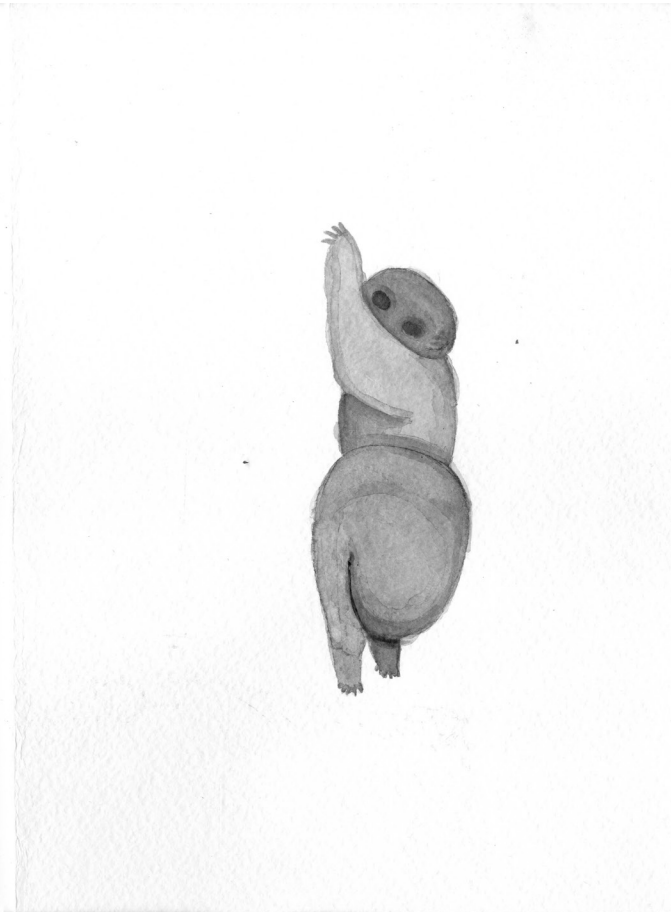
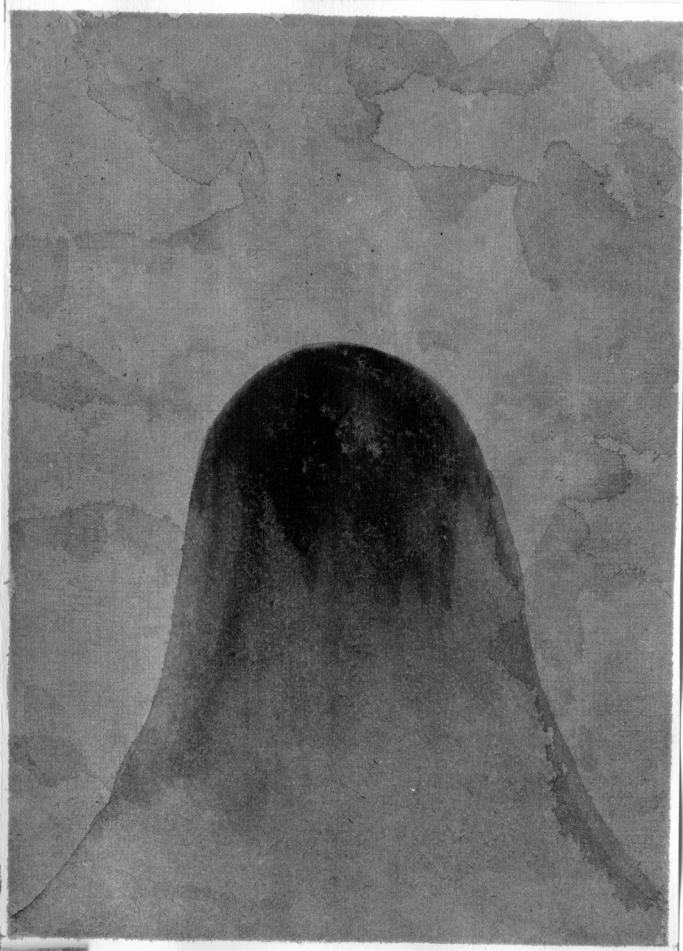
Příloha 16

