

Život matek samoživitelek v době životní krize

Natálie Mahdřáková

Bakalářská práce
2025



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2024/2025

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Natálie Mahdřáková**
Osobní číslo: **H200178**
Studijní program: **B0111A190011 Sociální pedagogika**
Forma studia: **Prezenční**
Téma práce: **Život matek samoživitelek v době životní krize**

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.
Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti samoživitelství, role matky samoživitelky a životní krize.
Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.
Realizace kvalitativního výzkumu formou rozhovoru.
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:

- ARNOLDOVÁ, Anna, 2012. Sociální zabezpečení I: sociální zabezpečení v České republice, lékařská posudková služba, pojistné, systémy sociálního zabezpečení. Aktuální legislativa. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3724-9.
- MANSFELDOVÁ, Zdenka a Milan TUČEK, 2002. Současná česká společnost: sociologické studie. Praha: Sociologický ústav AV ČR. ISBN 80-7330-009-5.
- SINGER, Miroslav, LOUŽEK, Marek (ed.), 2008. Inflace: krátkodobý výkyv, nebo střednědobá hrozba?: sborník textů. Ekonomika, právo, politika. Praha: CEP – Centrum pro ekonomiku a politiku. ISBN 978-80-86547-67-1.
- ŠVARÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ, 2014. Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0644-6.
- VESELÁ, Renata, 2003. Rodina a rodinné právo: historie, současnost a perspektivy. Praha: Eurolex Bohemia. ISBN 80-86432-48-3.

Vedoucí bakalářské práce: **PhDr. Helena Skarupská, Ph.D.**
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **13. ledna 2025**
Termín odevzdání bakalářské práce: **2. května 2025**

L.S.

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

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

Ve Zlíně dne 13. ledna 2025

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění bez ohledu na výsledek obhajoby;
- bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a bude dostupná k nahlédnutí;
- jedno vyhotovení bakalářské práce v listinné podobě bude ponecháno Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně k uložení;
- 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;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 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;
- pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá; neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji, že

- jsem na bakalářské práci pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem řádně citoval(a); v případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor;
- odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou obsahově totožné.

Ve Zlíně, dne

.....
podpis autora

ABSTRAKT

Bakalářská práce je zaměřena na důsledky životní krize, se kterými se musí potýkat matky samoživitelky. Teoretická část práce je rozdělena na tři kapitoly. První kapitola popisuje obecné samoživitelství na což navazují podkapitoly o tom, jak současná společnost na matky samoživitelky nahlíží, jaká je jejich životní situace a také úroveň. Druhá kapitola se věnuje dopadům, které samoživitelství ovlivňují a poslední kapitola se zabývá českými a zahraničními výzkumy. Obsahem praktické části je kvalitativní výzkum, který byl vyhodnocen pomocí interpretativní fenomenologické analýzy. Cílem práce bylo zjistit, jaký vliv má životní krize na zvládání životní situace matek samoživitelek a odhalit způsob, jakým se matky samoživitelky vyrovnávají se zátěžovými situacemi v důsledku životní krize.

Klíčová slova: životní krize, samoživitelství, psychická zátěž, sociální vazby

ABSTRACT

The bachelor thesis focuses on the consequences of the life crisis that single mothers have to face. The theoretical part of the thesis is divided into three chapters. The first chapter describes general single motherhood followed by subchapters on how contemporary society views single mothers, their living situation and also their level. The second chapter focuses on the impacts that affect single motherhood and the last chapter deals with Czech and foreign research. The content of the practical part is qualitative research, which was evaluated using interpretative phenomenological analysis. The aim of the thesis was to find out the impact of life crisis on the coping of single mothers and to reveal the way in which single mothers cope with stressful situations as a result of life crisis.

Keywords: life crisis, single motherhood, psychological stress, social ties

Na tomto místě bych ráda poděkovala PhDr. Heleně Skarupské, Ph.D., za cenné rady, inspiraci, ochotu a lidský přístup. Dále své rodině a všem ostatním lidem, kteří mi byli (a stále jsou) oporou.

OBSAH

ÚVOD.....	11
I TEORETICKÁ ČÁST	12
1 SAMOŽIVITELSTVÍ.....	13
1.1 VNÍMÁNÍ MATEK SAMOŽIVITELEK SOUČASNOU SPOLEČNOSTÍ.....	14
1.2 ŽIVOTNÍ SITUACE MATEK SAMOŽIVITELEK	14
2 DOPADY SAMOŽIVITELSTVÍ.....	16
2.1 FINANČNÍ A EKONOMICKÉ DOPADY	16
2.2 PSYCHICKÁ ZÁTĚŽ.....	17
2.3 SOCIÁLNÍ VAZBY	19
3 SAMOŽIVITELSTVÍ VE VÝZKUMECH ČESKÝCH A ZAHRA NIČNÍCH.....	21
II PRAKTICKÁ ČÁST.....	24
4 VÝZKUM.....	25
4.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM	25
4.2 VÝZKUMNÉ CÍLE	26
4.3 VÝZKUMNÉ OTÁZKY	26
4.4 POJETÍ VÝZKUMU	27
4.5 VÝZKUMNÁ METODA	27
4.6 VÝZKUMNÝ SOUBOR	28
4.7 ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....	28
5 VÝSLEDKY.....	30
5.1 ROZHOVOR 1	30
5.1.1 Ekonomická situace	30
5.1.2 Sociální vazby	31
5.1.3 Psychické zdraví.....	33
5.2 ROZHOVOR 2	34
5.2.1 Ekonomická situace	35
5.2.2 Sociální vazby	36
5.2.3 Psychické zdraví.....	37
5.3 ROZHOVOR 3	38
5.3.1 Ekonomická situace	39
5.3.2 Sociální vazby	40
5.3.3 Psychické zdraví.....	41
5.4 ROZHOVOR 4	42
5.4.1 Ekonomická situace	42
5.4.2 Sociální vazby	44

5.4.3 Psychické zdraví.....	45
5.5 ZÁVĚRY IPA	48
ZÁVĚR.....	50
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	53
SEZNAM TABULEK.....	58
SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	59
SEZNAM PŘÍLOH.....	60

ÚVOD

Bakalářská práce je zaměřena na život matek samoživitelek v době životní krize. V teoretické části jsou obsaženy 3 kapitoly. První z nich popisuje obecné samoživitelství a na ni navazují podkapitoly týkající se toho, jak současná společnost matky samoživitelky vnímá, jaká je jejich životní situace a také úroveň. Druhá kapitola se věnuje dopadům, které samoživitelství ovlivňují. V podkapitolách zmiňujeme finanční a ekonomické dopady, psychickou zátěž a sociální vazby. Třetí a zároveň poslední kapitola se zabývá českými a zahraničními výzkumy. Praktická část se zabývá kvalitativním výzkumem, který má za cíl zjistit vliv životní krize na zvládání životní situace matek samoživitelek a odhalit způsob, jakým se matky samoživitelky vyrovnávají se zátěžovými situacemi v důsledku právě již zmiňované životní krize.

Nejdříve českou společnost zasáhla epidemie COVID 19, poté české domácnosti musí čelit ekonomické krizi. Nacházíme se v době, která není pro nikoho jednoduchá, natož pro rodiče samoživitele. Ve společnosti bylo provedeno velké množství výzkumů, které upozorňují na nepříznivou situaci samoživitelů. Po tom, co rodiče samoživitelé zaplatí veškeré své měsíční výdaje, se až 60% z nich dostane do mínusu nebo jim nezbydou žádné finanční prostředky. Samoživitelé jsou tímto ohroženi zadlužením se a důvodem jsou minimální úspory (Prokop, 2022). Podle statistik je skupina rodičů samoživitelů ohrožena sociálním vyloučením (ČSÚ, 2020). Potvrzeno je také to, že matky samoživitelky jsou nejvíce ohroženy chudobou (Hasmanová Marhánková, 2011). V roce 2019 byl ukazatel osob, které jsou ohroženy příjmovou chudobou 10,1% (ČSÚ, 2019) a v roce 2022 se tento ukazatel zvýšil na 10,2% (ČSÚ, 2023).

Ze všech výše zmíněných informací vyplývá, že životní situace samoživitelů je opravdu složitá a jejich zejména ekonomická situace dost ovlivňuje každého z nich. A proto je cílem výzkumu zjistit životní úroveň matek samoživitelek v době životní krize. V rámci bakalářské práce se zaměřujeme i na to, jaké strategie matky samoživitelky využívají, aby tuto velmi složitou situaci zvládly, a zároveň nás zajímá co, ony samy vnímají jako největší pomoc.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 SAMOŽIVITELSTVÍ

Tato kapitola se bude primárně zabývat vymezením pojmu samoživitelství a současně se zaměříme, jak společnost vnímá matky samoživitelky.

Pokud bychom se chtěli ohledně správného definování obrátit přímo na zákon, nalezneme tento pojem v Zákoníku práce, ovšem zde nehovoříme o samoživiteli, ale o osamělém rodiči. Konkrétně bychom tento pojem našli v § 350, který osamělého rodiče popisuje následujícím způsobem. Za osamělého rodiče se považují neprovdané, ovdovělé nebo rozvedené ženy nebo také rozvedení, ovdovělí či svobodní muži, nebo ženy a muži, kteří se osamělými stali z jiných vážných důvodů (Česko, 2006).

Samoživitelství dále charakterizuje i Sobotková (2007), a to jako jednu z forem rodičovství, která obvykle vzniká z důvodu rozvodu, rozchodu, adopcí dítěte osamělou ženou, ovdověním nebo přivedením dítěte na svět mimo manželství. Dudová (2009) dodává, že samoživitelky jsou ženy, které jsou osamělé a musejí vychovávat, živit a starat se o své potomky bez toho, aniž je v tom podporoval přítel či manžel. Proto tyto ženy smíme označovat za specifickou skupinu, která má své zvláštní potřeby.

Lze také vycházet z Hasmanové Marhánkové (2011), která zařazuje mezi základní charakteristiky matek samoživitelek nedostatečnou pracovní kvalifikaci, nižší dosažené vzdělání, malé množství finančních prostředků, ale také psychickou zátěž. Autorka se také snaží poukázat na to, že matky samoživitelky bývají dost často na pracovních pozicích, které vůbec neodpovídají jejich kvalifikaci či vzdělání. Bohužel i přesto, že tyto ženy vykonávají zaměstnání na hlavní pracovní poměr, často se stává, že jim ani tak příjem z jednoho zaměstnání nevystačí, a proto si ke své hlavní práci často hledají brigády nebo jiné přivýdělky, protože jen a pouze ony jsou zodpovědné za zajištění chodu své rodiny a domácnosti. Tohle vše se právě prolíná s již zmiňovanou psychickou, ale i fyzickou zátěží, což vyvolává u matek samoživitelek ještě větší stres, že svou úlohu, postarat se o svého potomka či potomky, nezvládnou. Matky samoživitelky jsou proto často vystaveny psychické nepohodě také z toho důvodu, že nemají dostatek volného času, nemají prostor na svůj sebe rozvoj, chybí jim dostatek sociální podpory, anebo se na výchově dítěte neangažuje druhý zodpovědný rodič.

1.1 Vnímání matek samoživitelek současnou společností

V této podkapitole se zaměříme na to, jak současná společnost na matky samoživitelky nahlíží a jaké je jejich postavení ve společnosti.

Nejdříve si však uvedeme možné příčiny vzniku samoživitelství, mezi které nejčastěji spadá rozchod nebo rozvod partnerů, ovdovění nebo oplodnění mimo manželství.

Bednářová (2016) však hovoří o specifické skupině matek samoživitelek, které tuto roli měly dopředu promyšlenou a naplánovanou. I přesto se však stává, že tyto samoživitelky se svým měsíčním příjmem vyjdou jen tak tak. Jedná se obvykle o ženy, o které muži neprojevují zájem, ony samy nemají naopak zájem o partnera nebo dalším z důvodů může být také to, že se nacházejí ve věku kdy jim „tikají biologické hodiny“ a silou vůle touží po dítěti. Podle autorky lze tyto samoživitelky jednoduše definovat jako ženy, které se nedokáží smířit s vizí, že by se nestaly matkami.

V případě, že bychom se chtěly zaměřit na pohled nebo vnímání matek samoživitelek v současné společnosti, tak musíme mít na paměti, že se liší s ohledem na to, jak se žena v této společenské roli ocitla. Šindelářová (2019) ve své práci uvádí, že rozdílný přístup k matkám samoživitelkám nastává například ve městech a na venkově, a to z důvodů, že lidé ve městech jsou vůči samoživitelkám mnohem více vstřícnější a tolerantnější.

Dalším, kdo se touto problematikou zabývá je Pavézková (2018 in Opekarová, 2021). Podle ní je společnost v postoji vůči samoživitelkám dost patriarchální, a pokud dojde mezi partnery k rozchodu nebo rozvodu, je za hlavního viníka, který nese odpovědnost za ztroskotání vztahu, považována právě žena. V takovém případě pak často vycházejí na povrch názory typu, že žena má povahu svého muže znát, a že si měla předem dobře promyslet, s kým si pořizuje dítě. Jiným způsobem však společnost přistupuje k samoživitelkám, které se v této roli ocitly například po ovdovění. Zde nemá společnost žádný problém ženě pomoci.

1.2 Životní situace matek samoživitelek

Životní situaci lze rozdělit na dvojí význam. Pro Bartlettovou (in Šrajer, Musil, 2008) termín „životní situace“ představuje životní úkoly, s kterými se rodina během svého života potýká, ale také je označuje jako okolnosti všeho druhu, jež brání členům rodiny ve zvládnání životních úkolů bez toho, aniž by jim pomáhal někdo zvenčí. Z důvodu „přechodových situací“ jako je např. narození dítěte nebo když se děti rozhodnout opustit domov, může

v důsledku těchto situací u některých členů rodiny docházet k *psychickým* či *ekonomickým nepříznivým problémům*. Nutno zmínit, že existuje i zvláštní typ „přechodových situací“. Obvykle se jedná o události, které představují určitou odchylku od normy. Jedná se o narození dítěte s postižením, rozvod rodičů, násilné projevy chování či závažné onemocnění člena rodiny. V případě, že se rodina začne potýkat s jedním z těchto zvláštních typů „přechodových situací“ je dost pravděpodobné, že mnohé rodiny tuhle situaci bez pomoci společnosti nezvládnou. V rámci všech těchto životních situací jsou lidé také vystavováni překážkám, které jim znemožňují a brání optimálně zvládat tyto momenty.

Výsledkem chybějících zdrojů příjmů je u matek samoživitelek, jak už může být zřejmé právě nízká životní úroveň. Předpokládá se, že pokud otec rodinu opustí, bude na děti přispívat výživné. Nicméně realita tomu v několika případech ani zdaleka neodpovídá. Za další příjmy se považují sociální dávky hmotné nouze nebo podpory. V případě, že mají matky možnost, využívají vzhledem ke své situaci a rostoucím cenám všech nákladů, spolubydlení s příbuznými. Tím rozumíme obvykle prarodiče, kteří se i často podílejí na výchově dětí či přispívání finančních prostředků (Radimská, 2003).

2 DOPADY SAMOŽIVITELSTVÍ

V následující kapitole budeme pozornost věnovat financím, psychickému zdraví a sociálním vazbám. Všechny tyto oblasti spadají do problematických odvětví, se kterými se matky samoživitelky potýkají.

Na základě nefunkčního vztahu s partnerem se rodič dostává do role samoživitele či samoživitelky. V tomto případě nemá osamělý rodič moc na výběr. Stojí před dvěma variantami a je nucen se rozhodnout, zda bude dál pokračovat v nefunkčním partnerském vztahu či z něj stane osamělý rodič (Vágnerová, 2000).

