

Kristýna Sedláčková

00:00:01,010 --> 00:00:03,140

Cítit se osaměle mezi mnoha lidmi

2

00:00:03,240 --> 00:00:05,450

-to si nijak neodporuje.

3

00:00:05,730 --> 00:00:08,790

Christian Artis žije už 6 měsíců v Hamburku

4

00:00:08,990 --> 00:00:12,100

Tento promováný biolog sem přišel kvůli práci

5

00:00:12,230 --> 00:00:15,790

Ale nyní mu schází nový okruh přátel.

6

00:00:17,590 --> 00:00:19,800

Pocházím z malého města, cca 20 tisíc obyvatel.

7

00:00:19,920 --> 00:00:22,570

Ve velkoměstě je sice spousta lidí,

8

00:00:22,610 --> 00:00:24,980

ale člověk se mezi nimi snadno ztratí.

9

00:00:25,070 --> 00:00:27,580

Sice vídáte hodně lidí, ale když je neznáte,

10

00:00:27,690 --> 00:00:29,160

cítíte se stejně **osaměle**.

11

00:00:29,200 --> 00:00:32,439

A možná ještě osaměleji, právě protože je jich tu tolik.

12

00:00:33,830 --> 00:00:36,870

Nejsem typ člověka, který by chodil sám do hospody,

13

00:00:36,960 --> 00:00:38,960

aby se s někým seznámil.

14

00:00:39,080 --> 00:00:41,820

Možná během studií jsem zašel do studentské hospody,

15

00:00:41,900 --> 00:00:44,770

ale jinak ne, to není nic pro mě.

16

00:00:45,580 --> 00:00:47,820

Rodina na jihu Německa je daleko.

17

00:00:47,930 --> 00:00:50,840

Naposledy žil tento 32letý muž v Hannoveru,

18

00:00:50,970 --> 00:00:53,430

ale kvůli nové práci opustil své přátele ze **studii**.

19

00:00:54,500 --> 00:00:57,940

Ahoj

-Ahoj, copak tu máte pěkného?

20

00:00:58,120 --> 00:01:00,870

Tuto překrásnou čajovou svíčku.

21

00:01:01,980 --> 00:01:05,180

Mluvit o vlastní osamělosti je velké tabu,

22

00:01:05,430 --> 00:01:08,340

a přitom postihuje pravděpodobně každého desátého.

23

00:01:08,530 --> 00:01:10,040

A má to vážné důsledky.

24

00:01:10,180 --> 00:01:12,510

Studie ukazují, že chronická osamělost

25

00:01:12,640 --> 00:01:16,330

může způsobovat nejen psychická, ale i fyzická onemocnění.

26

00:01:16,860 --> 00:01:22,130

Při hledání vysvětlení jsou však vědci a lékaři stále na začátku.

27

00:01:23,510 --> 00:01:26,280

Je osamělost osobní problém,

28

00:01:26,360 --> 00:01:29,270

nebo společenská výzva?

29

00:01:32,780 --> 00:01:38,010

Epidemie osamělosti

30

00:01:42,290 --> 00:01:44,510

Hodně lidí se jako Christian

31

00:01:44,560 --> 00:01:47,220

cítí po stěhování osamoceni a izolováni.

32

00:01:47,370 --> 00:01:52,440

Podle spolkového statistického úřadu mění
každý rok 6% obyvatel své bydliště.

33

00:01:53,270 --> 00:01:55,450

Tento biolog pracuje v terénu

34

00:01:55,530 --> 00:01:58,890

- práce pro samotáře bez kolegů.

35

00:01:59,890 --> 00:02:03,190

Ze začátku jsem se po večerech válel na gauči,

36

00:02:03,300 --> 00:02:07,660

protože jsem nevěděl, kde bych se mohl setkat s lidmi,

37

00:02:07,800 --> 00:02:10,449

nebo jsem neměl sílu je hledat.

38

00:02:12,000 --> 00:02:14,830

Christianův byt se nachází na jihu Hamburku

39

00:02:14,940 --> 00:02:17,590

v přístavbě rodinného domu.

40

00:02:17,770 --> 00:02:20,170

Vlastně chtěl bydlet společně s přítelkyní,

41

00:02:20,300 --> 00:02:23,860

ale jejich dlouholetý vztah se krátce předtím rozpadl.