Finální podoba knihy

Příloha 1
Skici



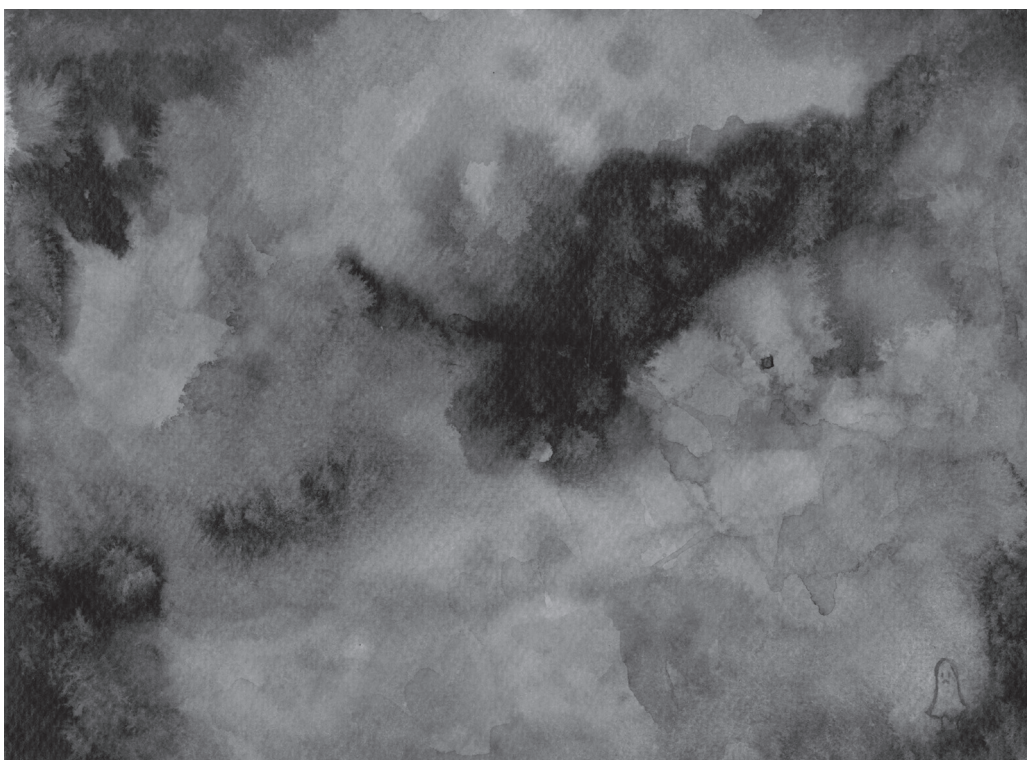
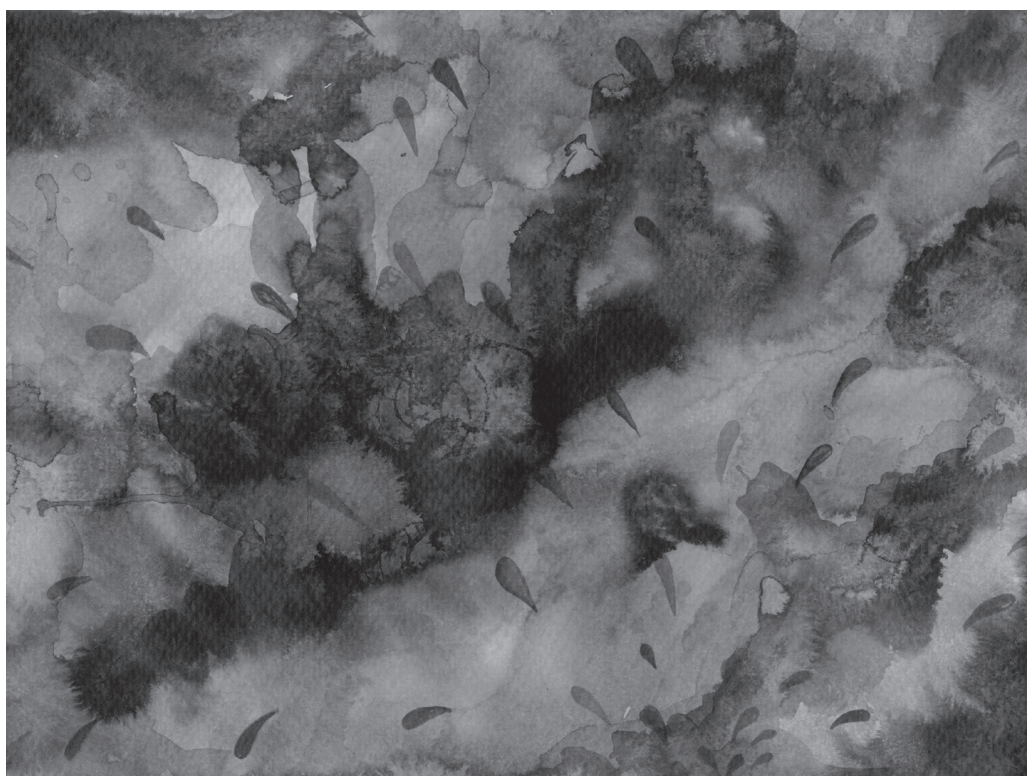
Příloha 2
Skici



Příloha 3
Skici

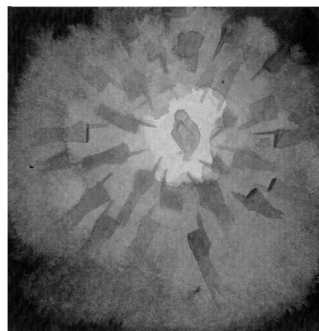
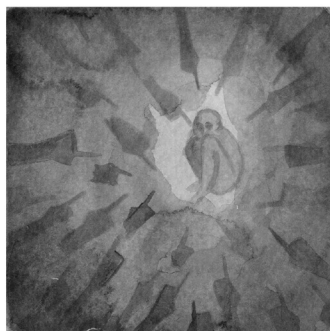
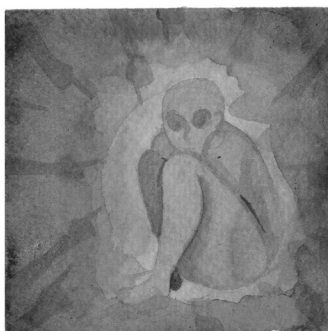
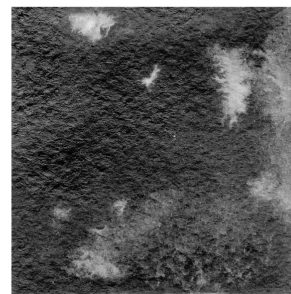
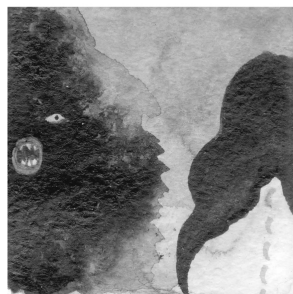
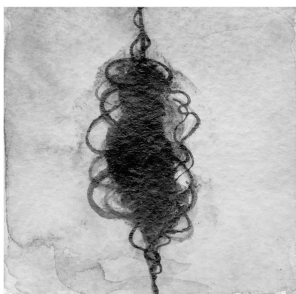
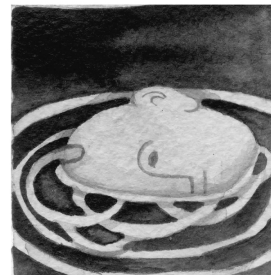
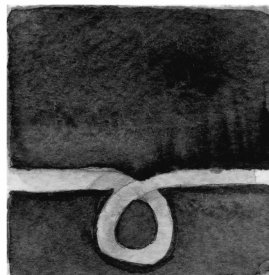
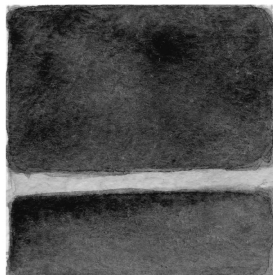
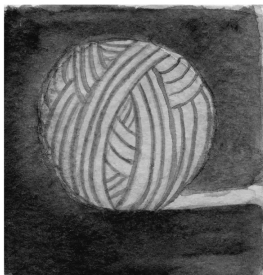