Rozpad rodiny se nevyhýbá žádnému členu rodiny. Trpí jak rodiče, tak především děti, a proto rozpad rodiny lze považovat za velice bolestivou a náročnou situaci. To jak se s touto situací každý vyrovnává, lze rozdělit hned do několika fází. První fáze je ta hlavní a popisuje to, jak zejména u rodičů dochází ke změnám nálad, které se střídají s depresemi. Tyto stavy jsou dále doprovázené nesoustředěností, nepříznivým pracovním výkonem, poruchami spánku či zdravotními potížemi. Z pravidla bývá ovšem nejtěžší první rok po rozvodu či rozchodu partnerů, nicméně tato doba se individuálně může lišit. Každý člověk je individualita a potřebuje jiné množství času na to, aby vše vstřebal, měl chuť se znovu s někým seznámit a hlavně, aby opět našel cestu k sobě samému (Teyber, 2007).

Po rozpadu rodiny však matky nejvíce trpí samotou. Tyto ženy lze považovat za sociálně izolované, protože se jim zužuje jejich okruh lidí, se kterými se setkávaly, a to pouze na rodinu a spolupracovníky. V případě, že si chce žena vyjít za kulturou, jít si zasportovat či si vyjít s přáteli, musí řešit, kdo jí pohlídá děti a zároveň, jak tyto volnočasové aktivity, se kterými souvisí hlavní problém, čímž je nedostatek financí, uhradí (Matoušek, Kodymová a Koláčková, 2005).

2.1 Finanční a ekonomické dopady

Jedním z hlavních a nejčastějších problémů, které se spojují se samoživitelstvím, je nedostatek financí. Matky samoživitelky se nacházejí v situaci, kdy mohou spoléhat jen samy na sebe. S finanční situací však nesouvisí jen obživa rodiny a zabezpečení jejich základních životních potřeb, ale je s ní spojeno mnohem více oblastí týkajících se lidského života. Každá matka chce být pro své dítě oporou, chce mu poskytnout harmonické zázemí, dopřát mu všechny potřeby jak materiální, tak citové, ovšem tohle může pro jednoho rodiče

představovat velice složitou úlohu. Jako každý člověk i tyto ženy mají nějakou svou hranici, která když je překročena, tak se stávají přetíženými a vyčerpanými, což může vést ke zhoršení jejich vztahu vůči dětem (Sobotková, 2007).

To že v rodině chybí druhý příjem, dostává samoživitelky do nepříznivé životní situace. Nutno podotknout, že i pokud dostávají rodičovský příspěvek, tak ten je nedostačující a neodpovídá výdajům, které jsou pro zajištění všech potřeb dítěte, nutné (Čermáková, 2002). Jak ve své publikaci uvádí i Radimská (2003) v případě rozvodu partnerů, nezaniká ani rodičovství, ale ani s ním spojená vyživovací povinnost, jak si někteří mohou myslet. Výživné se v tomto případě stává pro svobodnou matku dalším zdrojem financí, které ji umožňují lépe snášet tíživou situaci a zajistit základní potřeby dítěte. O výši výživného lze rozhodnout dvěma způsoby. První, příznivější, spočívá pouze na domluvě manželů nebo partnerů. Ve druhém případě, pokud se partneři nejsou schopni domluvit, výši určuje soud (Hasmanová Marhánková, 2011). Ze životních zkušeností samoživitelek, jak v Česku, tak i v cizích zemích však vyplývá, že výživné, ať je stanoveno soudem či dohodou, obvykle není řádně placeno nebo dokonce vůbec (Čermáková, 2005).

2.2 Psychická zátěž

Samoživitelky nečelí pouze problémům, které se týkají finanční situace. V jejich situaci zažívají i obrovský nátlak na psychiku. Tento problém nemusí vyplývat pouze z nedostatku financí, ale dalšími faktory mohou být pocity osamělosti, opuštěnosti, neschopnosti a nedostatečnosti, pocity zklamání či jim chybí prostor pro seberealizaci.

Hejzlarová (2011) se k tomuto tématu vyjadřuje následovně. Podle ní, u matek samoživitelek lze spatřovat mnohem vyšší riziko vzniku problémů spojených s psychikou. V první řadě je na samoživitelku kladen vysoký nátlak z důvodu nedostatku příjmů. V tomto momentě tyto ženy často čelí obrovskému ekonomickému tlaku, který zapříčiňuje snížení psychické pohody samoživitelky. To, že mají problémy s financemi, se také obvykle projevuje na jejich společenském životě. Tím chce autorka poukázat na to, že ony již několikrát zmiňované finanční problémy, ale také časové důvody ji neumožňují se např. vídat se svými přáteli, tak jak by chtěla, tudíž ji přepadají pocity osamělosti, neschopnosti aj. Na tohle navazuje právě ona potřeba sociálních vazeb a podpory ze strany blízkých, která je obecně pro člověka velice důležitá, a to z důvodů emoční a psychické pohody či životní spokojenosti. Proto pokud tohle v případech samoživitelství chybí, dochází u matky v důsledku této absence k psychické nepohodě, zvýšenému stresu a depresím. Psychické zdraví nelpí pouze na

finanční situaci a vztazích. Je vysoce ovlivněno i situacemi, jako konflikty s dětmi, to že není doma uklizeno, neplněním školních povinností či omezenost a nedostatek času na sebe rozvoj.

Na nepříznivé psychické problémy navazuje taktéž Blatný (2016) ve své publikaci *Psychologie celoživotního vývoje* kde uvádí, že psychické problémy často nastávají, pokud se děti rozhodnou opustit svou rodinu, svůj domov a rodič/rodiče jsou vystaveni situaci tzv. „prázdného hnízda“. Po tomto činu se obvykle začnou objevovat pocity ztráty, osamělosti, prázdnoty a nenalezení smyslu života.

Následkem všech těchto stresových a nepříznivých situací se u samoživitelek může začít objevovat i *syndrom vyhoření*. K jeho vzniku přispívají obvykle i oblasti pracovního a již zmiňovaného společenského života. Mluvíme tedy o psychickém stavu, jenž se do života samoživitelek promítá deficitem psychických, ale i fyzických rezerv. Ženy obvykle nezapomínají, ale nemají jednoduše čas na to, aby podporovaly své duševní, duchovní či tělesné potřeby, což právě vede k tomu, že se pak cítí vyhořelé a vyhaslé (Kallwass, 2007). Autorka také blíže popisuje některé fáze, které syndrom vyhoření zahrnují. Je také nutné mít na paměti, že se nejedná o pouhý a náhlý stav, ale o dlouhodobý proces. Kallwass pár fází, které syndrom vyhoření provází, popisuje následovně. V první fázi podle ní lze spatřovat čím dál tím více se projevující vyčerpanost. V následujícím stádiu může docházet k znecitlivění až zlostejnění. Tím se rozumí to, že žena neprojevuje radost, ale ani ji nezužuje strach tak ofenzivně, jak tomu mohlo být dříve a v poslední třetí fázi dochází k úplnému stranění se, od všech přátel nebo známých. Ve své publikaci dále zmiňuje, že začít vyhledávat pomoc a zajímat se o to, co a proč se s člověkem děje by jedinec měl hned, co se u něj začnou projevovat opakované pocity únavy a slabosti, během kterých dochází také k potlačení pocitů lhostejnosti a nesmyslnosti života. Syndrom vyhoření je však obvykle i následkem toho, že ženy v této tíživé situaci nechtějí přijmout pomoc ostatních. Důsledkem toho, dochází u nich k totálnímu kolapsu a vyčerpanosti právě z důvodu neodhadnutí svých vlastních sil (Kallwass, 2007).

K syndromu vyhoření se vyjadřuje i Honzák (2018), který jej ve své publikaci popisuje, jako tělesnou neschopnost, která může být doprovázena depresí, a mohou se u člověka vyskytovat také sebevražedné sklony, které jedinec považuje za únik od reality. Příčin vzniku je tedy poměrně dost. Je však nutné mít na paměti, že tento stres se obvykle odvíjí od určitého podnětu nebo situace. V případě matek samoživitelek je tedy nezbytné zjistit, co konkrétně

stres způsobuje, co je tím ústředním spouštěčem těchto stavů, aby mohlo následně dojít k řešení situace a u ženy nedošlo k úplnému vyhoření (Kallwass, 2007).

2.3 Sociální vazby

Volbu partnera ovlivňuje hned několik činitelů. Prvním z nich si uvedeme obecné, socio-kulturně podmíněné normy, kam lze zařadit současný ideál, který může být vyzdvihován v médiích. Dále je vhodné zmínit tradice či vhodný model partnerského vztahu. Druhý faktor při volbě partnera představují náhodné vlivy, které spočívají v tom, že výběr partnera je ovlivněn podle toho, v jaké životní fázi se člověk nachází. Smíme tedy hovořit o situacích, kdy je jedinec například po rozchodu a nemá na hledání si nového partnera náladu či má stanovené určité nároky, které budoucí partner musí splňovat. Nyní následuje faktor individuální preference. S tímto bodem se pojí osobnostní rysy či životní zkušenosti. Lze se také setkat s výběrem partnera na základě podobnosti nebo naprosté rozdílnosti s rodiči. Posledním čtvrtým činitelem ovlivňujícím volbu jsou partnerské vztahy rodičů jedince. Člověk se snaží si obvykle najít partnera s konkrétními projevy chování vyplývajících ze zkušeností se vztahem svých rodičů (Vágnerová, 2007).

Venglářová (2008) ve své publikaci uvádí, že jedinec často přenáší způsoby chování, které má osvojené a naučené ze své původní rodiny, do svých budoucích vztahů. To jaký vztah mezi sebou mají rodiče, slouží totiž pro člověka, jako taková šablona toho, jak má vztah mezi dvěma partnery vypadat.

Na stejné téma navazuje i Riemann (2009), který uvádí, že pokud má dítě před sebou od raného věku vzor zdravého plně fungujícího vztahu, bude mít své vize o svém budoucí polovičce jednodušší, ovšem pokud je jedinci představován vzorec špatného, nefungujícího vztahu mezi rodiči, může být s velkou pravděpodobností ovlivněna jeho důvěra vůči budoucímu navazování vztahu s budoucími partnery.

Podobně uvažuje nad touto problematikou i Leman (2000). Ten vztah mezi matkou a otcem považuje za velmi důležitý. Podle něj to, jak otec jedná s matkou jejich dcery, vysoce ovlivňuje představu ženy o nadcházejícím vztahu mezi ní a partnerem. Pokud bude docházet k násilí nebo nevhodnému oslovování, bude to vést k tomu, že žena to nebude považovat za nepřijatelné, protože v tom sama vyrostla.

Pokud bychom se zaměřili u matek samoživitelek na vyhledávání nového partnera, tak Asociace neúplných rodin provedla jedinečný výzkum, týkající se právě této problematiky. Výzkumný soubor tvořily přibližně dvě stovky samoživitelek, které byly bez partnera. Průzkum ukázal, že 21% žen, nacházejících se v této situaci svůj protějšek hledá. Vyšlo však také najevo to, že pokud si partnera najdou, ten se obvykle začne negativně stavět ke skutečnosti, že je žena sama, není sebevědomá, v některých případech je zadlužená a k tomu má děti, o které by se měl muž starat, jako „biologický“ otec. Druhá skupina (16%) byla tvořena samoživitelkami, které své pátrání, po spoustě negativních zkušeností s novými partnery vzdaly a stojí si za názorem, že i když mají nespočet problémů, tak je jim nejlíp, když jsou samy. Další skupina (15%) byla tvořena ženami, které uvedly, že na hledání nového partnera jim nezbývá dostatek času. Dále 13% maminek, se shodlo na tom, že aby si udělaly hezký večer ve společnosti a měly možnost se seznámit s potenciálním partnerem, nemají jednoduše dostatek financí. Dalším faktorem, který neumožňuje nebo při nejmenším znesnadňuje samoživitelkám (11%) najít si nového partnera je fakt, že hledání a následné střídání partnerů, negativně ovlivňuje a působí na život dětí a 4% z dotazovaných se přiznalo k tomu, že k nalezení nového partnera jim často brání jejich špatný psychický stav (Asociace neúplných rodin, 2017).

V návaznosti na tento český průzkum, lze navázat zahraniční studií, protože problematika hledání nového partnera a zároveň otce, svých dětí, postihuje osamělé matky po celém světě. Tento zahraniční výzkum se zaměřil primárně na to, jak si svobodné matky hledají partnera pomocí relativně populární aplikace zvané Tinder. Je dokázané, že ženy, které se v roli samoživitelky nachází, se často potýkají s nedostatkem volného času, což jim neumožňuje interakci mezi lidmi osobně, a proto je pro ně forma online seznamování vhodným způsobem, jak navázat kontakt s někým novým, jako mohou být přátelé či nový, budoucí a zároveň potencionální partner. Z výsledků bylo tedy patrné, že ženy tuto aplikaci využívaly často právě hlavně pro hledání a navazování nových vztahů, konverzací, přátelství, ale také příležitostných činností spojených s jejich intimitou a erotikou, která jim z důvodu nepřítomnosti partnera chybí a také se zároveň díky využívání aplikace vyhnou určitým osobním omezením a mají větší možnost prozkoumat, co jim digitální prostor nabízí (Stoicescu et al., 2022).

3 SAMOŽIVITELSTVÍ VE VÝZKUMECH ČESKÝCH A ZAHRANIČNÍCH

V následující kapitole si představíme české a zahraniční výzkumy, které se zabývají samoživitelstvím. Konkrétně se tyto výzkumy budou věnovat ekonomické situaci a tomu, jak jsou tímto problémem ovlivněny i jiné aspekty, týkající se rodičovství.

Nejdříve se budeme věnovat výzkumu, který byl veden paní Radanou Kroutilovou Novákovou, Jitkou Vaculíkovou a Alenou Podanou (2016). V rámci tohoto empirického výzkumu si autorky daly za cíl zjistit, jak spokojené jsou samoživitelky s bydlením, oproti ženám, které jsou vdané. Výzkumu se celkově zúčastnilo 421 žen (209 matek samoživitelek a 212 vdaných žen). Jak v úvodu autorky zmiňují, matky samoživitelky či jeden dospělý, který se stará o dítě či děti, které jsou na něm závislé, představují právě nejvíce ohrožené domácnosti příjmovou chudobou. Z této studie také vyplynulo to, že české, ale i evropské domácnosti s jedním rodičem, pocítují největší zátěž právě v oblasti nájemného a služeb, které se s bydlením pojí. Konečná data ukázala a zároveň potvrdila skutečnost, že spokojenost s bydlením je vyšší u žen, které jsou vdané, a to z důvodu, že nejsou ovlivněny právě statutem samoživitelky.

Další český výzkum, který byl uskutečněn Radkou Dudovou (2009), byl zaměřen na matky samoživitelky pod názvem „Práce jako řešení? Strategie obživy osamělých matek v ČR“. Tento výzkum měl za cíl odhalit strategie, jež samoživitelky po rozpadu partnerství využívají pro to, aby překonaly těžké ekonomické situace. Autorka se zaměřila na všechny faktory, které tuhle situaci nějakým způsobem ovlivňují. V tomto případě bylo provedeno 19 rozhovorů. Autorka na ekonomickou situaci svobodných matek nahlížela ze dvou úhlů. Prvním z nich bylo ekonomické postavení rodiny po tom, co se manželský pár rozejde, protože pokud byla žena i dříve zvyklá na to, aby zajišťovala většinu rodinných příjmů, odchod manžela se pro ni stává spíše velkou ekonomickou úlevou. Druhá varianta spočívala v tom, zda v rodině bylo tradiční rozdělení na matku, která pečuje o děti a otce, který je hlavním živitelem. V této situaci totiž dochází k tomu, že po odchodu partnera se žena cítí „chudá“, i přesto, že její životní úroveň společně s dětmi, může být relativně uspokojivá, a to z důvodu, že porovnávají svou situaci se stavem, který prožívaly před tím, než se s partnerem rozvedly. V závěru však pro většinu respondentek rozchod představoval tzv. ekonomický šok, kdy se musely vyrovnat s tím, že právě ony najednou jsou hlavními živitelkami, tedy že jsou závislé pouze samy na sobě a jejich děti jsou závislé pouze na nich,

příčemž musely také řešit otázku bydlení, zároveň zajistit pro své potomky hlídání ve své nepřítomnosti, zabírat se otázkami výchovy, ale i péče apod. Samy ženy v této sociální roli uvedly, že si jsou z ekonomického hlediska vědomy neočekávaných výdajů, na které nejsou dostatečně připraveny. V případě, že mají k dispozici alespoň nějaké své úspory, jedná se obvykle pouze o pár tisíc korun, proto i přesto, že mají stálý příjem financí lze tuto skupinu považovat za velmi ekonomicky zranitelnou.