Filip Kopřiva

00:00:00,648 --> 00:00:03,648

Cítit se osaměle ve společnosti
mnoha lidí...

2

00:00:03,828 --> 00:00:05,834

- není to nemožné.

3

00:00:05,968 --> 00:00:08,768

Už **8** měsíců žije Christian v Hamburku.

4

00:00:08,793 --> 00:00:12,095

Jako **vystudovaný biolog sem**
přišel kvůli práci.

5

00:00:12,120 --> 00:00:15,620

Co mu ještě chybí, jsou noví přátelé.

6

00:00:17,310 --> 00:00:20,270

Jsem z malého města, které má
20 000 obyvatel.

7

00:00:20,389 --> 00:00:23,609

A teď když jsem ve velkém městě,
je tu sice spousta lidí,

8

00:00:23,634 --> 00:00:25,823

ale člověk se tu lehce ztratí.

9

00:00:25,902 --> 00:00:29,408

Je jich tu spousta vidět, když
je ale člověk nezná, cítí se osaměle.

10

00:00:29,433 --> 00:00:31,682

Možná i proto, že jich je tolik.

11

00:00:33,671 --> 00:00:38,442

Nikdy jsem **rád nechodil** do hospody
a mluvil s cizími lidmi.

00:00:38,467 --> 00:00:41,712 Maximálně ještě jako student.	12
00:00:41,737 --> 00:00:45,332 Jinak jsem to nedělal nikdy, neseď mi to.	13
00:00:45,433 --> 00:00:48,033 Jeho rodina je daleko v jižním Německu.	14
00:00:48,035 --> 00:00:50,701 Naposled žil v Hannoveru.	15
00:00:50,706 --> 00:00:54,162 Kvůli nové práci opustil svoje staré přátele ze studií.	16
00:00:54,187 --> 00:00:56,010 -Dobrý den. -Dobrý.	17
00:00:56,027 --> 00:00:57,707 -Co tu máte zajímavého?	18
00:00:58,618 --> 00:01:00,612 Hezký šálek.	19
00:01:01,837 --> 00:01:05,367 Mluvit o vlastní osamělosti je tabu.	20
00:01:05,373 --> 00:01:08,317 A přesto postihuje až každého desátého člověka.	21
00:01:08,321 --> 00:01:09,841 S vážnými následky.	22
00:01:09,844 --> 00:01:16,497 Studie dokazují, že chronická osamělost oslabuje nejen	23

psychicky, ale i fyzicky.

24

00:01:16,500 --> 00:01:22,265

Doktoři a vědci teprve začínají
hledat vysvětlení.

25

00:01:23,294 --> 00:01:29,184

Je osamělost osobní
nebo společenský problém?

26

00:01:32,595 --> 00:01:38,503

Epidemie osamělosti

27

00:01:42,031 --> 00:01:46,829

Hodně lidí se po přesídlení
cítí osamělí a izolovaní, jako Christian.

28

00:01:46,836 --> 00:01:52,117

Podle statistického spolkového
úřadu ročně přesídlí 6% obyvatelstva.

29

00:01:53,042 --> 00:01:55,792

Christian pracuje v terénu.

30

00:01:55,808 --> 00:01:58,878

Pracuje sám a bez kolegů.

31

00:01:59,719 --> 00:02:03,711

Na začátku jsem trávil hodně času doma.

32

00:02:03,727 --> 00:02:10,750

Nevěděl jsem kde potkávat ostatní
a málokdy jsem k tomu vynaložil sílu.

33

00:02:11,760 --> 00:02:14,908

Christianův dům se nachází na jihu Hamburku,

34

00:02:14,913 --> 00:02:17,498

ve čtvrti plné rodinných domů.

35
00:02:17,506 --> 00:02:20,373
Chtěl se sem přesunout se svojí přítelkyní,

36
00:02:20,373 --> 00:02:24,029
ale dlouholetý vztah se rozpadl.

37
00:02:24,828 --> 00:02:28,150
Nejsem člověk, který je rád sám,

38
00:02:28,167 --> 00:02:32,470
ale snáším se si to užít, nebýt ve vztahu

39
00:02:32,478 --> 00:02:36,306
a vyronat se s tím.

