

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

**PROMĚNY PARTNERSKÉHO VZTAHU PO
NAROZENÍ DVOJČAT**

**THE CHANGES IN A PARTNERSHIP AFTER THE
BIRTH OF TWINS**



Bakalářská diplomová práce

Autor: Bc. Lucie Ševčíková

Vedoucí práce: doc. PhDr. Irena Sobotková, CSc.

Olomouc

2016

Prohlášení

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou prací na téma „Proměny partnerského vztahu po narození dvojčat“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

Vdne.....

Podpis.....

Poděkování

Ráda bych poděkovala doc. PhDr. Ireně Sobotkové, CSc., za vedení bakalářské diplomové práce, za cenné rady, ochotu a vstřícnost. Dále děkuji ředitelce Centra pro dvojčata a vícčata v Olomouci Mgr. Zuzaně Starošítkové za poskytnutí materiálů a pomoc při oslovování rodičů dvojčat. Mé poděkování dále patří všem rodičům dvojčat, kteří se výzkumu zúčastnili, protože bez nich by tato práce nemohla vzniknout. Děkuji také mé rodině, příteli a kamarádům za podporu a trpělivost.

Obsah

Úvod	7
1. Partnerský vztah a manželství	8
1.1 Partnerský vztah	8
1.1.1 Volba partnera	9
1.1.2 Fáze partnerského vztahu	11
1.1.3 Očekávání v partnerském vztahu	13
1.2 Manželství	14
1.2.2 Složky manželského života	15
1.2.3 Spokojenost v manželství	17
2. Rodičovství	19
2.1 Přejchod k rodičovství	19
2.2 Motivace k rodičovství	21
2.3 Rodičovská role	23
2.3.1 Role matky	24
2.3.2 Role otce	25
3. Specifika života s dvojčaty	27
3.1 Adaptace na život s dvojčaty	27
3.2 Péče o dvojčata	29
3.3 Interakce rodič-dvojčata	31
3.4 Socioekonomické hledisko života s dvojčaty	35
4. Výzkumný problém, cíl výzkumu a výzkumné otázky	37
5. Metodologický rámec výzkumu	38
5.1 Výzkumný soubor	39
5.2 Metody získávání dat a průběh sběru dat	40
5.3 Metody analýzy a zpracování dat	41

5.4 Etické aspekty výzkumu	42
6. Výsledky výzkumu	44
6.1 Volný čas	44
6.2 Komunikace	47
6.3 Sociální kontakty	50
6.4 Domácnost	53
6.5 Změny v životě.....	56
6.6 Odpovědi na výzkumné otázky	61
7. Diskuze	65
8. Závěry	71
Souhrn.....	73
Seznam použitých zdrojů a literatury	76

Přílohy

Příloha č. 1: Zadání bakalářské práce

Příloha č. 2: Abstrakt

Příloha č. 3: Struktura rozhovoru

Příloha č. 4: Dopis rodičům dvojčat

Úvod

Bakalářská práce se věnuje problematice života s dvojčaty konkrétně proměnou partnerského vztahu po narození dvojčat. Otázkou je, jaký dopad má narození dvojčat na vzájemný vztah partnerů a jak se na tuto změnu dívají samotní rodiče. Cílem práce je zmapovat, jak se z pohledu obou rodičů změnil jejich partnerský vztah a vybrané aspekty fungování rodiny po narození dvojčat.

Tématika dvojčat obecně není v českém prostředí téměř probádaná a publikací či výzkumů na toto téma je velice málo. A přitom život s dvojčaty je tolik specifický. Troufám si však říct, že si většina veřejnosti ani neuvědomuje, nakolik je život s dvojčaty odlišný. I já jsem se nad tímto faktem více zamyslela až poté, co jsem se zúčastnila konference o dvojčatech a narazila na mnoho nových, překvapujících informací, které mě dříve vlastně ani nenapadly. Rozhodla jsem se proto, že se pokusím rozšířit povědomí veřejnosti o problematice života s dvojčaty, konkrétně tedy o proměně partnerského vztahu po narození dvojčat.

V teoretické části jsou zpracovány kapitoly objasňující podstatu partnerského vztahu a manželství. Dále je pozornost věnována rodičovství a charakteristice přechodu k rodičovství včetně motivace stát se rodičem. Rozlišena je také role otce a matky. Kapitola zabývající se specifiky života s dvojčaty popisuje adaptaci na život s dvojčaty. Více přibližuje, jak probíhá péče o dvojčata a v čem je interakce mezi rodičem a dítětem jiná v případě dvojčat. Zmíněno je také socioekonomické hledisko života s dvojčaty.