Příloha 4
Varianty dvoustranek

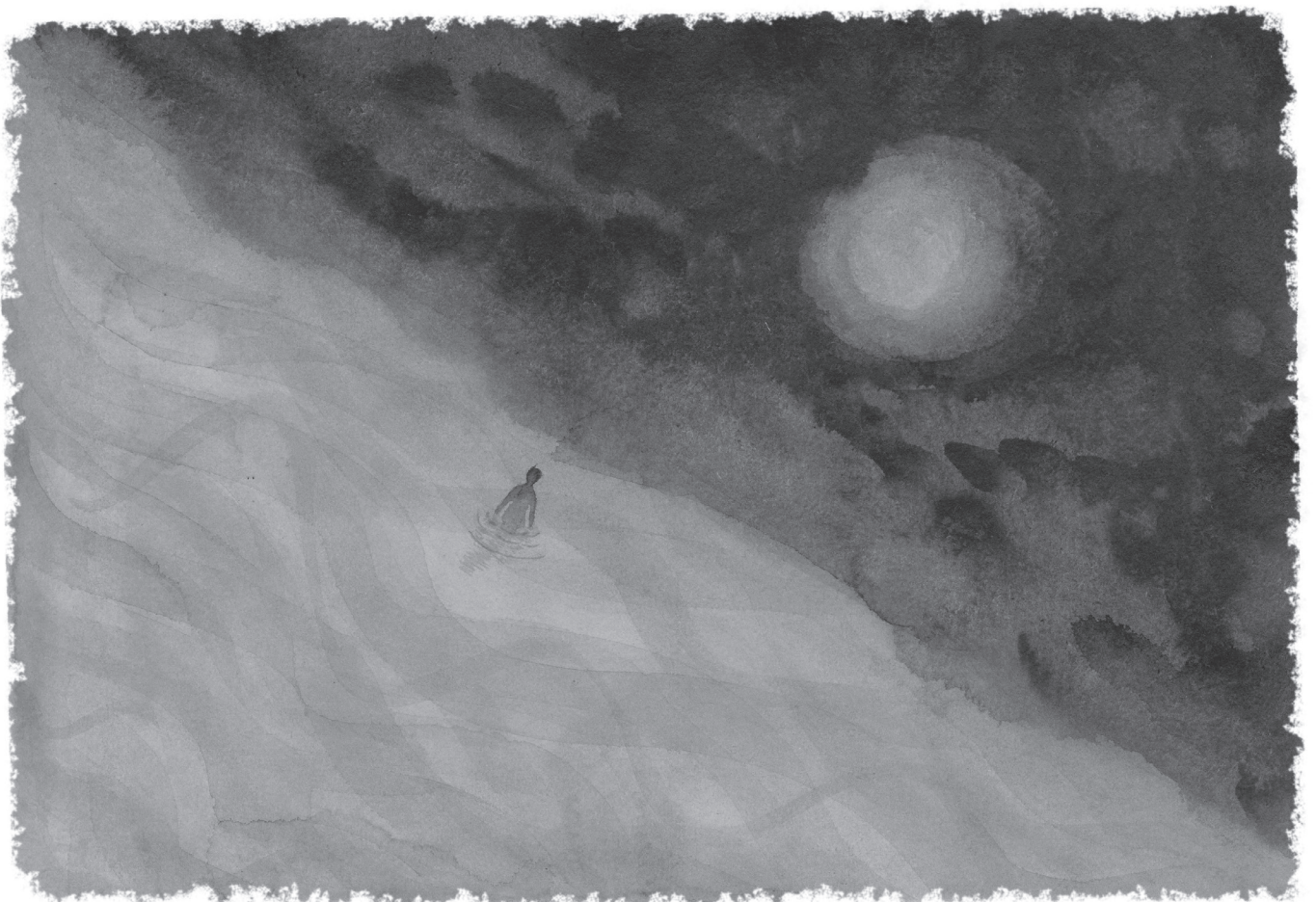
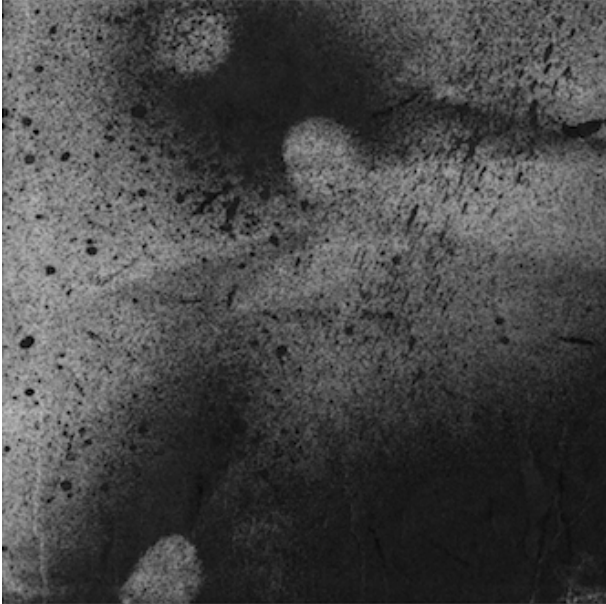