40
00:02:38,036 --> 00:02:42,094
Člověk se cítí osaměle a taky
trochu izolovaně,

41
00:02:42,107 --> 00:02:44,079
asi i proto, že bydlím trochu stranou.

42
00:02:44,087 --> 00:02:48,684
Je to i trochu depresivní, protože
lidé a kontakt s nimi začne chybět.

43
00:02:48,695 --> 00:02:51,205
Když má člověk přátele, kteří bydlí
v jiném městě,

44
00:02:51,221 --> 00:02:58,665
tak je to sice hezké, ale mluvit
po telefonu není osobní kontakt.

45
00:02:59,402 --> 00:03:02,393
Ale jak a kde najít nové přátele?

46

00:03:02,413 --> 00:03:05,014

Se sousedy je to těžké.

47

00:03:05,056 --> 00:03:07,956

V Christianově okolí bydlí
především rodiny.

48

00:03:07,978 --> 00:03:09,578

Jen málo svobodných.

49

00:03:11,379 --> 00:03:15,424

Vlastní bydlení nezadaných je ovšem
internacionální trend.

50

00:03:15,445 --> 00:03:18,730

V Německu tak žije přibližně 41%.

51

00:03:18,767 --> 00:03:21,204

Ve Švédsku dokonce 51%.

52

00:03:21,232 --> 00:03:23,565

Na jihu Evropy to je méně.

53

00:03:23,580 --> 00:03:27,497

V Portugalsku a Slovensku to je 22%.

54

00:03:29,591 --> 00:03:32,075

Christian se rozhodl jednat.

55

00:03:32,100 --> 00:03:35,933

Narazil na aplikaci "25friends".

56

00:03:35,938 --> 00:03:39,197

Pomocí smartphonu se mohou cizí
lidé setkávat ve skupinách

57

00:03:39,208 --> 00:03:42,748

a domlouvají se na různých aktivitách.

- 58
00:03:44,100 --> 00:03:46,222
Profil je vytvořen rychle.
- 59
00:03:46,236 --> 00:03:51,240
Jméno, fotka, datum narození - pak se může přihlásit.
- 60
00:03:51,420 --> 00:03:57,551
Čím větší město, tím více uživatelů se setkává
- 61
00:03:58,911 --> 00:04:03,851
Partnerské vztahy se dnes také budují online, tak jsem si řekl "proč ne?"
- 62
00:04:06,048 --> 00:04:10,144
Tím, že jsem hodně na cestách tak to nebude nějak zvlášť skvělé,
- 63
00:04:10,171 --> 00:04:15,003
ale zkusím to a třeba se tak s někým seznámím.
- 64
00:04:15,402 --> 00:04:22,515
Na univerzitě v Bochum zkoumají vědci důsledky osamělosti na lidskou psychiku.
- 65
00:04:23,973 --> 00:04:26,203
Maike Luhmann je psycholožka.
- 66
00:04:26,211 --> 00:04:32,098
Ve svém výzkumu rozlišuje samotu, osamělost a izolaci
- 67
00:04:32,123 --> 00:04:35,554
- mezi neutrálním popisem stavu a emocemi.
- 68
00:04:35,618 --> 00:04:38,018
-Samota není to samé jako osamělost.

69

00:04:39,068 --> 00:04:47,804

- Osamělost chápame jako subjektivní
pocit nedostatečných sociálních kontaktů

70

00:04:47,832 --> 00:04:50,445

Je jich méně, než by mělo být.

71

00:04:50,470 --> 00:04:53,406

A nejsou třeba tak dobré, jak
by si člověk představoval.

72

00:04:53,422 --> 00:04:58,765

Tímto pak člověk trpí, podobně jako
při fyzické bolesti.