Ve výzkumné části jsou prezentovány výsledky získané prostřednictvím rozhovorů s deseti rodičovskými páry dvojčat do tří let věku. Zodpovězeny jsou také jednotlivé výzkumné otázky týkající se oblasti volného času, komunikace, sociálních kontaktů, chodu domácnosti a dalších výrazných změn v životě partnerů po narození dvojčat.

1. Partnerský vztah a manželství

Sdružování, vyhledávání lidského kontaktu a lásky je považováno za přirozenou součást života lidí. Každý jedinec během svého života navazuje mezilidské vztahy ať už přátelské nebo partnerské. Tím uspokojuje své potřeby lásky, jistoty, bezpečí a také seberealizace. Jedinec, který dlouhodobě nemá žádný intimní vztah a nevybral si takovýto způsob života dobrovolně, prožívá pocity smutku a samoty. Svoji nezadanost vnímá jako obrovské životní břímě, které ho provází každodenním životem. Většina populace si klade za životní cíl mít trvalého partnera a s ním prožívat spokojený a šťastný vztah. Ačkoliv se společnost v mnoha aspektech vyvíjí a mění, trvalý partnerský vztah je stále významnou a vysoce ceněnou životní hodnotou.

1.1 Partnerský vztah

Ze sociologického hlediska lze na partnerství pohlížet jako na vztah, který se od přátelství odlišuje hned v několika aspektech. Zatímco v přátelství se jedinec orientuje na osobnost druhého, v partnerském vztahu mluvíme o zaměření na společný cíl. Partnerský vztah je charakteristický společnou účastí jedinců na určitém zájmu či úkolu, a mimo jiné se vyznačuje vysokou mírou spolupráce a vzájemné závislosti (Jandourek, 2001).

Ve Velkém psychologickém slovníku konkrétní definici partnerství ani partnerského vztahu nenajdeme. Vyhledáme-li ale každý pojem odděleně, získáme význam slovního spojení partnerský vztah. Slovo partnerský znamená „*sdrúžený společnými zájmy, sdílející společný život*“ (Hartl & Hartlová, 2010, 393). Za vztah autoři považují „*působení mezi dvěma nebo více jevy, objekty či osobami v psychologii provázený emocionální vazbou a určitou mírou odpovědnosti*“ (Hartl & Hartlová, 2010, 393).

Vágnerová (2007) pokládá partnerství za nejvýznamnější formu intimního vztahu v životě mladého dospělého. V tomto intimním vztahu se jedinec vzdává části své osobní identity, aby mohla vzniknout tzv. párová identita. Na základě navazování partnerských vztahů dochází také k rozvoji osobnosti jedince. Jeho prostřednictvím člověk poznává sám sebe, dochází k určitému stupni sebeporozumění a seberealizaci.

Sternberg (in Vágnerová, 2007) ve své teorii partnerského vztahu ustanovil tři základní složky partnerství: intimita, milostná touha a připoutání. **Intimita** v partnerském

vztahu je založená na vzájemné důvěře a respektu. Jedinci pocítují potřebu vzájemné blízkosti, a to jak tělesné tak psychické. Sdílí spolu vzájemné plány, cíle a uvažují společně o budoucnosti. Intimita vzniká výlučně mezi těmito dvěma partnery tvořící pár. V prvních fázích vývoje řídí celý vztah **milostná touha**. Lze ji přirovnat k poblouznění, pro něhož je typická touha po partnerovi, jeho idealizace a naplňování sexuální potřeby. **Připoutání**, jako třetí komponenta vztahu, vzniká postupem času, jak se vztah vyvíjí. Jedná se o trvalost vztahu, která signalizuje stabilitu.

1.1.1 Volba partnera

Nelze pochybovat o tom, že se základ stabilního a spokojeného vztahu vytváří ještě před jeho zahájením. Správný výběr partnera podmiňuje správné fungování vztahu a na jeho základě můžeme očekávat jeho dlouhodobé trvání. Hledaný partner musí splňovat pro jedince určitá předem stanovená a subjektivně významná kritéria. Avšak ani přesto nemáme jistotu, že je náš výběr správný, protože lidé i život se v průběhu času vyvíjí a mění.

Jak si volíme trvalého partnera, ovlivňuje mnoho faktorů. Rozhodně nás ovlivňují normy dané společností, ve které žijeme, například tradice nebo aktuálně uznávaný a propagovaný ideál partnera, partnerského vztahu. Kromě společenských faktorů na nás působí i náhodné vlivy, ale za nejvýznamnější lze považovat individuální preference. Ty se při výběru partnera uplatňují s největší mírou. Plynou z našich hodnot, postojů a osobnostních charakteristik. Navazují na naše předchozí zkušenosti se vztahy a zážitky z dětství. Vystupují jak na vědomé, tak i nevědomé úrovni (Vágnerová, 2007).