Příloha 5

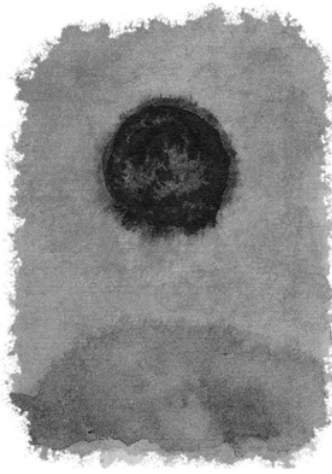
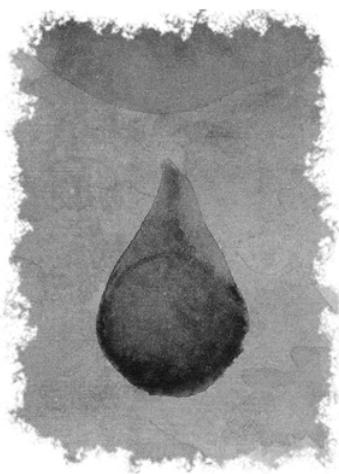
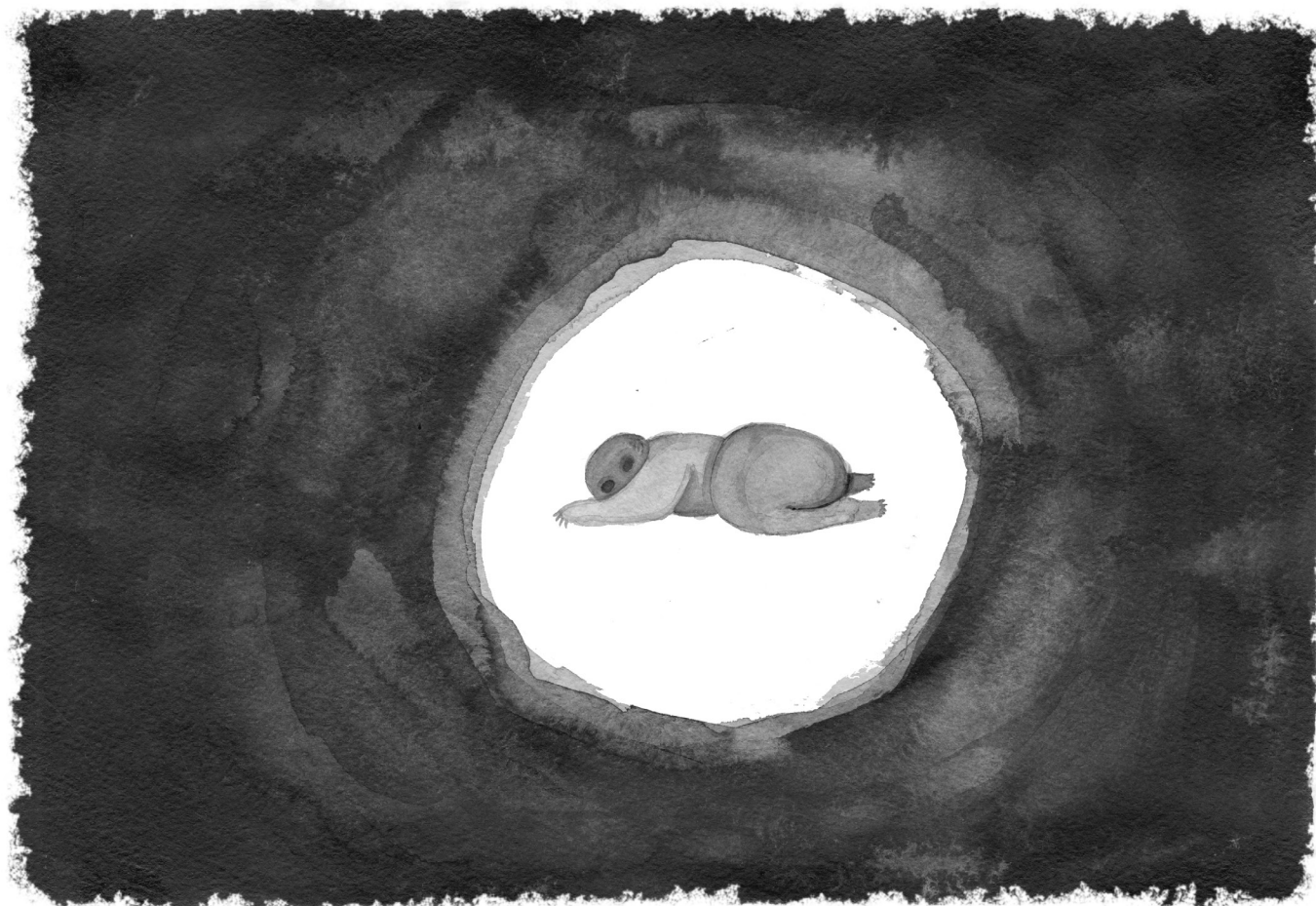
Náčrty ke komiksově pasáži