Jitka Gryčová	Katarína Staroňová	
00:00:01,085 --> 00:00:03,304	00:00:00,792 --> 00:00:04,920	
Cítit se sám mezi spoustou lidí,	Cítit se osaměle mezi mnoha lidmi	
	- to se nevylučuje.	
	2	
00:00:03,819 --> 00:00:04,960		2
to si nerozporuje.	00:00:05,787 --> 00:00:08,873	
	Christian Ardis	
	3 žije v Hamburku už 10 měsíců.	
00:00:05,977 --> 00:00:08,781		3
Christian Ardis bydlí 6 měsíců v Hamburku.	00:00:09,200 --> 00:00:11,963	
	4 Tento doktor biologie	
00:00:09,399 --> 00:00:11,821	sem přijel kvůli práci.	
Promovaný biolog sem přišel za prací.		4
	5 00:00:12,166 --> 00:00:14,985	
00:00:12,373 --> 00:00:15,326	Teď mu chybí už jen noví přátelé.	
Stále mu však chybí nový okruh přátel.		5
	6 00:00:17,223 --> 00:00:20,036	
00:00:17,486 --> 00:00:19,994	Jsem z malého města s 20 tisíci obyvateli.	
Pocházím z malého města		6
s 20 tisíci obyvateli,	00:00:20,263 --> 00:00:22,403	
	7 A ve velkém městě	
00:00:20,377 --> 00:00:22,886	je sice hodně lidí,	
ve velkoměstě je to tak,		7
že je tam tolik lidí,	00:00:22,484 --> 00:00:24,770	
	8 ale člověk se v něm může pak ztratit.	
00:00:23,016 --> 00:00:27,298		8
ale člověk se v nich zvládne ztratit.	00:00:24,851 --> 00:00:27,365	
Sice vidí mnoho lidí, ale když je nezná,	Nebo, vidí hodně lidí,	
	9 ale když je nezná,	
00:00:27,677 --> 00:00:31,167		9
cítí se osaměle a možná ještě	00:00:27,446 --> 00:00:28,964	
osaměleji, když je jich tolik.	cítí se přesto osaměle.	
		10
	00:00:29,045 --> 00:00:31,768	
	A možná ještě osaměleji,	
00:00:34,122 --> 00:00:37,904	10 protože těch lidí je tak moc.	
Nikdy jsem nebyl ten, co jde sám		11
do hospody, aby si povídal s lidmi.	00:00:33,757 --> 00:00:38,124	
	Nikdy jsem nebyl ten typ člověka,	
	11 co jde sám do hospody a seznámí se lidmi,	

00:00:38,623 --> 00:00:41,630		
Možná během studia		12
do studentského lokálu , ale jinak...	00:00:38,300 --> 00:00:41,816	
	teda možná během studia,	
	12 v studentské hospodě, ale jinak...	
00:00:42,143 --> 00:00:45,292		
To jsem nikdy nedělal,		13
myslím , že to není pro mě.	00:00:41,957 --> 00:00:45,086	
	jinak jsem to nikdy neudělal ,	
	13 není to můj styl.	
00:00:45,519 --> 00:00:48,012		
Rodina na jihu Německa je daleko.		14
	00:00:45,216 --> 00:00:47,669	
	14 Rodina v jižním Německu je daleko.	
00:00:48,039 --> 00:00:50,512		
Naposledy žil tento 32letý muž v Hannoveru.		15
	00:00:47,750 --> 00:00:50,510	
	15 Předtím žil tento 32ročný muž v Hannoveru.	
00:00:51,004 --> 00:00:53,695		
Kvůli nové práci tam zanechal		16
přátele ze studia.	00:00:50,591 --> 00:00:53,582	
	Kvůli nové práci opustil	
	16 kamarády ze školy.	
00:00:54,437 --> 00:00:58,195		
-Dobrý den.		17
-Dobrý den. Podívám se, co máte pěkného.	00:00:54,134 --> 00:00:56,040	
	- Dobrý den.	
17	- Dobrý den!	
00:00:58,668 --> 00:01:01,316		
Tohle je překrásná svíčka.		18
	00:00:56,121 --> 00:00:58,009	
	18 Dívám se, co hezkého tady máte.	
00:01:02,197 --> 00:01:05,251		
Mluvit o samotné osamělosti je velkým tabu.		19
	00:00:58,488 --> 00:01:01,387	
	19 - Překrásnou čajovou svíčku.	
	- Ano.	
00:01:05,698 --> 00:01:09,753		
A přitom se týká snad		20
každého desátého. S vážnými následky.	00:01:02,123 --> 00:01:05,303	
	20 Mluvit o své vlastní osamělosti	
	je jedno velké tabu.	
00:01:10,236 --> 00:01:16,048		
Studie ukazují, že chronická osamělost		21
není jen psychická nemoc, ale i fyzická.	00:01:05,384 --> 00:01:08,243	
	21 A předce postihuje asi	
	každého desátého člověka.	
00:01:17,029 --> 00:01:21,780		
Při hledání vysvětlení jsou vědci i lékaři		22
teprve na začátku.	00:01:08,344 --> 00:01:09,908	