Problémy s bydlením a obecně špatnou životní situací nepostihují pouze samoživitelky v České republice ale i v zahraničí. Jak ukázal výzkum od polských autorů, tyto problémy ve společnosti přetrvávají již několik let ovšem až ve 20. století začal stát, svobodným matkám pomáhat. Polsko se pyšní tzv. Domy svobodných matek. První vznikly hned po 2. světové válce, aby byla poskytnuta pomoc ženám, které během války přišly o manžela nebo snoubence. V současné době tyto střediska poskytují útočiště hlavně ženám, které se nacházejí v tíživé životní situaci, a to už od perinatálního období (od 6. měsíce těhotenství až do porodu). Tyto Domy jsou obvykle vedeny jeptiškami či nevládními organizacemi. Hlavním úkolem Domů je především poskytnout péči a přístřeší ženám s dětmi, v případě, že je ohroženo jejich zdraví nebo bezpečnost až do překonání krizové situace (Bajcarczykova et al., 2021).

V návaznosti na tyto předešlé studie, ze kterých vychází najevo, že ekonomická situace matek samoživitelek není nikterak příznivá, lze taky odvodit, že tato skutečnost má nepříznivý dopad i na psychické zdraví matek samoživitelek.

Životní situace či události, kterými si tyto ženy často procházejí, jsou dosti stresující a spojeny s depresí a úzkostmi. Jedna ze zahraničních studií prokázala, že u samoživitelek se úroveň stresorů a zranitelnosti zvyšuje již od počátku pandemie COVID-19. V tomto období u velkého počtu rodin, došlo k rozsáhlým problémům, které měly velký dopad na již zmiňovanou psychickou pohodu, fungování rodiny a duševní zdraví. Každodenní režim rodin se náhle změnil, což mělo za následek vyšší emoční a ekonomický stres a distres u obou rodičů, což často vedlo k rozdělení partnerů (Taylor et. al., 2022).

Další ze studií, kterou provedli vědci ve Španělsku, se zaměřila na problematiku zdravotních potíží u samoživitelek v období finanční krize. Tento výzkum prokázal, že ženy, které žijí bez partnera, vykazují horší zdravotní výsledky než matky, které jsou v páru. Nutno podotknout, že Španělsko představuje jednu z evropských zemí, kde sociální politika a tedy i spoluodpovědnost ze strany státu zaostává a je stále podporován tzv. model tradiční rodinné politiky. Z toho tedy vyplývá, že na matky samoživitelky se nebere velký zřetel a musejí si

se svou nepříznivou životní situací poradit samy. To jim však na jejich zdravotním stavu nepřidává. V rámci výzkumu osamělé matky upozorňovaly hlavně na špatné sebevnímání, problémy s duševním zdravím a dlouhodobými nemocemi anebo se u nich začalo objevovat rizikové zdravotní chování (Trujillo-Alemán et. al., 2019).

A poslední ze studií, o které se tady zmíníme „*O sociálním vyloučení a depresi u samoživitelek*“ potvrdila, že se u žen, které se v této sociální roli nachází, nadměrně zvyšuje pravděpodobnost, že budou trpět nějakou psychickou poruchou. Ke vzniku přispívá jak již zmiňovaná nepříznivá ekonomická situace tak i fakt, že osamělé matky jsou často sociálně znevýhodněné a vyloučené (Targosz et al., 2003). Další ze studií, konkrétně z roku 2021 z Jižní Koreje zjistila, že měsíční příjem měl významně negativní vliv na depresi u svobodných matek. Tento výzkum dokazuje, že právě ekonomické potíže a emocionální problémy zvyšují projevy deprese, které následně vedou k negativnímu chování vůči dětem, ale i okolí. Jinými slovy, svobodné matky, které nemají dostatek financí na to, aby dostatečně zabezpečily svou rodinu, s vysokou pravděpodobností mohou trpět depresemi a zvýšeným stresem. Může pro ně být také obtížné se věnovat svým dětem, což následně může vést k rozpadu jejich společného vztahu (Song et al., 2022).

Na tuto skutečnost, že je ohrožen vztah rodiče a dítěte navazuje další zahraniční studie, ve které je popsáno, jak ovlivňuje socioekonomický status svobodného rodiče. Dospělého jedince, který má ve svých rukou celou ekonomickou situaci rodiny, obvykle přepadají již zmiňované deprese a stres, ovšem samoživitelé zažívají také pocity zoufalství, které mohou následně vést k problémovému chování u adolescentů. Proto se chudoba jeví jako jeden z nejproblémovějších a nejškodlivějších faktorů, které mají negativní dopad na blaho mládeže, proto často brání vzdělání, přispívá ke špatnému zdraví a ovlivňuje rozvoj emocionálních, behaviorálních a sociálních problémů. Pokud jsou všechny tyto stresory přítomny, zvyšuje se tak u adolescentů pravděpodobnost, že se budou angažovat v problémovém chování a zažijí školní neúspěch (Bradley, Goldsteinová, 2022).

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 VÝZKUM

Výzkum se zabývá životem matek samoživitelek během životní krize. V kontextu výzkumných cílů, které korespondují s výzkumnými otázkami, jsme se rozhodli zvolit kvalitativní výzkum, který se uskutečňoval formou rozhovoru. Na základě předem stanovených výzkumných cílů a výzkumných otázek, se výzkum prováděl pomocí interpretativní fenomenologické analýzy, jejímž základním rysem je porozumět a zjistit zkušenosti a pocity respondentek. Hlavním rysem této analýzy je prožitek, díky němuž snáze dokážeme popsat, vysvětlit a přiblížit si určité chování a prožívání ostatních lidí (Hendl, 2016).

4.1 Výzkumný problém

Nejdříve českou společnost zasáhla epidemie COVID 19, poté české domácnosti musí čelit ekonomické krizi. Nacházíme se v době, která není pro nikoho jednoduchá, natož pro rodiče samoživitele.

Podle výzkumu, který byl proveden v rámci projektu Česko 2022 – Život k nezaplacení, prováděný společností PAQ Research s Českým rozhlasem, vyšlo najevo, že okolo 60 % rodičů samoživitelů, po tom, co zaplatí veškeré své měsíční výdaje, se ocitnou v situaci, kdy jim buď nezbyde nic, nebo musí do mínusu. Výzkum také upozornil na to, že samoživitelům hrozí zadlužení, přičemž důvodem jsou minimální úspory (Prokop, 2022).

Na základě průzkumu a statistik provedených Českým statistickým úřadem (dále jen ČSÚ) je skupina rodičů samoživitelů na základě svých příjmů ohrožena sociálním vyloučením (ČSÚ, 2020). Je také potvrzeno, že matky samoživitelky jsou nejrizikovější skupinou, která je ohrožena chudobou. Domácnosti tvořené právě jedním rodičem mají jeden z nejnižších finančních příjmů. Taková situace často vede k psychickým problémům, jako jsou úzkosti nebo dokonce deprese. Situaci však často vnímá i dítě, u něhož dochází k ohrožení základních životních potřeb (Hasmanová Marhánková, 2011). V roce 2019 se ukazatel osob ohrožených příjmovou chudobou pohyboval na 10,1 %. Dále bylo ČSÚ ověřeno, že tyto rodiny, které jsou tvořeny samotným rodičem společně s jedním či více dětmi, vycházejí s příjmy opravdu nejhůře a že neúplných rodin s dětmi bylo ohroženo příjmovou chudobou okolo 30,8 % (ČSÚ, 2020). ČSÚ zveřejnil v rámci svého výzkumu tabulku, ve které je znázorněna hranice příjmové chudoby podle typu domácnosti. Konkrétně tato hranice pro jednoho rodiče s dítětem do 13 let představuje 15 552 Kč a pro rodiče se dvěma dětmi staršími 13 let 23 926 Kč (ČSÚ, 2020).

Příčin vzniku samoživitelství je mnoho, tu hlavní však představuje míra rozvodovosti, které se od 80. let minulého století stále zvyšuje (Fialová, Kalibrová, 2010 in Opekarová, 2021). Rozvod rodičů tak každoročně zažívá přibližně 23 tisíc dětí (Zpráva o rodině, 2020). Již provedené výzkumy také ukázaly, že příjem se po rozvodu sníží o pětinu, avšak u žen to představuje pokles příjmu až o 30 %, což v mezinárodním srovnávání představuje třetí nejhorší výsledek (OECD, 2018 in Zpráva o rodině). Matky samoživitelky se proto často pohybují se svými příjmy na hranici životního minima (Čermáková, 2002 in Plassová, 2020). Výzkumný ústav práce a sociálních věcí v roce 2019 na základě svého šetření zjistil, že 56 % samoživitelů po rozpadu manželství, zaznamenalo zhoršení své finanční situace, z čehož pětina uvedla opravdu výrazné zhoršení (Palonciová a kol., 2019 in Zpráva o rodině). Šetření poukázalo také na to, že 60 % žen samoživitelek je na tom se svou životní situací hůře než 34 % mužů samoživitelů (Zpráva o rodině, 2020). Další důvod, proč se ženy stávají samoživitelkami je ten, že se dítě narodí mimo manželství. Tato příčina se během posledních 30 let také markantně zvedla a v roce 2018 představovala procentuálně 49 %. (Čermáková, 2002 in Plassová, 2020)

Z výše uvedeného vyplývá, že životní situace samoživitelů je opravdu složitá. Proto se v našem výzkumu věnujeme tématu, které zkoumá životní úroveň matek samoživitelek v době ekonomické krize. Zaměřujeme se na to, jaké strategie využívají, aby tuto nelehkou situaci zvládly, a zároveň, co ony samy vnímají, jako největší pomoc.

4.2 Výzkumné cíle

Hlavním cílem výzkumu naší bakalářské práce je zjistit, jaký vliv má životní krize na zvládání životní situace matek samoživitelek a odhalit způsob jakým se matky samoživitelky vyrovnávají se zátěžovými situacemi v důsledku životní krize.

4.3 Výzkumné otázky

- **Hlavní výzkumná otázka:**

Jaký vliv má životní krize na zvládání životní situace matek samoživitelek?

- **Dílní výzkumné otázky:**

Jaké jsou příčiny jejich samoživitelství?

S jakými problémy se matky samoživitelky potýkají během životní krize?

Jaké strategie matky samoživitelky využívají pro zvládání životní krize?

Jak se matky samoživitelky vyrovnávají se zátěžovými situacemi v důsledku životní krize?
Jak samoživitelství ovlivňuje jejich vztah s dětmi?

4.4 Pojetí výzkumu

Za účelem, abychom zjistili, jaké strategie matky samoživitelky využívají pro zvládání své životní situace během ekonomické krize, jsme zvolili kvalitativní výzkum, který nám umožňuje lépe pochopit problematiku, popsat, poznat, objasnit a odhalit, jak se matky samoživitelky vyrovnávají se zátěžovými situacemi v důsledku životní krize. Dále se pokusíme odhalit, jaké jsou příčiny jejich samoživitelství. Kvalitativní výzkum jsme zvolili také se záměrem toho, protože nás zajímá, s jakými hlavními problémy se matky samoživitelky během životní krize potýkají. V neposlední řadě chceme popsat, do jaké míry je ovlivněn jejich vztah s dětmi důsledkem samoživitelství.

4.5 Výzkumná metoda

Pro náš kvalitativní výzkum jsme zvolili hloubkový rozhovor, který je jednou z nejpoužívanějších metod sloužící ke sběru dat v rámci kvalitativního rozhovoru. Hlavním účelem tohoto typu rozhovoru je zkoumat specifické sociální skupiny ve společnosti a členy daného prostředí (Švaříček, Šedřová, 2007). Hloubkový rozhovor lze rozčlenit na dva typy, a to na polostrukturovaný a nestrukturovaný rozhovor ((Švaříček, Šedřová, 2007). V rámci našeho výzkumu jsme zvolili metodu polostrukturovaného rozhovoru, který vycházel z předem připravených otázek. Polostrukturovaný rozhovor je metoda, která se nejvíce v souvislosti se sběrem dat využívá v IPA. Je to metoda, jejíž hlavním rysem je flexibilita, díky níž může respondent nezávisle mluvit o tématu nebo prohloubit své myšlenky Smith, 2004 in (in Říháček et. al., 2013). Rozhovory jsme prováděli s matkami samoživitelkami, které jsou výzkumným souborem našeho výzkumu a jsou proto stěžejní pro naplnění našich cílů. V rámci rozhovoru jsme se zaměřovali na to, jaký je život matek samoživitelek v době životní krize a jaký na ně tato nepříznivá situace má vliv. Aby byla však udržena pozornost respondentek, bylo využito tzv. pobídkových podnětů, které posloužily jako reakce na jejich vyprávění. Před tím, než jsem se samoživitelkami začala rozhovor, vždy jsem jim představila téma a cíle výzkumu. Dále jsem je ujistila o zachování anonymity a požádala je o souhlas s podílením se na výzkumu a následném zaznamenání rozhovoru na diktafon. Poté, co byly všechny rozhovory zaznamenané, došlo k patřičné a doslovné transkripci získaných dat.

4.6 Výzkumný soubor

V rámci našeho výzkumu byly záměrně vybrány, metodou snowball (výběr nabalováním či sněhová koule) 4 matky samoživitelky. Tato metoda je prezentována jako poměrně efektivní. Pro výběr zkoumaného vzorku je vhodným prostředkem především v případě, že budeme zkoumat specifickou skupinu. Princip tohoto sběru dat je relativně jednoduchý. Na začátku výzkumu máme několik málo osob, které požádáme, aby každý z nich určil 3-5 dalších osob, které by do výběru bylo vhodné také zařadit. Tento princip se stále opakuje až do doby, dokud se nezačnou některé typy opakovat. Poté můžeme výběr ukončit a začít se šetřením (Reichel, 2009).

Jednotlivé respondentky byly vybrány tak, aby splňovaly předem připravená kritéria:

- matka samoživitelka musí mít v péči alespoň 1 dítě;
- respondentky by měly mít děti v odlišném věku;
- měly by být samoživitelkami alespoň 3 roky;
- matka samoživitelka se ochotně zúčastňuje našeho výzkumu a poskytuje nám potřebné informace.

Tabulka 1 – výzkumný vzorek

Téma	Počet dětí	Věk dětí
Respondentka 1	2	20 a 16 let
Respondentka 2	2	32 a 17 let
Respondentka 3	1	10 let
Respondentka 4	2	21 a 18 let

Posouzení kritéria trvání v roli matky samoživitelky je důležité pro identifikaci respondentky, která má dlouhodobější zkušenosti se samoživitelstvím a může tak lépe posoudit nebo vysvětlit své zkušenosti, fungování a pocity před a během životní krize.