Příloha 6
Varianty ilustrace



Příloha 7
Varianty ilustrace



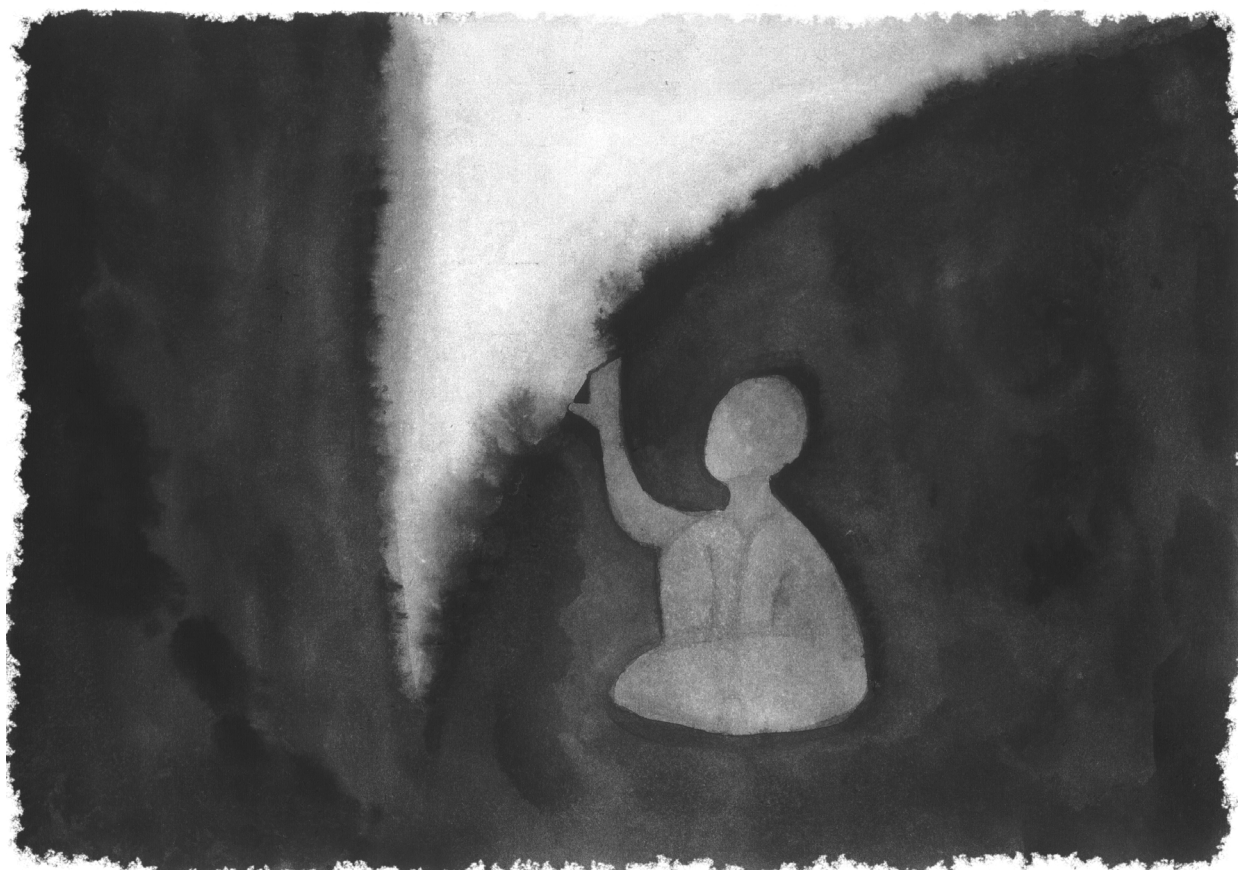
Příloha 8

Ilustrace s úpravami v počítači



Příloha 9

Ilustrace před a po počítačové úpravě

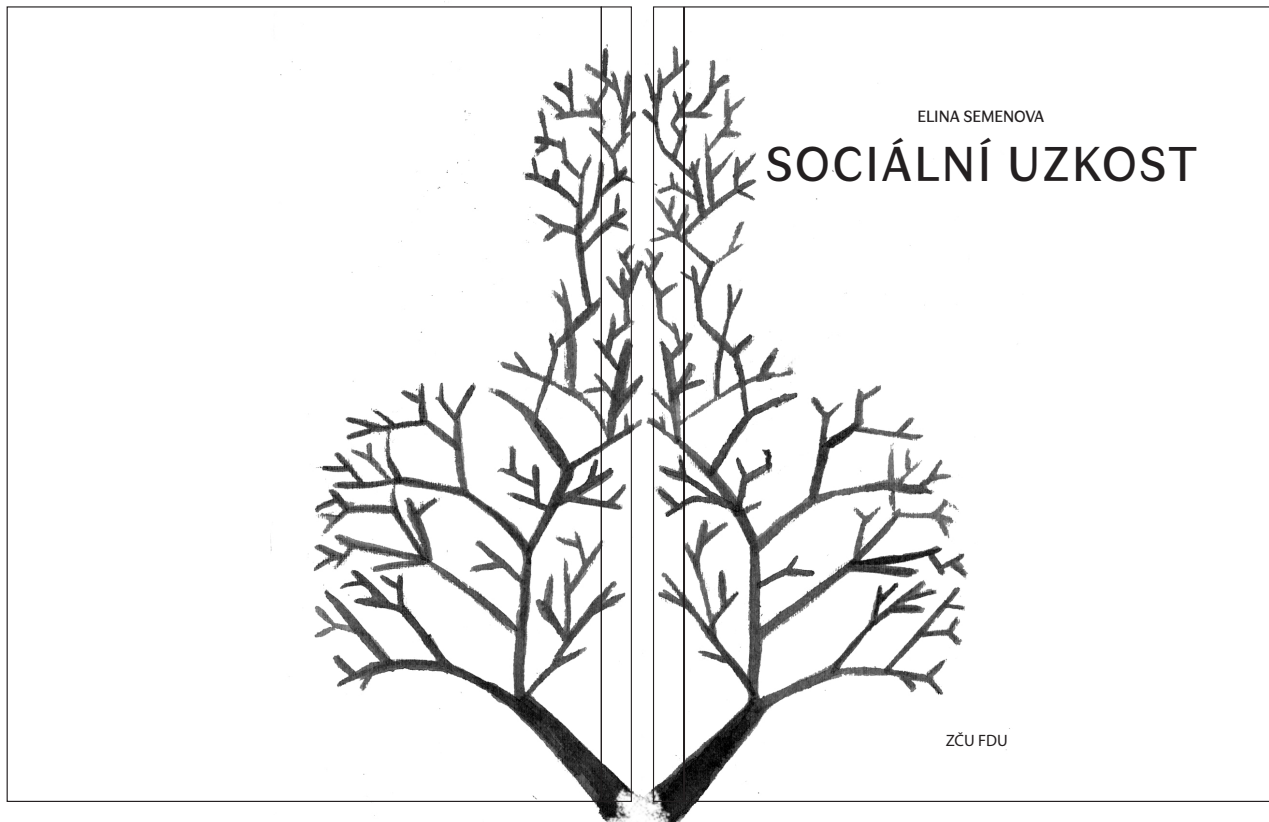
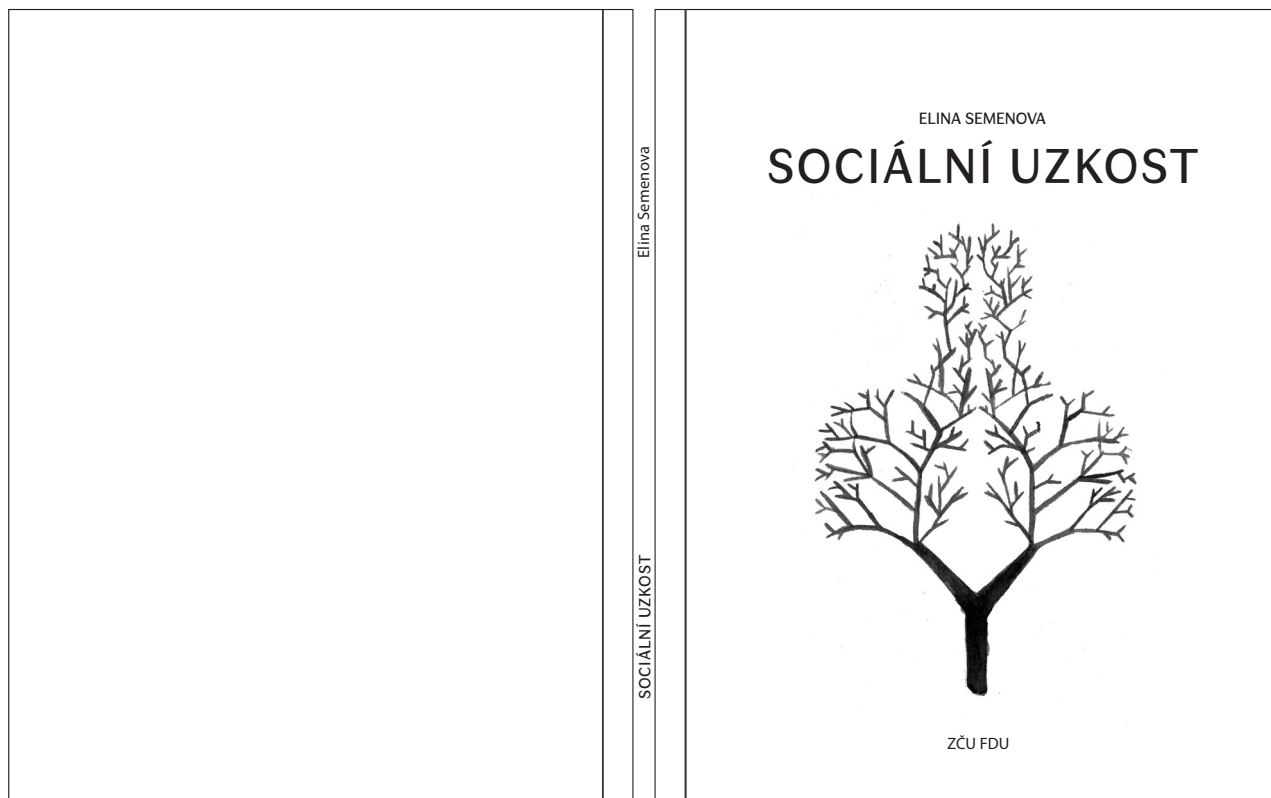


Příloha 10
Návrhy na přebal knihy



Příloha 11

Návrhy na přebal knihy



Příloha 12
Přebal





Příběh 1

První vzpomínky na sociální úzkost jsou to, že jsem vždycky hrála sama. Byla jsem považována za tiché, introvertní dítě, ale nebyla jsem jedena. Chtěla jsem s ostatními komunikovat, být v dětství, hrát si s nimi, ale bála jsem se, nevěděla, jak se přiblížit a překonat strach. Obvykle moji partneři ve hrách byli jen introverti nebo velmi trapné děti, které tiše odehrály od všech a milostivě mi umožnily hrát si s nimi.