	22 Se závažnými důsledky.	
00:01:23,664 --> 00:01:28,766		
Je osamělost problém jednotlivce nebo společnosti?		23
	00:01:09,989 --> 00:01:12,702	
	Studie dokazují,	
	23 že chronická osamělost	
00:01:33,717 --> 00:01:35,803		
<i>Epidemie osamělosti</i>		24
	00:01:12,783 --> 00:01:16,281	
	24 může způsobovat nejen psychická, ale i fyzická onemocnění.	
00:01:42,494 --> 00:01:46,674		
Mnoho lidí se po přestěhování cítí osamělí a izolovaní jako Christian.		25
	00:01:16,804 --> 00:01:22,064	
	25 Avšak v hledání vysvětlení stojí vědci a lékaři zcela na začátku.	
00:01:47,292 --> 00:01:51,628		
Podle spolkového statistického úřadu změní za rok 6 % obyvatel svůj domov.		26
	00:01:23,467 --> 00:01:26,217	
	26 Je osamělost osobní problém	
00:01:53,394 --> 00:01:55,714		
Biolog pracuje v terénu.		27
	00:01:26,467 --> 00:01:28,920	
	27 anebo společenská výzva?	
00:01:56,027 --> 00:01:58,546		
Práce pro solitéry. Bez kolegů.		28
	00:01:32,469 --> 00:01:38,328	
	28 EPIDEMIE OSAMĚLOST	
00:02:00,031 --> 00:02:03,474		
Zpočátku jsem se po večerech často poflakoval na gauči,		29
	00:01:42,372 --> 00:01:45,271	
	Mnozí lidé se po přestěhování 29 cítí jako Christian	
00:02:04,526 --> 00:02:10,409		
neboť jsem přesně nevěděl nebo neměl sílu, kde potkat lidi nebo kde je najít.		30
	00:01:45,352 --> 00:01:46,875	
	osamělí a izolováni.	
	30	
00:02:12,210 --> 00:02:14,887		
Byt Christiana Ardise leží na jihu Hamburku.		31
	00:01:47,094 --> 00:01:51,745	
	Podle spolkového statistického úřadu se ročně přestěhuje 6 % obyvatelství.	
	31	
00:02:15,176 --> 00:02:17,345		
V přístavbě rodinného domu.		32
	00:01:53,194 --> 00:01:55,735	
	Christian pracuje mimo firmu.	
	32	
00:02:17,914 --> 00:02:20,274		
Vlastně se chtěl sestěhovat s přítelkyní,		33
	00:01:55,845 --> 00:01:57,469	
	Práce pro osamělé běžce.	