4.7 Způsob zpracování dat

Jako výzkumné cíle naší bakalářské práce jsme si stanovili zjistit, jaký vliv má životní krize na zvládání životní situace matek samoživitelek a odhalit způsob, jakým se samoživitelky vyrovnávají se zátěžovými situacemi právě v důsledku životní krize. Pro to, abychom naše výzkumné cíle naplnili, jsme zvolili interpretativní fenomenologickou analýzu (dále jen

IPA), jejíž hlavním rysem je flexibilita, díky níž může respondent nezávisle mluvit o tématu nebo prohloubit své myšleny, abychom lépe porozuměli žité zkušenosti jedince. IPA také výzkumníkům pomáhá lépe a detailněji prozkoumat zkušenosti jedinců, a taky to jak formují jejich význam. Smith, 2004 (in Řiháček et al., 2013) uvedl „*Výzkumník v perspektivě IPA tedy fenomenologicky prozkoumává zkušenost konkrétního člověka z jeho perspektivy a zároveň si uvědomuje, že v tomto porozumění hraje ústřední roli také výzkumníková zkušenost a jeho pohled na svět, stejně jako interakce mezi ním a participantem.*“

Poté, co došlo k doslovnému přepisu jednotlivých rozhovorů, následovalo opakované pročítání rozhovorů. Následovala část analýzy, která byla nejvíce detailní a vyžadovala otevřenost ke všem datům. Naší snahou bylo zaregistrovat vše, co pro náš výzkum bylo v rozhovoru zajímavé a hrálo významnou roli, proto jsme začali vytvářet prvotní komentáře a poznámky. V textu, který nám sloužil jako pracovní materiál, jsme si všechny důležité informace barevně zvýrazňovaly a následně jim přiřadili účelný popis. V dalším kroku jsme začali zmenšovat objem našich poznámek a přecházeli k formulování tzv. rodících se témat. Tato fáze má za cíl změnit prvotní námi vytvořené poznámky do témat, která budou mnohem více výstižná a lépe zachytí hlavní pointu žité zkušenosti respondentky (Řiháček et al., 2013). Ke zpracování analýz a lepšímu shrnutí a formulaci textu byl použit Chatgpt.

5 VÝSLEDKY

5.1 Rozhovor 1

Tabulka 2

Rozhovor R1	
Téma	Podtéma
Ekonomická situace	Finance
	(Ne) fungování sociálního systému
Sociální vazby	Pomoc příbuzných
	Problémový partner
Psychické zdraví	Psychohygiena
	Společný čas s dětmi

Respondentka 1 má 45 let, má dvě děti. Prvnímu synovi je 20 let a druhému 16 let. Respondentka je vyučená kadeřnice. Se svými syny žije společně se svou matkou v půldomku. Matkou samoživitelkou se stala po tom, co její teď už bývalý manžel měl dluhy a finanční problémy, byl agresivní a měl problém s alkoholem, po kterém se jeho agrese zvyšovala. V současné době, po absolvování několika zkoušek a kurzů, pracuje jako poradkyně v dermatologii.

5.1.1 Ekonomická situace

5.1.1.1 Finance

Tabulka 1 představuje témata, která vznikla z prvotního rozhovoru. Z rozhovoru jasně vyplývá špatná ekonomická situace respondentky. Jak sama uvádí: „*Hele sice bydlíme u mámy, ale není to žádná výhra. Ale sice mám teď relativně dobrou práci, ale furt to při dnešních cenách nestačí na to, abych se postavila na vlastní nohy, naštěstí starší syn už chodí na brigády a tak, takže si třeba už i něco šetří a vím, že kdyby bylo nejhůř, můžu se obrátit i na něj, ale jako rodič nechceš úplně brát peníze svému děcku.*“ I přes to, že má respondentka „relativně dobrou práci“ je vystavena velkému finančnímu tlaku, což je v dnešní době poměrně běžné pro spoustu domácností nejen pro samoživitele. Současně její situace vyjadřuje i určitou závislost na rodině, protože si nemůže dovolit samostatné bydlení.

Obecně tato část vyjadřuje a poukazuje na finančně náročné podmínky, se kterými se respondentka musí potýkat.

5.1.1.2 (Ne)fungování sociálního systému

Z výpovědi je také patrné, že fungování státního sociálního systému a přispívání samoživitelkám nefunguje zcela tak, jak by mělo. Po otázce zda čerpá nějaké příspěvky, jsem se dočkala této odpovědi: „*Hele, nemám, žádala jsem si, ale to všechno tak strašně dlouho trvá, a pak ti dojde úplně směšná částka. To ať se na mě nikdo nezlobí, ale to je fakt směšný.*“ Je jasné vidět, že respondentka není s fungováním sociálního systému spokojená. Zmiňuje, že si o příspěvky zažádala, ale celý proces je příliš zdlouhavý a ve výsledku až neefektivní a nekoresponduje s naléhavostí situace. Není se pak čemu divit, že celý tento proces může být ať pro samoživitele/samoživitelky či lidi v těžkých životních situacích demotivující.

5.1.2 Sociální vazby

5.1.2.1 Pomoc příbuzných

Z výše uvedeného dále vyplývá, že velkou roli hraje sociální opora/pomoc ať už ze strany rodiny nebo přátel. Jak sama narátorka řekla: „*Naši jsou sice taky rozvedení, ale s obouma jsem v pohodě, i kluci, takže když potřebuju nebo jsem potřebovala, nebyl problém, aby na kluky dohlédli nebo mi dost finančně pomáhali no.*“ Podstatnou roli však hraje i vztah matky s dětmi, který je pro všechny také pozitivně přínosným a jak se mi svěřila: „*Sice jsou to puberťáci (smích), kteří už o čas s maminkou nestojí, ale zajdem si třeba jednou za měsíc na společnou večeři, když teda vím, že si to můžeme dovolit nebo si společně něco uvaříme a snažíme se být spolu, v klidu.*“ Respondetka uvádí: „*Neměla jsem nic. Vůbec nic. Naštěstí se o nás postarala jeho i moje rodina. Mamka se pak přestěhovala po rozvodu do půldomku a teď jsme tam s ní. Ale předtím jsme žili v nějakém pronajatém bytě, ale nájem mi platil tchán, já jsem sice začala hned hledat práci a brala nějaké brigády, ale na nájem a na to, abych nás uživila, to rozhodně nestačilo. Jo a ještě víš, co bylo nejhorší? Že prostě děcka byly zvyklé na to, že mají všechno a najednou jsme neměli nic jiného než sami sebe, všechno ostatní nám zabavili. Bylo to fakt strašné.*“ Respondentka si velice dobře uvědomuje, jakou oporu a hlavně respekt měla a má ze strany svých nejbližších. Z její výpovědi je jasné, v jak těžké situaci, co se týká zajištění základní finanční stability, se může člověk po rozchodu/rozvodu s partnerem ocitnout. „*Naši jsou sice taky rozvedení, ale s obouma jsem*

v pohodě, i kluci, takže když potřebuju nebo jsem potřebovala, nebyl problém, aby na kluky dohlédli nebo mi i dost finančně pomáhali no. Ted', jak bydlíme u mamky, tak já ji vlastně nájem přímo neplatím, ale přispívám jí na energie, udělám třeba nákup a tak. Pak i vlastně ségra a její manžel nám dost pomohli. Nebo jakože, hlavně její manžel mi dost pomohl pak, co se týká nějaké výchovy kluků. Oba tu pevnou mužskou ruku potřebovali, takže ten se na tom dost podílel. Z této výpovědi je patrné, jak významnou roli ve výchově chlapců měl právě jejich strýc, který zastával roli mužské autority. „Ale i exmanželova strana rodiny mě dost podporovala, a pokud potřebuju, nemá problém ani teď mi pomoc. Vidáme se pravidelně, vycházíme. Odrazem výpovědi respondentky je sociální podpora, emocionální opora a soudržnost rodiny, které v tomhle případě hráli v krizových okamžicích velkou roli a pomohli tak respondentce překonat náročné období zejména v časech, kdy již například zmiňovaný státní systém selhává.

5.1.2.2 Problémový partner

Zajímal mě i důvod toho, proč se respondentka v roli matky samoživitelky ocitla, a jak jsem předpokládala, příčinou rozpadu manželství bylo nevhodné až agresivní chování vůči ní i synům, alkoholismus partnera a trestný čin v podobě daňových úniků, kvůli čemuž byl zatčen. Respondentka se k situaci vyjádřila následovně: *„Začala jsem si všímat, že víc pije, na kluky byl hnusný, na mě taky. Když kluci už spali, většinou mi začal nadávat, že jsem bůh ví co a podobné věci. Pak se to začalo stupňovat, začal mě před klukama mlátit, jednou jsem začala i křičet a slyšeli to sousedi a ti zavolali policii.“* V souvislosti s touthle situací respondentka dále uvedla, že po zjištění dalších několika faktorů, které k rozpadu manželství vedly, na tom nebyla po psychické stránce vůbec dobře: *„Já jsem se v ten moment úplně sesypala. Občas mám takový úzkostný stav, chodila jsem i k psychologovi po tady tom všem.“* Z rozhovoru je také zřejmé, že respondentka má nyní vůči mužům a navazování nových vztahů respekt a do ničeho se nehrne: *„Spíš jsem úplně ztratila zájem se seznamovat s někým novým a vím, že to nemůže trvat věčně, ale po tomhle zážitku jsem asi fakt radši sama a budu vyžívat s tím málem.“* Tato část poukazuje na to, jak traumatizujícím procesem rozpadu manželství si respondentka prošla a jaké dopady na ni to mělo. Situace výrazně ovlivnila její duševní zdraví a jasně patrné, jaký dopad mohou mít stresové situace na jednotlivce. V souvislosti s tím, čím si prošla, byla uzavřena vůči navazování nových kontaktů zejména s muži. Zároveň si uvědomuje, že je důležité tento svůj strach postupně překonávat, budovat si opět v někom důvěru a udržovat sociální kontakt.

5.1.3 Psychické zdraví

5.1.3.1 Psychohygiena

Dále jsem se snažila zjistit, co respondentka dělá pro to, aby se po psychické stránce cítila lépe: „...*V pětáctyřiceti už chceš být osamostatněná a mít svý soukromí, ale tak nejde to. Když mám čas, snažím se chodit třeba i na procházky, sama, abych vypla a tak no. Jasný, najít si aspoň chvíli pro sebe a vypnout je důležité.* Z její výpovědi je patrný rozpor mezi realitou a očekáváním. V jejím věku je přirozené, že člověk chce stabilitu, více času a prostoru sama pro sebe, avšak zdůrazňuje, že její soukromí a čas je omezený, právě z důvodu role matky samoživitelky. Je pochopitelné, že takový život může být pro jedince dost frustrující, ale respondentka se snaží hledat způsoby, jak tomu alespoň částečně předcházet a být vůči těmto překážkám do jisté míry odolný a schopný se s nimi nějak vypořádat.

5.1.3.2 Společný čas s dětmi

I přes svou vytíženost se snaží se svými kluky trávit čas a dát jim najevo svou lásku. „...*ale snažím se trávit čas s klukama a vynahradit jim trochu to zkažené dětství no. Sice jsou to pubertáči (smích), kteří už o čas s maminkou nestojí, ale zajdem si třeba jednou za měsíc na společnou večeři, když teda vím, že si to můžem dovolit nebo si společně něco uvaříme a snažíme se být spolu, v klidu. Starší syn vlastně studuje, ale tak nějak sám věděl, že pokud bude chtít jít na vysokou, tak na nějaký pronájem někde mimo Zlín nemáme.* Je zřejmé, že děti si uvědomují změnu životní úrovně a snaží se jí respektovat a matce pomáhat. Ovšem tento aspekt by se mohl dále rozvíjet ve vnímání určité jistoty a stability právě u jejich dvou synů. „*Mladší syn má zase zálibu v těch koloběžkách nebo já nevím, jak se tomu správně říká, ale tak samozřejmě to jsou nějaké speciální koloběžky, že, takže na Vánoce si teď třeba nějakou přál, tak mi ji mamka pomohla mu ji koupit napůl. Jako nebyť našich a tchánů, tak bych to předtím a samozřejmě ani teď se vším všudy nezvládla.*“ I přes to všechno, čím si museli společně projít, si respondentka uvědomuje, jak důležité je mít dobrý vztah se svými dětmi a snaží se jim vynahradit všechny nepříjemnosti, které museli v minulosti zažít. Respondentka si také uvědomuje, že musí vynaložit obrovské úsilí, aby se jejich životní podmínky zlepšily, ale nebere to jako nějakou oběť. Naopak je vděčná za obrovskou podporu a vstřícnost, jak ze strany rodiny, tak přátel.

Shrnutí:

Z rozhovoru je patrné, že životní krize prohlubuje nepříznivou situaci respondentky a ač by se chtěla osamostatnit, její finanční situace to nedovoluje a z toho důvodu musí být po stránce bydlení závislá společně se svými syny na své matce. Jak dále uvádí, je nespokojená s fungováním sociálního systému, který podle ní není nápomocný ani efektivní tak, jak by měl být. Dále je určitě nutno zmínit, že respondentku od rizika chudoby a jiných potíží spojených například s psychikou, ochraňuje silná sociální opora, kterou má zejména u své rodiny a přátel, ale taky ze strany svých dětí. Vzhledem ke špatným zkušenostem s muži a rozpadu manželství, ze kterého si odnesla traumatizující zkušenost je respondentka značně limitována problémy s důvěrou a seznamováním se. Dále by se dalo vyzdvihnout, že respondentka si uvědomuje důležitost kvalitního času sama pro sebe a osobního prostoru, který je pro ni důležitý z hlediska seberealizace, ale je složité najít ve své životní situaci určitou rovnováhu. To, se pak odráží na jejím psychickém napětí, kterému je vystavována a to převážně z důvodu nedostatku kontroly, kterou (ne)má nad svým vlastním životem. V poslední řadě se respondentka vyjadřuje k času se svými dětmi. Navzdory nelehkým okolnostem si uvědomuje důležitost vztahu se svými kluky, pozdvihuje jejich vzájemný respekt a podporu jeden k druhému a poukazuje také na svou snahu, aby jim mohla dopřát normální život.

5.2 Rozhovor 2

Tabulka 3

Rozhovor R2	
Téma	Podtéma
Ekonomická situace	Finance
	(Ne) fungování sociálního systému
Sociální vazby	Pomoc příbuzných
	Problémový partner
Psychické zdraví	Psychohygiena
	Společný čas s dětmi

Respondentka 2 má 49 let, má dvě děti, syna, kterému je 17 let a dceru která má 32 let. Její nejvyšší dosažené vzdělání je výučný list, jako pánská krejčová. Nyní pracuje jako prodavačka v supermarketu. Se svým mladším dítětem, synem, žije v garsonce. Matkou samoživitelkou byla v obou případech mateřství. Nyní je však v roli samoživitelky 17 let. Měsíc po narození syna se rozhodla svého partnera opustit z důvodu negativního postavení vůči své prvorozené dceři.

5.2.1 Ekonomická situace

5.2.1.1 Finance

Druhá respondentka se ke své finanční situaci, ve které se po rozchodu s přítelem ocitla, vyjádřila následovně: *„Nebudu ti lhát, není to tak dlouho, kdy jsem na tom byla fakt finančně špatně, a tak jsem si našla přítele s výhodami, který mi pomáhal platit nájem. A prostě abych měla peníze na nájem, jelikož jsem si brala hypotéku na ten byt, do toho doma kluk, tak jsem si prostě našla přítele, který mi finančně pomáhal.“* Respondentka se ocitla v situaci, kdy k tomu, aby finančně zabezpečila sebe a svého syna hledala nestandardní způsoby, jak si pomoci. V tomhle případě mluvíme o vztahu „s výhodami“. Respondentka byla vystavena určitému tlaku, a proto se rozhodla hledat řešení, které úplně nekorespondovalo s normální pracovní příležitostí. Při rozhovoru bylo patrné, že za takové přivydělávání peněz na sebe není pyšná, ale jejím hlavním cílem bylo přežít a finančně zabezpečit sebe a své dítě bez ohledu na to jak. Naše respondentka dále mluví o svých rodičích, kteří ji nikdy nepodporovali, a neměla v nich žádnou oporu: *„Naši mi tenkrát nepomohli, ten kdyby mohl, tak mě spíš vyhodí na ulici ještě ten den a máma, ta mi s penězma taky moc nepomohla. Té jsem musela platit nájem za to, že můžu vůbec být. Od ní jsem slyšela maximálně tak to, že jsem si ty děcka neměla dělat. Rodičům fakt nemám být za co vděčná.“* Během našeho rozhovoru zmiňovala i běžné brigády, kterými si po sléze prošla: *„Ano přivydělávám si. Obvykle je to nějaká brigáda typu umývání oken, nějaký úklid v soukromých firmách. Donedávna jsem roznášela ještě třeba letáky, ale to mi pak i mladý říkal, ať se na to vykašlu, že mi to za ty peníze nestojí. Jako abych si přivydělala, tak chodím kromě různých brigád ještě třeba darovat plazmu.“* Respondentka si uvědomuje důležitost peněz a snaží se pracovat se strategiemi, jak si jich přivydělat co nejvíce.