10

Ve škole se situace jen zhoršila, protože se spolužáci nevyházeli. Byla jsem od nich nějak odlišná, ale tehdy jsem tomu nerozuměla. Můj školní přítelkyně byla introvertní dívka, kterou jsem obvykle nepotřebovala, ale neměla jsem jinou alternativu. Nevěděla jsem a nemohla komunikovat, a čím starší mám, tím více mě odrazilo od svých vrstevníků... Považoval jsem se za plachý introvert, i když jsem nejasně pochopila, že jsem nějaká špatná introvert, protože jsem chtěla komunikovat! Ale to nefungovalo, protože to bylo velmi děsivé a velmi nepřijemné. V malé společnosti se známými dětmi (například na kruhu modelování jílů) jsem snadno komunikovala a užívala si komunikace. Ale kruh byl zavřený, když jsem byl na střední škole, a nikde jinde se komunikace nezměnila.

Spolužáci neustále říkali, že jsem divná, posmívali se, neříkám, že to bylo příliš silné, ale neustále jsem cítila jejich negativní hodnocení. Děsilo mě ještě víc — velký počet lidí, kteří mě negativně hodnotí. A s těmito lidmi jsem každý den strávila mnoho hodin. Bylo to ve škole, že jsem se konečně silně obávala velkého počtu lidí, dokonce i známých. Bojíte se toho, že mě vyhodnotíte a vyhodnotíte negativně. Co mě bude posmívat a smát, mých chyb a zvláštností.

Do konce školy se strach lidí stal velmi silným. Bála jsem se volat cizí lidi nebo neznámého člověka, obávala jsem se firem, známých a neznámých lidí, obávala jsem se situací, které mě hodnotily cizí lidma, obávám se mluvit s prodejci v obchodech. Moje komunikace se týkala rodiny, jediné školní kamarádka a komunikace na internetu, kterou jsem právě tehdy měla. Na konci školy jsem se nikdy ani políbila, protože jsem se bála seznámit a začít s někým.

Moje přítelkyně byla introvertka a komunikace se mnou nebyla pro ni moc silná, ale cítila jsem se velmi dobře a byla jsem velmi rozrušená. Po škole jsme s ní nikdy neřekli.

Na univerzitě jsem se rozhodla překonat sebe. Stále jsem se považovala za trapného introverta, což znamená, jak jsem se domnívala, že jsem se musela dostat do situace komunikace častěji

11

poezii a přestal se účastnit „životní“ školy. Ještě víc uzavřený v sobě.

Po škole jsem se přestěhoval do Petrohradu. Byl jsem připraven absolvovat několik univerzit. Ale vzpomínám si na šikanování, vzpomínám si na to, jak jsem stál na tabuli a všichni křičeli, rozhodl jsem se odmítnout a vstoupil do formátu distančního učení. Proto šel do práce. V práci to bylo nepřijemné. Když zákazníci přišli do kanceláře (pracoval jsem v internetovém obchodě), vždy jsem s nimi mluvil a trásl se. Bylo to také těžké pro mě, kdyby přišlo najednou několik lidí, nebo tam byla fronta klientů. V takových okamžicích jsem byl řízen úzkostí, a proto není možné nazvat takovou práci efektivní.

Jakmile začala tachykardie, byl jsem vyděšen a uvízl v bludném kruhu paniky (adrenalin způsobuje palpitace a mnoho dalších příznaků, obávám se z nich a opět adrenalinového spěchu). Pak mě zachránil sanitka. Ale teď se často bojím srdce, začal jsem se dále chránit před společností a hromadnou dopravou. A skoro začal věst svázaný život. Přátelé doporučili jít ke psychologovi. Psycholožka, kterou jsem zjistil, nikdy nemluvil o sociofobii. Upřímně řečeno, nerozumím tomu, co děláme dva roky. Ano, učil jsem se kořenů mých problémů, ale nic se ve skutečném životě nezměnilo (pracovala v dynamickém přístupu). Změny se začaly pouze tehdy, když jsem se seznámil s metodami CBT (kognitivní behaviorální psychoterapie) a AST (přijímací a odpovědnostní terapie). Když jsem si uvědomil, že problém má nad sebou moc a psychoanalytická terapie mi nepomáhá, začal jsem hledat další způsoby práce s mojí poruchou.

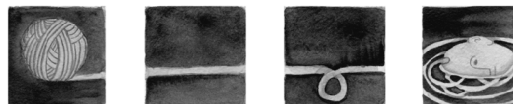
Děkujeme vám za existenci specialistů, kteří ve své práci používají metody založené na důkazech. A můj dobrý přítel, který mi o tom řekl. Kognitivně—behaviorální terapie, například, výrazně přispěla k přijetí svého stavu. Pomohla mi, abych zvýšil své vědomí a touhu pracovat nasobě. Začal jsem se pohybovat směrem ke svým hodnotám, směrem k větší svobodě, k dýchání s celým prsou bez ohledu na kontext. Posilováním byla terapie přijatá odpovědností, dala mi lepší představu

18

o podstatě myšlenek, vyhýbání se a pocitů. Vyplnil mi možnost soucitu pro sebe, teplo a podporu. Po terapii jsem se naučil léčit pro sebe.

Výsledkem (potvrzení) mé práce byla zkušenost s účastí v Živé knihovně jako kniha „Sociophobe“ (to je skvělý de—stigmatizující projekt). Mluvil jsem o mé zkušenosti s velkým počtem lidí, kteří přišli na akci. Sdílení pocitu, myšlenky. Obával jsem se, ale byl jsem rád. Změnil jsem svůj pohled z úzkosti na svou hodnotu „sdílení zkušeností a pomoc lidem“. Odvážně a zodpovědně jsem odpověděl na všechny otázky a v těch okamžicích jsem byl nejdražším člověkem. Ačkoli jsem si jednou nedokázala představit, že budu knihou, sedím v kruhu lidí a odpovím na jejich otázky, sdílím zkušenost sociální fobie.