	33		34
00:02:20,712 --> 00:02:23,773 ale dlouholetý vztah se krátce předtím rozpadl.		00:01:57,550 --> 00:01:58,697 Bez kolegů.	
	34		35
00:02:25,242 --> 00:02:27,992 Myslím, že patřím k těm, kteří nejsou rádi sami,		00:01:59,781 --> 00:02:03,402 Ze začátku jsem po večerech dost často ležel na gauči,	
	35		36
00:02:28,351 --> 00:02:32,252 ale snažím se si užívat, že jsem single, prostě...		00:02:03,933 --> 00:02:06,128 protože jsem nevěděl nebo	
	36		37
00:02:32,914 --> 00:02:36,350 vyrovnat se s tím. Jen možná není snadné si na to zvyknout.		00:02:06,330 --> 00:02:10,682 nenašel sílu, kde se s lidmi potkat, kde je najít.	
	37		38
00:02:38,330 --> 00:02:41,975 Člověk se cítí osaměle a trochu řekl bych sociálně izolovaný,		00:02:11,965 --> 00:02:14,957 Christian Ardis bydlí na jihu Hamburku,	
	38		39
00:02:42,026 --> 00:02:43,690 ještě když bydlí bokem.		00:02:15,129 --> 00:02:17,371 38 v přístavbě rodinného domu.	
	39		40
00:02:44,182 --> 00:02:48,687 člověk je pak trochu depresivní, když mu chybí lidé, kontakt s lidmi.		00:02:17,570 --> 00:02:20,281 39 Nejdřív chtěl bydlet spolu s přítelkyní,	
	40		41
00:02:48,916 --> 00:02:52,205 Když má přátele, kteří bydlí v jiném městě, je to sice fajn,		00:02:20,364 --> 00:02:23,857 ale dlouhotelý vztah 40 se krátce předtím rozpadl.	
	41		42
00:02:52,232 --> 00:02:55,638 ale není to stejné, když si voláte, jako když se potkáte		00:02:25,208 --> 00:02:27,957 Nemyslím si, 41 že jsem jeden z těch, co jsou rádi sami,	
	42		43
00:02:55,671 --> 00:02:58,587 a zajdete si na kávu a povídáte si.		00:02:28,237 --> 00:02:32,322 ale snažím se trochu si to užívat, 42 prostě být sám	
	43		44
		00:02:32,604 --> 00:02:36,301 a vyrovnat se s tím, 43 i když tato změna není tak jednoduchá.	

00:02:59,703 --> 00:03:02,250
Ale jak a kde potkat nové přátele?

44

00:03:02,832 --> 00:03:04,847
Kontakty se sousedy jsou těžké.

45

00:03:05,455 --> 00:03:09,424
V Christianově okolí bydlí převážně rodiny,
méně single osob.

46

00:03:11,779 --> 00:03:15,285
Přesto patří Christianovo single bydlení
k mezinárodnímu trendu.

47

00:03:15,868 --> 00:03:18,524
V Německu žije samo okolo 41 % obyvatel.

48

00:03:19,013 --> 00:03:23,248
Ve Švédsku dokonce 51 %.
Na jihu Evropy je procento menší.

49

00:03:23,782 --> 00:03:27,290
V Portugalsku a na Slovensku 22 %.

50

00:03:30,125 --> 00:03:35,547
Nakonec byl Christian aktivní.
Našel aplikaci 25friends.

51

00:03:36,378 --> 00:03:40,680
Se smartphonem se můžou cizí lidé
potkat ve skupinách a domluvit si aktivity.

52

00:03:40,967 --> 00:03:42,647
S omezeným počtem účastníků.

Marie Kočicová
00:00:01,240 --> 00:00:02,240
Pocit samoty

2

00:00:02,640 --> 00:00:03,640
mezi lidmi.

3

00:00:04,060 --> 00:00:05,500
Obojí se nevyklučuje.

4

00:00:06,460 --> 00:00:09,127
Christian Ardis žije půl roku
v Hamburku.

00:00:09,640 --> 00:00:12,107
Jako doktor biologie **odešel** za prací.

6

00:00:12,600 --> 00:00:14,967
Co mu teď chybí je
okruh nových přátel.

7

00:00:17,980 --> 00:00:19,860
Pocházím z malého města, 20 tisíc obyvatel.

8

00:00:20,520 --> 00:00:22,520
Ve velkém městě je sice hodně lidí,

9

00:00:22,920 --> 00:00:25,080
ale člověk se tu lehce ztratí **nebo tak**.

10

00:00:25,440 --> 00:00:27,740
Vidíte sice hodně lidí, ale když je neznáte,

11

00:00:27,880 --> 00:00:30,180
cítíte se osaměle, a tím víc osaměle,

12

00:00:30,180 --> 00:00:31,860
když je to tolik lidí.

13

00:00:34,300 --> 00:00:36,740
Nejsem typ člověka,

který by zašel sám do hospody

14

00:00:36,740 --> 00:00:38,640
a začal se seznamovat s lidmi.

15

00:00:38,800 --> 00:00:40,433
Když jsem studoval, tak možná,

16

00:00:40,440 --> 00:00:41,920
tak bych i zašel,

17

00:00:42,040 --> 00:00:45,140
ale jinak ne, nikdy jsem to neudělal.
Není to můj šálek čaje.