5.2.1.2 (Ne)fungování sociálního systému

Jak již zmiňovala první respondentka, tak ani u této tomu nebylo jinak a vyšlo najevo, že je také nespokojená s fungováním státního finančního systému: *...Protože stát matkám s děckama vůbec nepomáhá. Kolikrát jsem si i žádala o různé příspěvky, ale než se to vůbec vyřídí, musíš vše dokládat vším, já ani kolikrát nevěděla, co po mně vlastně chtějí a pak ti stejně dojde blbá pětistovka.* Respondentka je až frustrovaná z procesů spojených s administrativou v rámci sociální pomoci, které jsou až příliš zdlouhavé. Při otázce právě na sociální pomoc reagovala velice rozčíleně. Je si vědoma, jaké formy podpory a pomoci existují, ale kvůli obtížnosti jejich získání a neadekvátní částky, které neodpovídá rostoucím cenám, byla až demotivována o ně stále dokola žádat.

5.2.2 Sociální vazby

5.2.2.1 Pomoc příbuzných

Je zřejmé, že ze strany rodičů vůči respondentce žádná pomoc nepřišla. Sama pocházela ze sociálně slabšího prostředí: *„tata pil první ligu, takže ten mi nepomohl“*. Dále vypověděla, že z důvodu právě již zmiňované nepodpory rodičů, však pomoc našla u žen, které se potýkají se stejnými životními problémy a krizemi: *„Ale zas po těch různých brigádách jsem poznala taky pár samoživitelek, pár skvělých ženských, kamarádek, se kterými si pořád navzájem pomáháme.“* I přesto, že finanční ani emocionální pomoc respondentka nenašla v rodině, dostávalo se jí pomoci naopak ze strany žen, u kterých v určitých momentech našla pochopení, a to z důvodu stejného nebo minimálně podobného osudu, který je potkal. Lze tedy poukázat, že i bez rodinné pomoci a příslušníků, mohou lidé navázat silné vzájemné vztahy, které pro ně budou velkou podporou, a to i bez pomoci státního systému.

5.2.2.2 Problémový partner

Na mou otázku, jak se dostala do role samoživitelky, odpověděla, že její první partner měl problém s alkoholem a měl spoustu dluhů, které nakonec musela splácet ona. Podruhé se jako samoživitelka ocitla, když bývalému partnerovi přivedla na svět jeho vlastní dítě a on se začal negativně stavět k její prvorozené dceři: *„Když jsem byla vlastně těhotná, tak mladou odstavil na druhou kolej, že už má svoje děcko a svého parchanta už nechce. Takže to skončilo tak, že jsem porodila a měsíc po porodu jsem od něj odešla a nanovo se ze mě stala samoživitelka.“* Respondentka je podle své výpovědi v tzv. začarovaném kruhu.

Z jejíchž výpovědí také lze odvodit problémy v navazování stabilních a podporujících vztahů, což pak po delší době může vést právě k problémům v partnerském životě.

5.2.3 Psychické zdraví

5.2.3.1 Psychohygienu

V návaznosti na spoustu času, který respondentka tráví v zaměstnání nebo po různých brigádách se také zmiňuje o tom, co pro ni představuje relaxaci a odpočinek: *„Já mám svou zahrádku, to je pro mě největší odreagování. Odpočinu si tam od lidí, od povinností.“* Zde lze poukázat na to, že respondentka si uvědomuje, jak důležitý je pro ni osobní prostor, který ji odvádí od zjetého stereotypu, stresu a každodenního shonu a tlaku společnosti.

5.2.3.2 Společný čas s dětmi

Stejně tak, jak se vyjádřila k času určenému pro sebe a svou seberealizaci, se respondentka vyjadřuje i k tomu, co jí naopak k jejímu psychickému zdraví tolik nepřispívá. Shon, stres a čas, který musela obětovat práci, aby sebe i děti uživila. Tohle přemýšlení ji často přivádí k pocitům zklamání a selhání, co se týká role matky: *„Na jednu stranu tě to jako matku strašně mrzí, protože ty si ta, která by mu měla koupit telefon a tady ty věci, ale na druhou stranu vidíš, že jsi vychovala fakt skvělý děčko.“* Zde se respondentka vyjadřovala k situaci, kdy jí syn, díky své relativní soběstačnosti, díky brigádám koupil nový telefon. Největší pocit zklamání a vyhasnutí podle svých slov však zažila, když ji děti vyčetly, že s nimi netrávila dětství: *„Víš, nejvíc tě zamrzí, když ti děcka řeknou: „Mami, my si tě pamatujeme pořád jenom v práci, když jsme byli malí, tys pořád jenom pracovala, my jsme neměli žádné dětství. Teď už to chápe jak dcera, tak kluk, že to prostě jinak nešlo, ale mrzí tě to, že jsi těm děčkám nedala to, co si zasloužily.“* Z výše uvedené výpovědi lze vyčíst obrovské emocionální zklamání respondentky, jakož to matky, a to především z pocitu viny, že svým dětem nevěnovala tolik času a pozornosti, co si během dětství zasloužily a přály.

Shrnutí:

Respondentka v nynější době žije společně se synem sama. Z rozhovoru vyšlo jasně najevo, že finanční situace není zcela vyhovující, ale díky přívýdělkům a soběstačností dětí, není pro ni život během krizí, se kterými se musí potýkat, úplně ničivý. Ovšem v důsledku toho, aby byla co nejvíce finančně soběstačná, rozhodla se pro netradiční způsob, jak si přivydělat, a to si najít partnera „s výhodami“, který ji alespoň částečně finančně určitou dobu zabezpečoval. Na rozdíl od první respondentky tahle zmínila, že jakákoliv pomoc ze strany

rodičů byla, je a předpokládá se, že i bude nulová. Z další části rozhovorů jasně vyplynulo najevo, že dotazovaná stejně jako předešlá respondentka nemá dobrou zkušenost s pomocí ze strany státu. Procesy, které mají sloužit jako podpora a pomoc jsou příliš zdlouhavé a respondentka je vnímá až jako demotivující. Jak je již zmíněno výše, respondentka se ze strany rodičů nikdy nedočkala žádné pomoci spíše naopak. Od mládí vyrůstala ve spíše sociálně slabším prostředí a byla proto nucena vždy spoléhat jen a pouze sama na sebe. Pomoc, kterou vnímala pozitivně a ocenila ji, byla pomoc a opora ze strany jiných, cizích žen, samoživitelek, které se nacházeli v obdobné situaci. Rozhovor dále poukazuje na nezdařilé partnerské vztahy, kterými si respondentka musela projít. Lze tedy odvodit fakt, že vzhledem k svým zkušenostem s nefunkčními vztahy a problémovými partnery musí být pro respondentku těžké navázat nový, stabilní a harmonický vztah. Proto, aby od všech těchto životních strastí alespoň na chvíli částečně unikla, snaží se trávit svůj volný čas na zahrádce, která pro ni představuje zklidnění a místo, kde se může odpoutat od světa povinností, stresu, shonu a tlaku. Tento aspekt je ukázkou toho, že i v těžkých chvílích si je člověk schopný najít způsob, jak si lze najít čas pro regeneraci a relaxaci. V poslední části respondentka svou výpověď odhaluje svůj vnitřní konflikt, který je vyvolaný pocitem selhání. Tento pocit pro ni představuje velkou emocionální zátěž a dohání ji k pocitům viny, že jako matka zklamala a svou roli nezvládla.

5.3 Rozhovor 3

Tabulka 4

Rozhovor R3	
Téma	Podtéma
Ekonomická situace	Finance
	(Ne) fungování sociálního systému
Sociální vazby	Pomoc příbuzných
	Problémový partner
Psychické zdraví	Psychohygiena
	Společný čas s dětmi

Respondentka 3 má 35 let, má jedno dítě, syna, kterému je 10 let. Její nejvyšší dosažené vzdělání je výuční list jako krejčová. V současné době je zaměstnaná ve firmě na plný

úvazek. Se svým synem žije v pronájmu. Matkou samoživitelkou se stala po rozchodu se svým přítelem a otcem svého syna, který ji psychicky tyranizoval.

5.3.1 Ekonomická situace

5.3.1.1 Finance

Třetí respondentka vyjadřuje svou nespokojenost s finanční situací a snaží se stejně jako předešlé ženy poukázat na hlavní problémy, se kterými se musí skrz tuhle situaci potýkat: „*No být matka samoživitelka je dost náročné, v dnešní době hlavně po finanční stránce, kdy se všechno zdražuje. Žijeme v pronajatém bytě, je to 1+1 a pronájem platím 11 tisíc, a to je víc jak polovina mojí výplaty, takže občas mi musí půjčit máma nebo kamarádka, pokud vím, že budu ten měsíc mít třeba i jiné důležité výdaje.*“ Výpověď respondentky znázorňuje finanční náročnost života samoživitelek, zejména v dnešní době, kdy ceny životních nákladů stále stoupají. Lze si také povšimnout toho, jak jsou samoživitelky do značné míry finančně omezené a nestabilní, což vede k tomu, že jsou nuceny hledat pomoc buď u rodinných příslušníků, nebo přátel. I přesto, že má respondentka finanční oporu ze strany své matky nebo kamarádky, děsí ji, co by se mohlo stát, kdyby jí majitel bytu vypověděl smlouvu o pronájmu, protože jak sama opět zmínila, neprojevují se u něj žádné empatie a pochopení: „*Ty majitele bytu to v dnešní době vůbec nezajímá, jestli jsi nebo nejsi samoživitelka, nemáš peníze, nebydlíš. Jako kdyby nás vyhodil, tak nevím, co s náma bude. Jako asi bych doufala, že malého by si vzal jeho tata aspoň na chvíli a já bych buď nějak přežila u kamarádky na gauči třeba, nebo spala u mámy někde na karimatce, fakt nevím.*“ Z výpovědi je zřejmé, že respondentka je v obavách ze ztráty bydlení, která by měla zásadní dopad na život jak její, tak jejího syna. Nelze si nepovšimnout i toho, jak je respondentka z důvodu nejistoty vystresovaná.

5.3.1.2 (Ne)fungování sociálního systému

Není nic překvapujícího, že mě zajímalo, zda ve své situaci čerpá nějaké příspěvky, přičemž jsem dostala následnou zpětnou vazbu: „*No žádala jsem si o cosi, ale jelikož v tom bytě, kde bydlíme, nemám trvalý pobyt, majitel mi to zakázal, pronajímá to načerno, tak od státu nedostanu ani žádný příspěvek. Ale jednou jsem se byla ptát a jako sorry, ale abych dostala pětistovku na měsíc, čekala na ni vlastně ještě nevím jak dlouho a musela dokládat, co za ni koupím, mi přijde docela stupidní. Na to bych se mohla, víte co. Zaprvé nemám čas na to obíhat a trávit na úřadech čas, musím být v práci a zadruhé půjdu radši na brigádu, kde si*

vydělám aspoň litr a dostanu to na ruku a můžu ty peníze hned nějak využít.“ Komplikaci s čerpáním sociálních dávek se nevyhnula ani třetí respondentka. Místo čerpání státní podpory, která svou výší není na úrovni dostupné pomoci, hledá a následně volí alternativní strategie pro získání peněz. V návaznosti na její výpověď jsem ji tedy pobídla k tomu, zda by se mi svěřila i s tím, zda má tedy nějakou brigádu, popřípadě jak si tedy nějaké peníze navíc obstarává: *...Když je malý u mámy, tak se snažím chodit i po nějakých brigádách. Většinou někde uklízím. Snažím se si přivydělat aspoň pár stovek navíc, když to jde.*“ Přístup respondentky svědčí o tom, že se snaží být finančně soběstačná a nezávislá na ostatních a zlepšit si tak životní a finanční podmínky pro sebe a dítě.

5.3.2 Sociální vazby

5.3.2.1 Pomoc příbuzných

Jak již bylo zmíněno, respondentka je ve své situaci často odkázána právě na pomoc svých blízkých, a to buď na svou matku, nebo přátele. Vztah jí a matky je velmi silný a respondentka v ní má obrovskou oporu. To se mi i následovně potvrdilo její výpovědí: *„Naštěstí mám fakt tu mámu, o kterou vím, že se můžu opřít, že mně prostě nedá košem.“* Výpověď respondentky poukazuje, jak velkou roli představuje pro člověka v určité životní tísni rodinná podpora, která mu přináší určitou jistotu a zázemí.

5.3.2.2 Problémový partner

Partnerský vztah v tomhle případě nebyl optimální. Soužití respondentky s partnerem představovalo určité komplikace a jeho chování způsobovalo různé problémy. Hned když jsme spolu začaly vést rozhovor, upozornila na vztah s bývalým partnerem, který nebyl harmonický ba naopak: *„No choval se ke mně hrozně. K malému byl zlatý, pořád je, to mu musím nechat, ale já nemohla nic. Psychicky mě vydíral. Nadával mi do všeho možného, zakazoval mi chodit ven s kamarádkama, že se budu určitě někde kurvit a podobné věci a to už bylo přes čáru a nechtěla jsem a ani jsem nemohla takhle žít kvůli malému.“* Je možné odvodit, že jejich vztah se nesl převážně v negativním duchu a měl velký vliv na její psychické a emoční zdraví. I přesto, že se synem měl hezký vztah, vůči partnerce bylo jeho chování až manipulační, což následně vedlo k psychickému vydírání až k omezování na osobní svobodě.

5.3.3 Psychické zdraví

5.3.3.1 Psychohygienu

Na základě toho navázala na svou psychickou stránku a na to, jak to vše zvládá: „*Člověk dělá, co může, aby malý dostal všechno, co potřebuje, co si zaslouží. Je to prostě hodně vyčerpávající a časově náročné. Někdy mám pocit, že jsem jako rodič zklamala, a stojím za hovno, ale snažím se, co to jen jde.*“ Pocity, které respondentka zažívá, jsou poměrně pochopitelné v souvislosti s její situací, ve které se nachází. V souvislosti se svou časovou náročností mi dala jasně najevo, že moc nějaká sebe péče nepřichází v úvahu a k výše zmíněným skutečnostem se občas ocitá ve stavech a pocitech úplného vyhoření: „*Ani nevíte, kolikrát jsem se měla chuť se na všechno s prominutím vysrat. Jako fakt. Úplně cítíte, že jste vyhořela, nevíte jak dál, jak se z toho kruhu dostat a žít, tak nějak normálně, ale tomu děcku to neuděláte, nemůžete.*“ Výpověď respondentky krásně reflektuje pocity, které mohou rodiče, zejména právě samoživitelé zažívat. Na jednu stranu si lze povšimnout obrovské frustrace a únavy z celkové situace, ale na druhé straně můžeme pozorovat odpovědnost za dítě/děti, která ať už naší samoživitelce, tak jiným rodičům v podobných situacích brání v tom, aby vše vzdali.