Teď v některých okamžicích pociťuji sociální úzkost. Ale nemá nad mnou moc, ale neovládá můj život. Jsem otevřen všem zážitkům a oceňuji to, protože je schopen ukázat události z různých úhlů, učinit život bohatší a vědomější. Žít zde, v přítomnosti, a ne v myšlenkách, které se s největší pravděpodobností nikdy nestane skutečností.



19

Příloha 14

Ukázky dvoustran



vztahu. Můj názor je, že vztahy nejsou „osobní“, ale „veřejné“. Nevím proč a kdy se to stalo, ale zdá se vám jen, že váš osobní život se netýká nikdo kromě tebe, ve skutečnosti se týká všech. Doufám, že je jasné, že to opravdu nemyslím, ale to je to, co veřejný názor považuje. Vztahy jsou jedním z nejzajímavějších témat a jak si vybudovat svůj osobní život narušuje všechny. Vážně. O čem jste vy a vaši kolegové mluvili o obědě nebo o rozhovorech se svými blízkými přáteli? Někdo s kým, kam a proč šli, jak byli spolu, co chtějí a tak dále. A tam, kde je spousta standardů, pozornosti a diskusí, existuje spousta úzkostí z důvodu nesrovnalostí.

Pouze v ideálním světě existují vztahy, které normálně vyhovují normě. V reálném světě jsou vztahy natolik odlišné, že se jim nebude hodit žádný vzor.

- Exkluzivní — uzavřený
- Inkluzivní — otevřený

Složení svazku může být uzavřeno nebo otevřeno. Uzavřené odborové organizace znamená, že kromě již popsaného složení lidí nemohou být k tomu přidání účastníci.

Otevřená, naopak, znamená úplnou otevřenost pro nové účastníky, když jsou ostatní připraveni.

- Vícenásobné — s několika lidmi najednou
- Sériové — současně s jednou osobou

Absolutní monogamie je nyní stejně vzácná jako první sex po svatbě. Proto je nyní považováno za monogamii sériové. V určitém okamžiku máte vztah pouze s jednou osobou, tedy sériové. Vztahy s několika lidmi v jednom časovém období jsou nazývány více.

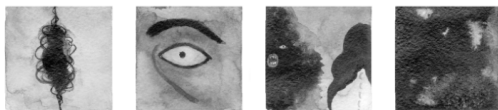
- Zákonně registrovaná / uznávaná společností a státem
- Bez právního statutu / sociálně neuznaného

A tato klasifikace je nejzajímavější v kontextu studia sociální úzkosti. Vzhledem k tomu, že mluvíme o společenských standardech a sociálním tlaku, je zde důležité rozlišit vztahy na ty, které nejsou vystaveny tomuto tlaku, a na ty, které nejsou společensky uznávané. Existují různé

41

s patřičnou většinou — rodová nerovnost to ilustruje. Ve světě se rodí přibližně stejný počet lidí s přiděleným ženským a mužským pohlavím, nicméně muži se stávají privilegovanými vlastníky kvůli stávajícímu sociálnímu systému. Kluci jsou obvykle zaměřeni na vývoj, úspěch a nezávislost, mají mnohem více modelů, dostávají více příležitostí k získání vzdělání a práce, poslouchají své názory více, stereotypy je kreslí jako silné, logické, vyvážené a rozhodující.

Co je na druhé straně výsady? Diskriminace, stigma, neviditelnost. Mohli bychom se zacházet s předsudky a odmítnutím, mohli bychom zažít agresi na nejrůznějších stupních. A co je také důležité — do jisté míry asimilujeme postoj společnosti vůči sobě, internalizujeme negativní postoje, v některých případech jim jistě můžeme věřit a dokonce budeme stavět naši životní strategii v souladu s nimi. To je místo, kde jsou podnikány všechny běžné situace, když ženy pohrdlivě odkazují na jiné ženy a částečně na sebe, podporují pojmy „ženská logika“ a „místo žen jsou jen v kuchyni“ a tak dále. Podobné příklady



28

existují v komunitě LGBT, kdy se zástupci a představitelé osob LGBT domnívají, že bychom měli „být ticho“ a ne „propagovat“ naše vztahy.

Všichni máme privilegia v některých aspektech života a zranitelnosti v jiných. Kombinují se, vzájemně se prolínají, definují naši pozici v sociální hierarchii, sílu, kterou vlastníme nebo nemáme, naše bolestivé body. Koncept průsečíku různých útlaků nazývaných „intersectionality“ byl navržen výzkumníkem Kimberley Cranshaw v roce 1989.

Kimberly ukázala, jak důležité je zohlednit kombinaci různých typů diskriminace, analyzovat křížovatku klasicismu, rasismu a sexismu, které čelí ženám s tmavou pleťou. Bílí feministé věřili, že feminismus by se neměl zabývat otázkami souvisejícími s rasou a třídou, že hlavní program hnutí by měl být gender a jen on. Domnívali se, že je vhodné tyto rozdíly ignorovat a mluvit jen o obecné zkušenosti s útlakem, které nakonec přišlo na zkušenost bílé ženy střední třídy. Černé ženy byly vyloučeny, protože rasismus dělal jejich zkušenosti zcela odlišné od toho, co bylo považováno za „běžné“. Intersekcí přístup



Příloha 15

Finální podoba knihy



Příloha 16

Finální podoba knihy