18

00:00:45,287 --> 00:00:47,687
Jeho rodina na jihu Německa je daleko.

19

00:00:48,200 --> 00:00:50,868
V poslední době žije dvaatřicetiletý muž
v Hannoveru.

20

00:00:51,100 --> 00:00:54,108
Kvůli nové práci opustil své přátele
ze studií.

21

00:00:54,660 --> 00:00:56,360
"Dobrý den"
"No dobrý den!"

22

00:00:56,640 --> 00:00:59,340
"Jen se chci podívat,
co hezkého tu máte."

23

00:00:59,440 --> 00:01:01,473
"Třeba moc pěkný svícínek"

24

00:01:02,320 --> 00:01:05,353
Mluvit o vlastním pocitu osamělosti
je velké tabu.

	25
00:01:05,840 --> 00:01:09,040 A přitom se s osamělostí potýká údajně každý desátý.	
	26
00:01:09,080 --> 00:01:10,520 S vážnými následky.	
	27
00:01:10,540 --> 00:01:14,120 Studie dokazují, že chronická osamělost má dopady nejen psychické,	
	28
00:01:14,280 --> 00:01:15,860 Ale i fyzické.	
	29
00:01:16,891 --> 00:01:21,748 Vědci i doktoři jsou zatím na začátku hledání vysvětlení, proč tomu tak je.	
	30
00:01:24,080 --> 00:01:26,413 Je osamělost individuální problém?	
	31
00:01:26,440 --> 00:01:28,240 Nebo sociální?	
	32
00:01:34,000 --> 00:01:35,200 EPIDEMIE SAMOTY	
	33
00:01:42,660 --> 00:01:45,160 Mnoho lidí se po přestěhování cítí stejně jako Christian.	
	34
00:01:45,480 --> 00:01:46,620 Sami a izolovaní.	
	35
00:01:47,118 --> 00:01:51,340 Podle spolkového statistického úřadu změní domov ročně 6% obyvatel.	
	36

00:01:53,660 --> 00:01:55,440

Biolog pracuje v terénu.

37

00:01:56,200 --> 00:01:59,980

Práce pro samorosty.

Bez kolegů.

38

00:02:00,360 --> 00:02:04,264

Zpočátku jsem se večer poflakoval
na gauči docela často,

39

00:02:04,720 --> 00:02:05,960

protože jsem vlastně nevěděl,

40

00:02:06,000 --> 00:02:08,608

nebo jsem prostě neměl sílu se sebrat

41

00:02:08,720 --> 00:02:10,100

a jít tam, kde potkám lidi.

42

00:02:12,500 --> 00:02:15,400

Christian Ardis bydlí
v jižní části Hamburku.

43

00:02:15,640 --> 00:02:17,180

V přístavbě rodinného domu.

44

00:02:18,220 --> 00:02:20,620

Původě se chtěl sestěhovat s přítelkyní,

45

00:02:20,620 --> 00:02:23,320

ale jejich dlouholetý vztah se rozpadl.

46

00:02:25,160 --> 00:02:27,127

Nemyslím si, že patřím k lidem,

47

00:02:27,200 --> 00:02:28,880

kteří nejsou rádi sami,

48
00:02:28,960 --> 00:02:30,760
ale snažím se si to teď užít.

49
00:02:30,760 --> 00:02:33,200
Už jen být single
a vyrovnat se s tím

50
00:02:33,260 --> 00:02:36,540
je možná změna a není to tak jednoduché.

51
00:02:38,580 --> 00:02:40,260
Člověk se cítí osamělý,

52
00:02:40,280 --> 00:02:42,280
až sociálně izolovaný, řekl bych.

53
00:02:42,680 --> 00:02:44,613
Bydlím v zapadlé části města,

54
00:02:44,640 --> 00:02:46,520
což je trochu depresivní.

55
00:02:46,672 --> 00:02:49,672
Protože lidé jsou rádi v kontaktu
s jinými lidmi.

56
00:02:49,680 --> 00:02:51,660
Pokud máte přátele v jiném městě,

57
00:02:51,700 --> 00:02:53,600
můžete jim samozřejmě zavolat
a popovídat si,

58
00:02:54,080 --> 00:02:57,344
ale není to tak, že se můžete potkat,
dát si kávu...