Shrnutí:

Respondentka žije v pronajatém bytě se svým synem, je zaměstnaná na plný úvazek a matkou samoživitelkou se stala po rozchodu se svým přítelem, který je taktéž otcem jejího syna. Bývalý přítel ji psychicky vydíral. Respondentka má pocit, že jako rodič selhala, celá situace ji psychicky vyčerpává, zmiňuje i pocit vyhoření a bezmoci. Tak jako předchozí respondentky nemá dostatek financí, upozorňuje na vysoký nájem, který je více než polovinou její výplaty. Psychickou i finanční oporu má ve své matce, i tak u ní však převládá strach z vypovězení smlouvy o pronájmu bytu. Respondentka žádné příspěvky od státu nečerpá. Ve své výpovědi dala jasně najevo, že pro pár stovek navíc nebude obíhat úřady. Zmiňuje, že tento čas, kdy by vyřizovala vše potřebné k nároku na příspěvek, radši využije k brigádě. V poslední řadě je důležité zmínit, že respondentka velice intenzivně popisuje pocity vyhoření a frustrace z celé situace, kterou si prochází. Celá její výpověď hezky ilustruje všechny proměnné, kterým musejí rodiče, nejen samoživitelé, čelit.

5.4 Rozhovor 4

Tabulka 5

Rozhovor R4	
Téma	Podtéma
Ekonomická situace	Finance
	(Ne) fungování sociálního systému
Sociální vazby	Pomoc příbuzných
	Problémový partner
Psychické zdraví	Psychohygiena
	Společný čas s dětmi

Respondentka 4 má 45 let, má dvě děti, dceru, které je 21 let a studuje vysokou školu a osmnáctiletého syna. Její nejvyšší vzdělání je střední s maturitou, konkrétně vyučená jako floristka. V současnosti pracuje jako prodavačka v drogerii. Společně s dcerou bydlí v pronájmu. Matka samoživitelka se z ní stala po opakované nevěře svého nyní už bývalého manžela.

5.4.1 Ekonomická situace

5.4.1.1 Finance

Řada samoživitelů se potýká s finančními problémy a u poslední respondentky tomu nebude jinak. Z jejího vyprávění mi dala jasně najevo, že nebýt nyní dospělé dcery, která chodí do práce a na brigády a představuje v rodině takový „druhý“ plat, tak by na tom byla velice špatně i přes to, že ona sama má stabilní práci a přivydělává si. Ke svým finančním problémům se vyjádřila následovně: „Řeknu ti to otevřeně. My i přesto, že teď obě s dcerou vyděláváme, tak se někdy stane, že máme někdy 40Kč na den. Jako jo někdy se to stane a já říkám, kdo mi jako pomůže. Já, i kdybych teď zažádala o příspěvek na bydlení, tak oni mi přihodí nějakou stovku jo. A když ti vlastně řeknu, jak ještě začala ta energetická krize, tak já ti to klidně řeknu. Dávala jsem 9 tisíc za měsíc. Hm, jeden večer jsem měla telefonát a buch, za týden budeš dávat 14 tisíc. Tady ty paneláky jsou vlastně družstevní a oni prostě nevěděli, jak to bude, tak každému nabuchali o 5 tisíc korun navíc, protože neví kolik, co bude stát. Takže ze dne na den jsem přišla za dcerou a říkám jí, že asi nebudeme mít, kde bydlet.“ Výpověď respondentky je jasnou ukázkou toho, jak dokáže finanční nejistota

zasahovat do každodenního života lidí, a to i těch, kteří jsou aktivně pracující ve snaze zabezpečit svou rodinu. I přes to, že má podle své výpovědi stabilní zaměstnání, stále se nachází v situaci, kdy přežívá ze dne na den.

5.4.1.2 (Ne)fungování sociálního systému

Nic se nezměnilo ani v posledním případě a tak jako všechny tři předešlé respondentky, tak i poslední se negativně staví vůči státnímu sociálnímu systému a komentuje to následujícími slovy: *„Příklad toho, jak vlastně stát se stará nebo co mě trošku zarazilo a od té doby jsem řekla, že si od toho státu nevezmu už ani korunu. Já jsem dělala vlastně v těch ***, ranní nebo odpolední, takže děti jsem neviděla. Když byly nemocní, tak já jsem si za celých 5 let nevzala nebo tak, spíš mi bylo naznačené, že nemám na to nárok. Ale prostě když byli nemocní, tak všechno po telefonu. Zde je patrné, jak respondentce práce na směny znemožňovala fyzický kontakt s dětmi a lze také konstatovat, že na ni byl kladen určitý tlak, co se týká nároku na volno v případě nemoci dítěte. „Dcera se musela starat o syna a tak. Dělala jsem vlastně přesčasy, abych měla nějaké peníze. V té době, když to tak spočítám, je to tak ty tři roky zpátky, tak jsem vydělávala tak 20 nebo 21 tisíc. S tím, že mi potom přišel ze sociálky list. Já jsem na ně vlastně do té doby brala přídavky. Bylo to asi 600 korun. Podotýkám. Což je jako směšné. Je zřejmé, že respondentka se cítí podvedeně a zažívá pocit nespravedlnosti. Jasně popisuje, jak se snažila svou rodinu zabezpečit i když ji to připravilo o čas se svými dětmi a přesto, i když si zažádala o sociální dávky, byly jí posléze sebrány. Není se čemu divit, že rodiče samoživitelé v tento moment nedokáží spoléhat na státní pomoc a důvěřují jen sami sobě, popř. svým blízkým, na které se mohou v případě nouze obrátit. Její výpověď pokračuje následovně: „Byla jsem svým způsobem na tom špatně. I teďka. Já dávám víc jak polovinu výplaty jenom za nájem, a to musím zaklepat, že kdybych neměla v dnešní době jako dospělou dceru, tak bych si nemohla dovolit tento byt, ale ani bych prostě nic neměla. Takže od té doby jsem si nezažádala ani o příspěvky, které by dělaly jen pár korun, které si já radši vydělám bokem. Musíš hlavně každou chvíli dokládat ty svoje příjmy. Ne že bych byla nějaký extra hrdý člověk, ale tím, že mi vzali i to, co jsem si dovedla vydělat jako dospělá osoba a dvě dospívající děti a jim přišlo 20 tisíc jako moc.“* Její finanční situace je velice těžká a složitá. Dala mi jasně najevo, že nebýt již zmiňované dospělé dcery, která v rodině představuje takový „druhý“ plat, tak i přes svou stabilní práci by na tom byla velice finančně špatně. *„Řeknu ti to otevřeně. My i přesto, že teď obě s dcerou vyděláváme, tak se někdy stane, že máme někdy 40Kč na den. Jako jo někdy se to stane a já říkám, kdo mi jako pomůže. Já, i kdybych teď zažádala o příspěvek na bydlení, tak oni mi přihodí*

nějakou stovku jo. A když ti vlastně řeknu, jak ještě začala ta energetická krize, tak já ti to klidně řeknu. Dávala jsem 9 tisíc za měsíc. Hm, jeden večer jsem měla telefonát a buch, za týden budeš dávat 14 tisíc.“ Její výpověď podtrhuje finanční nejistotu, se kterou se musejí lidé s nízkými příjmy potýkat. Tím, že většinu peněz musí respondentka odvádět na nájem, není v jejich silách si nic našetřit nebo mít jakoukoliv jinou finanční rezervu. Její největší pomocníci je její starší dcera. Tato situace hezky poukazuje na to, jak je důležité sdílet finanční zátěž v rámci rodiny, pokud je to samozřejmě možné.

5.4.2 Sociální vazby

5.4.2.1 Pomoc příbuzných

Pomoc příbuzných okomentovala respondentka následujícími slovy: *Když vlastně byly děcka malé, tak moje mamka onemocněla roztroušenou sklerózou, díky bohu, že se aspoň trochu hýbe, ale to byl prostě jediný člověk, který mě třeba podporoval i finančně.* Matka respondentky byla jediným člověkem, u kterého našla pochopení, a mohla si říct o pomoc. *„Já jsem třeba mohla dělat v květinářství a i ty děcka, když byli malí, tak tím, že jsem směnovala, tak jsem je odvedla do školky nebo do školy, pak jsem šla do květinářství, kde jsem byla do pěti hodin, dcera odváděla syna domů. Takže ona mi hrozně pomáhala, už když byla na základce. A mamka mi třeba doplácela ty peníze, ale potom už to samozřejmě nešlo. Ona si sama taky prošla jako určitýma věcmi s tatškou, ale ona s ním zůstala.“* Jak se lze dočíst, i matka respondentky neměla harmonický vztah a je tudíž zajímavé sledovat, jak se v některých případech opakuje vzorec, co se týká výběru partnera napříč generacemi. Je zřejmé, že rodinné vztahy představují klíčovou roli v nelehkých obdobích, zejména pokud se bavíme o finanční nebo emoční nejistotě člověka. V tento moment je také důležité si uvědomit, že role matky či otce je nenahraditelná.

5.4.2.2 Problémový partner

Dotazovaná popisuje „vztah“ se svým manželem a zmiňuje důvody rozvodu, tedy i důvody proč se stala samoživitelkou. *Tam byla opakovaná nevěra, ale s tím, že vlastně, to není, že by byl nějaký špatný nebo něco, ale často se rád napil, ale on nebyl třeba agresivní, on byl zase hrozně moc milý. A prostě v té době, když vždycky někde byl. Jak bych to řekla? Neměl prostě záklapku, co se týká ženských. On nebyl agresor vůči mně, vůči dětem nebo něco takového, ale prostě tady tohle.* Po rozvodu respondentka uvádí, že životní situaci v rámci možností zvládala. Partnerské vztahy jsou složité a důvodů k rozpadu partnerství může být

spousta. Někdy se jedná o fyzické násilí, jindy, jako v tomto případě, o jinou formu chování, která ve velké míře může ovlivňovat důvěru mezi oběma partnery a také stabilitu vztahu.

5.4.3 Psychické zdraví

5.4.3.1 Psychohygienu

Dále jsem se u respondentky jako i u předešlých žen zaměřila na její psychický stav a zajímalo mě, jaké návyky nebo např. činnosti jí pomáhají udržovat se v psychické pohodě, předcházení stresu nebo vyhoření. Respondentka se opět retrospektivně vracela až do svého dětství, kdy místo bezstarostného dětství trpěla vztahem rodičů a samotným vztahem mezi ní a jejím otcem. *„Jako já říkám, já jsem taková trošku citlivější od malička, skrz to v čem jsem vyrůstala. Otec alkoholik, ne že by mamku byl nebo něco, ale přede mnou ji kolikrát nadal do tlustých krav a takové urážky. Nenosal peníze. A v té době mít třeba pomeranč, mandarinku nebylo samozřejmostí...Nechoval se k nám ani hezky prostě si žil svůj život nebo něco takového.“* Je tedy zřejmé, že respondentka se již od útlého věku pohybuje ve velmi stresujícím a neharmonickém prostředí a je neustále vystavována obrovskému tlaku. Respondentka se mi také svěřila s tím, že má spoustu zdravotních problémů, ale nejvíce ji sužují panické ataky, kterými dlouhodobě trpí. *„No a pak jak jsem se rozvedla a byla jsem s nima sama, tak chvilku to bylo v pohodě, ale pak se mi začaly objevovat panické ataky.“* Že zřejmé, že tyto projevy jsou způsobené psychickým vyčerpáním a stresem, který ji provází víceméně celý život. Dotyčná také popisovala problém s nespavostí: *„že třeba v noci, já jsem nespávala, protože jsem věděla, že mám třeba 500 korun a týden do výplaty. Ted' prostě ty přemýšlíš, co. Ted' už jenom řešíš, jestli budeš mít na to, na to, na to a ted' nedej bože, jestli něco přijde ze školy.“* Respondentka si všechny tyto problémy uvědomuje a protože ji všechny tyto problémy dost znesnadňují život, rozhodla se je aktivně řešit a postavit se jim čelem: *„Já jsem se to právě naučila a ted'ka jsem právě udělala i trošku razantní řez v práci. Já jsem si od plic řekla, co si myslím a říkala jsem to i dceři, že už mám nějakou svou důstojnost a je mi pětadvacet a já se ted'ka cítím jak po mentální, tak po fyzické stránce dobře. A mám ted'ka období, kdy si ten život můžu ještě nějak užít, než přijdou nějaké neduhy nebo nějaké jiné starosti.“* Respondentka se snažila identifikovat všechny hlavní stresory, které se rozhodla řešit, otevřeně začala vyjadřovat své pocity a vědomě se zaměřila na své zdraví ať už psychické nebo fyzické. Lze podtrhnout její odvalu se a odevzdanost proti všem těmto lidským démonům bojovat a postavit se jim čelem.

5.4.3.2 Společný čas s dětmi

V rámci této podkapitoly jsem se zajímala i o společný vztah s dětmi, který hraje klíčovou roli v psychické pohodě rodiče, ale i dětí samotných. Z obecného hlediska kvalitně strávený čas mezi rodiči a dětmi posiluje důvěru, což následovně pomáhá k lepší emoční stabilitě obou. Jak se však lze dočíst výše, kvalitně stráveného času v tomto případě moc nebylo. Respondentka se ke vztahu se svým synem vyjádřila následovně: *„Vyústilo to vlastně tak, že jsme měli jeden notebook a on si na něm hrával. No, ale jakmile ho dcera potřebovala kvůli škole, tak on byl prostě schopný jí už ublížit. Už to tak prostě dál nešlo. Takže z toho důvodu, aby on nesklouznul někam. Tak jsme mu to dali nejdřív na zkoušku. Vysvětlili jsme mu to, že je to pro jeho dobro. Na baráku se naučí hospodařit, bude se umět o sebe postarat a už tam vlastně zůstal s tím, že tady je s náma kolikrát 14 dní nebo něco.“* Vztah s dcerou však popisuje jako kamarádský a je za něj a hlavně za ni vděčná. *„A pak vlastně, abych se dostala k tomu, tak dcera je povahově po mně. Pobrečíme si nebo tak, ale to asi každý kdo má trochu city... no, prostě proto se k dceři chovám asi jako k ségře.“* Tato část skvěle ilustruje, jak jsou rodinné vztahy složité a jaký vliv mohou mít na psychickou pohodu člověka. Lze konstatovat, že matka byla ve velkém stresu způsobeném vztahem se svým synem, avšak naštěstí se jejich vztah dokázal stabilizovat. Naopak kamarádský vztah s dcerou respondentce poskytl pocit emoční podpory a sounáležitosti, jenž byl klíčový pro zvládnutí těžkých životních situací. Celé to lze analyzovat tak, že se respondentka snažila najít mezi vším jistou rovnováhu i když některá rozhodnutí byla složitá.

Shrnutí:

Respondentka je ukázkou toho, jak finanční nejistota dokáže zasahovat do každodenního života lidí bez ohledu na to, zda jsou aktivně pracující nebo ne. Navzdory tomu, že má stabilní zaměstnání, tak se ocitla v začarovaném kruhu a přežívá často ze dne na den. Všechny tyto aspekty se nadále promítají i do jiných sfér života a ovlivňují tak člověka hned na několika frontách. Její výpověď podtrhuje finanční nejistotu, ve které se nachází. Dále popisuje, jak těžké bylo žít z nízkých přídatků, a po zvýšení příjmu přišla o dávky, což vedlo k ještě větší finanční nejistotě. Bez pomoci dospělé dcery by nebyla schopna udržet bydlení, zejména s rostoucími náklady spojenými s energetickou krizí. Připomíná i podporu od své nemocné matky, což byla její jediná finanční pomoc, kterou měla. Dále její příběh poukazuje na to, že rodinné vztahy jsou velmi významným prvkem. Lze taky poukázat na to, jak dokážou rodinné vztahy ovlivňovat výběr partnera/partnerky a mohou hrát v nelehkých životních obdobích klíčovou roli. Proto bych si dovolila říct, že role rodičů je naprosto

nenahraditelná. Je také důležité zmínit, že respondentka se aktivně snažila hledat a řešit stresory, kterými po rozvodu začala trpět a jasně a otevřeně se snažila vyjadřovat to, jak se cítí. V neposlední řadě bych chtěla podotknout, jak příběh čtvrté respondentky vykresluje, kolik aspektů může ovlivňovat, ať už v dobrém nebo naopak zlém, psychickou pohodu člověka.

5.5 Závěry IPA

Z rozhovorů vyplývá, že existenciální krize má významný vliv na zvládání životní situace matek samoživitelek, jelikož tato krize ovlivňuje několik oblastí jejich života. Dotýká se například snížené psychické odolnosti, která pramení z náročných finančních situací a emocionálního tlaku. Z důvodu velké pracovní vytíženosti jsou matky samoživitelky často vystavovány sociální izolaci, což spěje k nedostatku času na sebe a děti, což opět psychicky přitěžuje. V některých případech měly všechny okolnosti, týkající se životní krize negativní dopad na matky samoživitelky, jinde se s tíživou situací samoživitelky vypořádaly relativně dobře a postavily se všem nepříjemnostem čelem.

Zjištěná data ukazují, že **příčinou** samoživitelství byly často **problémy v partnerských vztazích**, což vedlo k rozpadu rodiny a následnému osamostatnění matky. Tyto problémy mohou zahrnovat emocionální, finanční nebo komunikační neshody, které negativně ovlivnily stabilitu vztahu. V některých případech byla situace umocněna neochotou nebo neschopností partnera převzít odpovědnost za péči o děti, což vedlo k tomu, že matka byla nucena čelit této výzvě sama.

Z rozhovorů vyplynula hlavní témata, která byla pro všechny realizované rozhovory stejná.

Tabulka 6

Společná témata
Problémy v partnerských vztazích
Špatná ekonomická situace
Rodina jako hlavní opora při zvládání krize
Negativní vnímání administrativních procedur spojených s vyřizováním státní pomoci
Důležitost vztahu s dětmi

Prvním tématem a řekla bych i nejpodstatnějším, byla **ekonomická situace**. Role samoživitelek odstartovala změnu jejich pracovního nasazení. Všechny dotazované jsou kvůli nedostatku financí a (ne)nápomocnému sociálnímu systému odkázané na pomoc svých rodičů, často hledají pomoc i u svých přátel potažmo si musejí obstarat nějaké peníze navíc pomocí brigád nebo jiného přivýdělku. Jak uvedla respondentka (1) ač má práci, ve které je spokojená a splňuje její požadavky, ani tak není schopna fungovat na vlastní pěst a je závislá stále na své matce. V případě, že alespoň jedno z dětí je už dospělé, popřípadě smí už také chodit na brigády, je to pro samoživitelky další z úlev, které vítají. Respondentka (2) hovoří

právě o soběstačnosti svého syna, díky čemuž zvládá nepříznivé situace o něco snadněji. K ní se přidává i respondentka (4), která dala jasně najevo, že bez své dospělé dcery, která představuje v rodině druhý plat, by neměla s dětmi kde bydlet.

Respondentka (3) ve své výpovědi uvedla, že jako rodič selhala. To se projevuje na nízké sebeúctě a sebevědomí. Pro matky samoživitelky, které často **čelí stigmatu** nebo se cítí pod tlakem, aby zvládaly všechno samy, může být tento pocit ještě o to víc intenzivní.

Na základě výsledků můžeme identifikovat několik strategií, které matky samoživitelky využívají k zvládání svých náročných životních situací. Jednou z nich je závislost na rodinné podpoře. Některé respondentky se spoléhají na pomoc blízké rodiny (matka, otec, dcera), zatímco jiné čerpají sílu z podporujících vztahů se sourozenci nebo přáteli. **Rodina tedy hraje klíčovou roli v jejich každodenním životě a zvládání krizí.** Všechny respondentky se snaží kombinovat pracovní povinnosti s osobním časem. I když čelí finančním problémům, většina z nich se soustředí na zajištění příjmů prostřednictvím zaměstnání nebo přivýdělků. Některé hledají odpočinek ve volnočasových aktivitách. Další podobností je, že se všechny dotazované respondentky vyrovnávají s pocity frustrace, vyčerpání a bezmoci, které pramení z jejich životních okolností. Toto vyčerpání je způsobeno nejen náročnými finančními podmínkami, ale i tlakem na plnění rolí matky, živitele rodiny a člověka, který se musí vyrovnávat s vnitřními a vnějšími stresory.

Všechny respondentky čelí obdobným problémům spojeným s finanční nejistotou a emocemi, a všechny se snaží najít způsoby, jak se vyrovnat s těmito těžkostmi. Rodinná podpora je klíčovým prvkem, který jim pomáhá, přičemž každá matka samoživitelka se liší v přístupu k zajištění financí, administrativní pomoci a způsobu odpočinku. **Všechny respondentky se shodují na negativním vnímání administrativních procedur spojených s vyřizováním státní pomoci.** Tento systém je pro ně nejen časově náročný, ale často také demotivující a neefektivní, což je vede k tomu, že se raději soustředí na vlastní práci nebo jiné formy podpory, než aby se angažovaly ve vyřizování administrativních záležitostí.

Všechny respondentky zdůrazňují **důležitost vztahů s dětmi**, i když čelí obtížím spojených s finančními problémy a náročným pracovním životem. Své těžkosti se snaží kompenzovat tím, že se zaměřují na kvalitní čas s dětmi a na vyjádření lásky a podpory. Vztah s dětmi je klíčovým faktorem pro jejich psychickou pohodu, i když to ne vždy znamená ideální situaci. Všechny samoživitelky se snaží zvládnout výzvy ve vztazích a vnímají svou roli jako matky s určitou dávkou viny a zklamání.

ZÁVĚR

Naše bakalářská práce se zabývá životem matek samoživitelek v době životní krize. V rámci teoretické části jsme se ze začátku zabývali samoživitelstvím obecně, kdy jsme pracovali s legislativou a podle jednotlivých autorů samoživitelství definovali. Dále jsme se věnovali tomu, jak současná společnost na matky samoživitelky nahlíží, jak je vnímá a postupně jsme se propracovali k tomu, jaká vůbec je životní situace matek samoživitelek. Následně jsme se zaměřili na psychickou stránku těchto žen a zajímali jsme se o to, jaké dopady může samoživitelství na ženy mít. Dostali jsme se k tomu, že tyto ženy často trpí samotou a lze je považovat za sociálně izolované. Často se u nich může vyskytovat syndrom vyhoření, ke kterému obvykle dopomáhá přepracování nebo právě deficit společenského života. Dalším bodem, kterému jsme věnovali pozornost, byly finanční a ekonomické dopady. Všechny samoživitelky negativně hodnotily státní pomoc, a to jak z pohledu žádání o ni, tak právě z finanční stránky, kde popisovaly, že příspěvky jsou nedostačující na pokrytí všech nákladů. Bylo také zajímavé sledovat, jak respondentky hodnotí a komentují svůj partnerský život a jiné sociální vazby. Dozvěděli jsme se, že každá dotazovaná měla se svým přítelem/manželem nějaký konflikt a vztah nefungoval tak, jak měl. Po následujících zjištěních bylo však zřejmé, že respondentky si obvykle hledaly partnera se stejnými vzorci chování, které často plynuly z jejich vlastních zkušeností s jejich rodiči, protože to jak otec jedná s matkou, do velké míry ovlivňuje představu žen o nadcházejícím vztahu. V závěru teoretické části, pro porovnání, nám v návaznosti na problematiku partnerských vztahů, hledání si vhodného partnera, práce a financí, navazují výzkumy a to jak české, tak i zahraniční. V praktické části uvádíme kvalitativní výzkum, který byl realizovaný pomocí interpretativní fenomenologické analýzy. Praktická část nám definuje výzkumný problém, výzkumné cíle, výzkumnou metodu, výzkumný soubor a také způsob, kterým jsme všechna sesbíraná data zpracovávali. Na konci praktické části věnujeme pozornost zjištěným výsledkům a následným závěrům výzkumu, které jsme zjistili.

Já osobně bych doporučovala se zaměřit na žitou skutečnost, do jaké míry se všem rodičům samoživitelům ať už ženám nebo mužům, dostává podpory a pomoci ze strany státu bez ohledu na to, jestli se budeme bavit o psychické či finanční podpoře. Zda probíhá u samoživitelů jakákoliv forma psychohygieny a zda jim je pomoc vůbec nabízena či se musejí o všechno starat a zajímat sami. Tato možnost dělat se všemi samoživitelkami rozhovory, mi pomohla si uvědomit, co je pro mě v životě důležité, přehodnotila jsem své

životní hodnoty a uvědomila si, v čem spočívá ta opravdová radost, štěstí a na čem opravdu v životě člověka záleží.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

BAJCARCZYK, Renata; FLOREK, Renata; KOZIEŁ, Dorota; PARK, Nam-Shim a KIM, Mi Na, 2021. The development of care of single mothers in Poland: Single Mothers' Houses as an example of institutional care: The Lived Experiences of Six African American Single Mothers. Online. *Medical Studies*. Vol. 37, n. 4, s. 331–337. ISSN 1899-1874. Dostupné z: <https://doi.org/10.5114/ms.2021.112389>. [cit. 2023-03-15].

BEDNÁŘOVÁ, Veronika, 2016. Dítě: Udělej si sama. Single ženy mají čtyři možnosti. Online. *Reflex.cz*. Dostupné z: <https://www.reflex.cz/clanek/ctete-v-tistenem-reflexu/69771/dite-udelej-si-sama-single-zeny-maji-ctyri-moznosti.html>. [cit. 2019-03-29].

BEDNÁŘOVÁ, Veronika, 2016. Dítě: Udělej si sama. Single ženy mají čtyři možnosti. Online. *Reflex.cz*. Dostupné z: <https://www.reflex.cz/clanek/ctete-v-tistenem-reflexu/69771/dite-udelej-si-sama-single-zeny-maji-ctyri-moznosti.html>. [cit. 2019-03-29].

BLATNÝ, Milan, 2016. *Psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-3524-8.

BRADLEY, Shaniqua J.; E.GOLDSTEIN, Sara; LEE, Woon Kyung; PARK, Nam-Shim; KIM, Mi Na et al., 2022. “People Think It’s Easy Because I Smile, But It’s Not Easy”: The Lived Experiences of Six African American Single Mothers. Online. *Journal of African American Studies*. Vol. 26, n. 1, s. 16-36. ISSN 1559-1646. Dostupné z: <https://doi.org/10.1007/s12111-022-09574-6>. [cit. 2025-04-16].

ČERMÁKOVÁ, Marie, 2005. Podpora společenské akceptace a efektivního prosazování genderové rovnosti ve veřejné sféře. Online. *Gender, Rovné příležitosti, Výzkum*. Roč. 6, č. 1. Dostupné z: [Podpora společenské akceptace a efektivního prosazování genderové rovnosti ve veřejné sféře](#)

ČERMÁKOVÁ, Marie; KODYMOVÁ, Pavla a KOLÁČKOVÁ, Jana, 2002. *Podmínky harmonizace práce a rodiny v České republice: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Gender a sociologie. [Praha]: Sociologický ústav Akademie věd ČR. ISBN 80-733-0026-5.

ČESKO, 2006. Zákon č. 262 ze dne 7. června 2006, zákon zákoník práce. Online. In: *Zákony pro lidi*. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-262>. [cit. 2025-04-14].

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2019. *Příjmy a životní podmínky domácností – 2018*. Online. Praha: Český statistický úřad. Dostupné z: <https://csu.gov.cz/produkty/prijmy-a-zivotni-podminky-domacnosti-kf03f95ff5>. [cit. 2024-03-12].

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD, 2022. *Příjmy a životní podmínky domácností – 2022*. Online. Praha: Český statistický úřad. Dostupné z: <https://csu.gov.cz/produkty/prijmy-a-zivotni-podminky-domacnosti-7isum3msez>. [cit. 2024-03-12].

DUDOVÁ, Radka a RUGHINIŞ, Cosima, 2009. Work as a Solution? Livelihood Strategies of Lone Mothers in the Czech Republic: A First Look at the Experiences of Single Mothers Who Use Tinder. Online. *Czech Sociological Review*. Vol. 45, n. 4, s. 753-784. ISSN 00380288. Dostupné z: <https://doi.org/10.13060/00380288.2009.45.4.06>. [cit. 2025-04-16].

HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, Jaroslava, 2011. *Matky samoživitelky a jejich situace v České republice: „Sandwichová generace“ – kombinování práce a péče o závislé členy rodiny (děti a seniory)*. Online. Praha: Gender Studies, o.p.s. Dostupné z: http://www.genderstudies.cz/download/samozivitelky_sendwichova.pdf. [cit. 2025-04-14].

HEJZLAROVÁ, Eva, 2011. Měkké aspekty samoživitelství a nástroje veřejné politiky. Online. *Fórum sociální politiky*. Roč. 5, č. 3, s. 19-22. ISSN 1802-5854.

HONZÁK, Roman, 2018. *Jak žít a vyhnout se syndromu vyhoření*. 3. vyd.. Praha: Vyšehrad. ISBN 978-80-7601-004-8.

https://klubsvobodnychmatek.cz/?gad_source=1&gclid=EAIaIQobChMIrt6-v4jXjAMVYZODBx0KLCMCEAAAYASAAEgI0GfD_BwE ????

KALLWASS, Andreas, 2007. *Syndrom vyhoření v práci a v osobním životě*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-299-7.

KROUTILOVÁ NOVÁKOVÁ, Radana; VACULÍKOVÁ, Jitka a PODANÁ, Alena, 2016. Jak si žijí „samoživý“ (?): spokojenost s bydlením pohledem samoživitelek. Online. *Sociální práce / Sociálna práca*. Roč. 16, č. 3, s. 5–20. ISSN 1805-885X. Dostupné z: <https://socialniprace.cz/article/jak-si-ziji-samozivy-spokojenost-s-bydlenim-pohledem-samozivitelek/>. [cit. 2023-03-15].

KUCHAŘOVÁ, Věra et al., 2020. *Zpráva o rodině 2020: Finanční a sociální situace domácností. Mezigenerační srovnání*. Online. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/documents/20142/225508/Zpr%C3%A1va+o+rodin%C4%9B+2020.pdf/c3bdc63d-9c95-497d-bded-6a15e9890abd>. [cit. 2022-10-19].

LEMAN, Kevin; BABKA, Petr a KOLÁČKOVÁ, Jana, 2008. *Na otci záleží: dospělost a stáří*. Spektrum. Praha: Návrat domů. ISBN 978-80-7255-175-0.

Matky samoživitelky partnera aktivně hledají, reaguje Asociace neúplných rodin na Bělobrádkova slova, 2017. Online. Dostupné z: <https://eurozpravy.cz/domaci/spolecnost/188018-matky-samozivitelky-partnera-aktivne-hledaji-reaguje-asociace-neuplnych-rodin-na-belobradkova-slova>. [cit. 2025-04-16].

- MATOUŠEK, Oldřich; KODYMOVÁ, Pavla a KOLÁČKOVÁ, Jana, 2005. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha: Portál. ISBN 80-736-7002-X
- OPEKAROVÁ, Nikola, 2021. *Samoživitelství v současné české společnosti*. Online, bakalářská práce. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Fakulta Teologická. Dostupné z: <https://theses.cz/id/jbx5ks/44714559>. [cit. 2024-06-13].
- PLASSOVÁ, Monika, 2020. *Ekonomické ukazatele a současný život samoživitelek z neziskové organizace v ČR*. Online, bakalářská práce. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Fakulta Teologická. Dostupné z: <https://theses.cz/id/1dn6zn/>. [cit. 2024-06-15].
- PROKOP, Daniel, 2022. *Život k nezaplacení*. Online. *Paqresearch.cz*. Dostupné z: <https://www.paqresearch.cz/post/c5-beivot-k-nezaplacen-c3-ad/>.
- RADIMSKÁ, Radka, 2003. Rozvedené a svobodné matky v České republice. Online. *Gender, rovné příležitosti, výzkum*. Roč. 4, č. 1–2, s. 12–13. Dostupné z: https://www.genderonline.cz/uploads/b5e106bc7ca71c44210d955aaf039befa4ff170d_rocni_k04-1-2-2003.pdf. [cit. 2020-03-04].
- REICHEL, Jiří; BABKA, Petr a KOLÁČKOVÁ, Jana, 2009. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů: dospělost a stáří*. Spektrum. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-6935-6.
- RIEMANN, Fritz; BABKA, Petr a KOLÁČKOVÁ, Jana, 2009. *Schopnost milovat: dospělost a stáří*. Spektrum. Praha: Portál. ISBN 978-807-3675-554.
- ŘIHÁČEK, Tomáš; ČERMÁK, Ivo a HYTYCH, Roman, 2013. *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-6382-2.
- SOBOTKOVÁ, Irena, 2007. *Psychologie rodiny*. 2., přepracované vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-250-8.
- SONG, Seung-Min; PARK, Bokyung; LEE, Woon Kyung; PARK, Nam-Shim; KIM, Mi Na et al., 2022. Examining the Relationship between Social Support, Parenting Stress, and Depression in South Korean Single Mothers: A First Look at the Experiences of Single Mothers Who Use Tinder. Online. *Journal of Child and Family Studies*. Vol. 31, n. 5, s. 1232-1245. ISSN 1062-1024. Dostupné z: <https://doi.org/10.1007/s10826-021-02084-1>. [cit. 2025-04-16].
- STOICESCU, Maria; RUGHINIȘ, Cosima; LEWIS, G.; BRUGHA, T.; JENKINS, R.; FARRELL, M. a MELTZER, H, 2022. Swiping as a Single Mom: A First Look at the Experiences of Single Mothers Who Use Tinder. *Sociological Research Online*. Online. Vol.

27, n. 4, s. 964–983. ISSN 1360-7804. Dostupné z: doi:10.1177/13607804221117835. [cit. 2023-03-16].

ŠINDELÁŘOVÁ, Olga, 2019. *Matka samoživitelka ve společnosti a sociální pomoc státu*. Online, diplomová práce. Brno: Masarykova univerzita v Brně, Fakulta Pedagogická. Dostupné z: https://is.muni.cz/th/iotqn/Matka_samozivitelka_ve_spolecnosti_a_socialni_pomoc_statu_-_Olga_Sindelarova_uco_365538.pdf. [cit. 2024-06-15].

ŠRAJER, Jindřich a MUSIL, Libor, 2008. *Etické kontexty sociální práce s rodinou*. Brno: Albert, 2008. ISBN 978-80-7326-145-0.

ŠVAŘÍČEK, Roman; ŠEĐOVÁ, Klára a HYTYCH, Roman, 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách: čtyři přístupy*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-313-0.

TARGOSZ, S.; BEBBINGTON, P.; LEWIS, G.; BRUGHA, T.; JENKINS, R. et al., 2003. Lone mothers, social exclusion and depression: A First Look at the Experiences of Single Mothers Who Use Tinder. Online. *Psychological Medicine*. Vol. 33, n. 4, s. 715-722. ISSN 0033-2917. Dostupné z: <https://doi.org/10.1017/S0033291703007347>. [cit. 2025-04-16].

TAYLOR, Zoe E.; BAILEY, Keisha; HERRERA, Fabiola; NAIR, Nayantara a ADAMS, Abrianna, 2022. Strengths of the heart: Stressors, gratitude, and mental health in single mothers during the COVID-19 pandemic. Online. *Journal of Family Psychology*. Vol. 36, n. 3, s. 346–357. ISSN 1939-1293. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/fam0000928>. [cit. 2023-10-27].

TEYBER, Edward, 2007. *Děti a rozvod: jak pomoci dětem vyrovnat se s rozvodem rodičů*. Praha: Návrat domů. ISBN 978-80-7255-163-7.

TRUJILLO-ALEMÁN, Sara; PÉREZ, Glòria; PUIG-BARRACHINA, Vanessa; GOTSSENS, Mercè; REYNOLDS, Jillian et al., 2019. Work as a Solution? Livelihood Strategies of Lone Mothers in the Czech Republic: A First Look at the Experiences of Single Mothers Who Use Tinder. Online. *SSM - Population Health*. Vol. 7, n. 4, s. 753-784. ISSN 23528273. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2019.100367>. [cit. 2025-04-16].

VÁGNEROVÁ, Marie, 2000. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-308-0.

VÁGNEROVÁ, Marie; KODYMOVÁ, Pavla a KOLÁČKOVÁ, Jana, 2007. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Gender a sociologie. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1318-5.

VENGLÁŘOVÁ, Martina; KODYMOVÁ, Pavla a KOLÁČKOVÁ, Jana, 2008. *Průvodce partnerským vztahem: dospělost a stáří*. Psychologie pro každého. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-2054-8.

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 – výzkumný vzorek.....	28
Tabulka 2.....	30
Tabulka 3.....	34
Tabulka 4.....	38
Tabulka 5.....	42
Tabulka 6.....	48

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

ČSÚ Český statistický úřad

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Pobídkové podněty

Příloha P II: Ukázka rozhovorů

PŘÍLOHA P I: POBÍDKOVÉ PODNĚTY

1. Zaměření na roli matky samoživitelky (Popište mi váš život z pohledu matky samoživitelky; Můžete mi popsat, jak jste se v roli matky samoživitelky ocitla? Jak vás tahle sociální role ovlivnila?)
2. Zaměření na sociální vazby (Můžete mi popsat sociální vazby? Jaké sociální vazby máte a jak vám pomáhají v době životní krize?)
3. Zaměření na finanční situaci (Můžete mi popsat svou životní situaci z hlediska současné životní krize?)
4. Zaměření na psychické zdraví (Můžete mi popsat, jak se cítíte po psychické stránce? Najdete si někdy i čas sama na sebe?)

(*Pobídkové podněty slouží pouze jako reakce na vyprávění respondentky pro udržení zaměření výzkumu na aktuální životní situaci v době ekonomické krize)

PŘÍLOHA P II: UKÁZKA ROZHOVORU 1

Respondentka 1 má 42 let, má dvě děti. Prvnímu synovi je 20 let a druhému 16 let. Respondentka je vyučená kadeřnice. Se svými syny žije se svou matkou v půldomku. Matkou samoživitelkou se stala po tom, co její teď už bývalý manžel měl dluhy a finanční problémy, byl agresivní a měl problém s alkoholem, po které se jeho agrese zvyšovala. V současné době, po absolvování několika zkoušek a kurzů, pracuje jako poradkyně v dermatologii.

Tak na začátek, jestli by ses mi představila, kolik je ti let a tvoje nejvyšší dosažené vzdělání třeba. Kolik mi je? Čtyřicet dva. Ježíš, to je hrozné, já už jsem tak stará (smích). **Letí to no, čím dál tím rychleji.** No ani mi nemluv. Jinak mám teda dvě děti, dva kluky a vyučila jsem se kdysi dávno kadeřnicí. **A věnovala ses tomu někdy?** Nene, vůbec. Já jsem si pak hned našla manžela, teda exmanžela a řeknu ti to narovinu, byl za vodou, takže jsem nemusela dělat nic a věděla jsem, že on se o nás postará. **Jasný, a tak jestli i on sám s tím neměl problém, tak to chápu. Aspoň ses mohla pak plně věnovat klukům.** Jo, já si to být mámou na plný úvazek pak fakt užívala.

A co se stalo nebo proč ses ocitla v roli matky samoživitelky?

(Smích) No, kde začít. Asi ti řeknu, jak jsem vůbec s exmanželem začala a navážu na to. **Začni, jak ty uznáš za vhodné.** Takže byla jsem po škole a my jsme se už znali, ale nějak jsme předtím nenavazovali kontakt a kdesi cosi. Jo a vlastně on už jednou seděl, ale tak byla jsem do něho fakt zamilovaná, říkala si, že každý může udělat chybu, takže jsem tomu tolik pozornosti nevěnovala, chápeš. No a pak jsme se spolu potkali na jedné akci teda a tam to vše začalo. Randičkovali jsme spolu, vždyť to určitě znáš a všechno bylo hezký. Jezdili jsme na dovolené, užívali jsme si. On byl o 8 let starší, to jsem zapomněla říct, takže jak jsem říkala, že byl za vodou, tak to byl, už když jsme se vlastně poznali, takže jsme si fakt dopřávali. Pak přišla svatba a první dítě. Tady bylo pořád všechno v pohodě. Za 4 roky se narodil druhý syn. No, a když kluci byli už větší, tak se začala ukazovat jeho pravá tvář. Já jsem nikdy pořádně nevěděla, co dělá nebo jako věděla, ale já tomu stejně nerozuměla, takže jsem se v tom nenimrala. Starší syn hrál tenis, manžel jezdil s ním a já byla doma s mladším. Obvykle se však z turnaje vraceli třeba o den pozděj, protože manžel, tím, že ty turnaje bývaly v zahraničí, tak si domluvil vždy ještě nějakou, pracovní schůzku. Vždycky když jsem se ho zeptala, co to bylo za schůzku nebo s kým ji měl, tak mi odseknul, že mi do toho nic není a tady to teda asi vše začalo. Začala jsem si všímat, že víc pije, na kluky byl hnusný, na mě taky. Když kluci už spali, většinou mi začal nadávat, že jsem bůh ví co a podobné věci. Pro mě jako pro matku bylo hrozné, že tohle museli kluci poslouchat a vnímat, ale já neměla kam jít, naši se v té době rozváděli, takže ti měli svých starostí dost a já jině než jeho peníze neměla, ale už jsem s ním nechtěla mít nic společného, takže jsem se to snažila nějak přežívat a s klukama pokud to šlo, trávit, co nejvíc času mimo náš byt. Pak se to začalo stupňovat, začal mě před klukama i mlátit, jednou jsem začala i křičet a slyšeli to sousedi a ti zavolali policii, ale ta to v uvozovkách vyřešila slovním napomenutím. Pak byl chvíli klid. Vypadalo to, že si vše nějak srovnal v hlavě. Přestěhovali jsme se z bytu do baráku a začali, jakože nový život. No ale netrvalo to dlouho a stalo se to, že k nám v noci vtrhla policie. Normálně těžkooděnci. Na tu noc nikdy nezapomenu. **To věřím.** Zatkli ho a zjistilo se, že měl velké daňové úniky. Já jsem se v ten moment úplně sesypala, ale zároveň jsem se kvůli klukům snažila být silná. Starší syn má doteď z toho trauma a zdravotní problémy. **Já se nedivím, ono se to vždycky na člověku nějak podepíše no.** No takže to byl vlastně den, kdy jsem se stala samoživitelkou. Neměla jsem nic. Vůbec nic. Naštěstí se o nás postarala jeho i moje rodina. Mamka se pak přestěhovala po rozvodu do půldomku a teď jsme tam s ní. Ale předtím jsme žili v nějakém pronajatém bytě, ale nájem mi platil tchán, já jsem sice začala hned hledat práci a brala nějaké brigády, ale na nájem a na to, abych nás uživila, to

rozhodně nestačilo. Jo a ještě víš, co bylo nejhorší? Že prostě děcka byly zvyklé na to, že mají všechno a najednou jsme neměli nic jiného než sami sebe, všechno ostatní nám zabavili. Bylo to fakt strašné. **Já ti věřím a nedokážu si to sama představit, jaké to pro vás muselo být.** No tohle fakt zažít nechceš.

A pomáhají ti i doted' ještě nějak rodiče, přátelé nebo tak?

Naši jsou sice taky rozvedení, ale s obouma jsem v pohodě, i kluci, takže když potřebuju nebo jsem potřebovala, nebyl problém, aby na kluky dohlédli nebo mi i dost finančně pomáhali no. Ted', jak bydlíme u mamky, tak já ji vlastně nájem přímo neplatím, ale přispívám jí na energie, udělám třeba nákup a tak. Pak i vlastně ségra a její manžel nám dost pomohli. Nebo jakože, hlavně její manžel mi dost pomohl pak, co se týká nějaké výchovy kluků. Oba tu pevnou mužskou ruku potřebovali, takže ten se na tom dost podílel. Ale i exmanželova strana rodiny mě dost podporovala, a pokud potřebuju, nemá problém ani ted' mi pomoc. Vidáme se pravidelně, vycházíme.

A ted', když bys na svou roli samoživitelky měla nahlídnout skrz ekonomickou krizi, zvládáš to? Hele, sice bydlíme u mámy, ale není to žádná výhra. Ten půldomek není zrekonstruovaný a na novou rekonstrukci já nemám a ani mamka. Kluci nemají žádné soukromí, já taky ne. Ale sice ted' mám relativně dobrou práci, ale furt to při dnešních cenách nestačí na to, abychom se postavili na vlastní nohy, naštěstí starší syn už chodí na brigády a tak, takže si třeba už i něco šetří a vím, že kdyby bylo nejhůř, můžu se obrátit i na něj, ale jako rodič nechceš úplně brát peníze svému děcku. ***A nějaké příspěvky nebo tak máš?*** Hele, nemám, žádala jsem si, ale to všechno tak strašně dlouho trvá, a pak ti dojde úplně směšná částka. To ať se na mě nikdo nezlobí, ale to je fakt směšný. Ted' tím, že jsem každý den v práci, tak na brigády nechodím nebo jako sem tam o víkendu něco když se naskytne třeba nějaký úklid někde, tak to vezmu, ale snažím se trávit čas s klukama a vynahradit jim trochu to zkažené dětství no. Sice jsou to pubertáči (smích), kteří už o čas s maminkou nestojí, ale zajdem si třeba jednou za měsíc na společnou večeř, když teda vím, že si to můžem dovolit nebo si společně něco uvaříme a snažíme se být spolu, v klidu. Starší syn vlastně studuje, ale tak nějak sám věděl, že pokud bude chtít jít na vysokou, tak na nějaký pronájem někde mimo Zlín nemáme. Mladší syn má zase zálibu v těch koloběžkách nebo já nevím, jak se tomu správně říká, ale tak samozřejmě to jsou nějaké speciální koloběžky, že, takže na Vánoce si ted' třeba nějakou přál, tak mi ji mamka pomohla mu ji koupit napůl. Jako nebyť našich a tchánů, tak bych to předtím a samozřejmě ani ted' se vším všudy nezvládla.

A po psychické stránce jsi v pohodě nebo cítíš, že je toho na tebe někdy moc?

No jak jsem ti říkala, tak vlastně hned po tom, co ho zatknuli, tak jsem se sesypala. Občas mám takový úzkostný stav, chodila jsem i k psychologovi po tady tom všem. Spíš jsem úplně ztratila zájem se seznamovat s někým novým a vím, že to nemůže trvat věčně, ale po tomhle zážitku jsem asi fakt radši sama a budu vyžívat s tím málem. Pamatuj si, že člověk si zvykne na všechno, když musí. To jsem jen tak ted' chtěla říct. Taky jsem byla zvyklá na to, si koupit co chci, kdy chci, ale ten pád pak bolel no. Ale abych se vrátila k tomu, jak se cítím, tak jako kluci mě drželi a drží nad vodou a samozřejmě rodina. Jak jsem ti říkala, u mamky je to na jednu stranu super, ale na druhou stranu v pětáctyřiceti už chceš být osamostatněná a mít svý soukromí, ale tak nejde to. Když mám čas, snažím se chodit třeba i na procházky, sama, abych vypla a tak no. Jasný, najít si aspoň chvíli pro sebe a vypnout je důležité. ***Nicméně já si myslím, že mám snad vše, co potřebuju, takže ti děkuju za tvůj čas a otevřenost.*** Úplně v klidu, šak kdyby něco, tak mi klidně ještě zavolej nebo napiš, šak číslo máš. ***Děkuju, kdyby něco tak tě budu konstatovat.***