Plzák (1998) rozlišuje výběr partnera na základě emocí nebo rozumu. Emocionální výběr zahrnuje poznání partnera prostřednictvím náhodného setkání na ulici, v restauraci, na dovolené, v parku a podobně. Toto setkání bývá romantické a založené na fyzické atraktivitě. Dále zahrnuje skupinový výběr neboli fakt, že se často zamilujeme do osoby patřící k naší skupině a také řízený výběr spočívající v cíleném vyhledávání partnera prostřednictvím seznamky či inzerátů. Racionální výběr probíhá ve třech základních krocích: vybrat, vyzkoušet a koupit. Tak jak člověk partnera vybírá, tak je i současně vybírán ostatními jedinci.

Podle Stronga, DeVaultové a Cohena (2011) funguje výběr partnera na principu jakéhosi „tržiště“ neboli vzájemné směny. Je ovlivňován výměnou a vyjednáváním. V podstatě se jedná o směnný obchod, protože člověk hodnotí zdroje druhého jedince

a tím, že o něj v přeneseném slova smyslu soutěží s ostatními, snaží se na oplátku nabídnout, to nejlepší ze svých zdrojů, aby ho zaujal. Kratochvíl (2009) doplňuje tuto myšlenku uplatňováním principu vyváženosti výměny, kdy jedinec s méně hodnotnou charakteristikou nabízí partnerovi pro vyvážení vzniklé nerovnosti jiné, kvalitní vlastnosti.

Murstein (in Kratochvíl, 2009) zohledňuje při výběru partnera tři základní aspekty: podnět, hodnoty a role. V první fázi působí partner jako podnět, přičemž se primárně hodnotí přitažlivost jeho vnějšího vzhledu a chování. Důležitou roli hraje také hodnocení těchto charakteristik společností. V druhé fázi už bývá zvažována podobnost hodnot, životních postojů a názorů. V případě neshody se jedinci rozcházejí. Nakonec ve třetí fázi se hodnotí slučitelnost rolí. Partneři zvažují, jestli jsou schopni vytvářet takové role, kterými se budou navzájem doplňovat a tím uspokojovat své potřeby.

Jackson-Dwyerová (2013) pokládá za hlavní charakteristiky sledované v průběhu vybírání životního partnera a podstatné pro formování kvalitního vztahu blízkost, neboli jak daleko partner žije či pracuje, podobnost, fyzickou atraktivitu, kompetentnost druhého a vzájemnou náklonnost.

Výrost a Slaměník (2008) zdůrazňují, že v první moment při navazování vztahu si všímáme zejména atraktivity fyzické, protože na základě fyzického vzhledu si vytváříme první dojem o jedinci a také proto, že fyzický vzhled má významnou sociální hodnotu. Avšak pro dlouhodobý vztah je zásadní atraktivita osobní, zejména společné zájmy. Vágnerová (2007) považuje pro dlouhodobý vztah za klíčové vlastnosti spolehlivost, zodpovědnost, upřímnost, tolerantnost ale také určitou inteligenční úroveň, smysl pro humor a citovou vřelost.

Šmolka (2005) poukazuje na dva základní principy, kterými se řídíme při výběru partnera- princip podobnosti a princip odlišnosti. Podle principu podobnosti si vybíráme za partnera jedince stejné věkové kategorie, také s podobným vzděláním, ale zejména pocházejícího z podobných sociálních poměrů. Pozorovat můžeme také podobnost rasovou a národnostní. Naopak v principu odlišnosti uvažujeme o vzájemném doplňování. Uplatňuje se zde rčení „protiklady se přitahují“. Avšak až příliš velké podobnosti a odlišnosti mohou nakonec ústít v řadu konfliktů.

Existuje mnoho dalších teorií vztahujících se k volbě partnera. Duplikační teorie rodičovského principu předpokládá, že si vybíráme partnera podobného našim rodičům.

S tím koresponduje teorie návratu domů a teorie dokončování neuzavřených emocionálních situací z dětství Barbary De Angelisové. Podle jejích teorií máme tendenci v životě vyhledávat emocionální situace, se kterými jsme se v životě, především v dětství, setkali a mimo jiné se snažíme uzavírat otevřené emocionální záležitosti z dětství. Uplatňuje se také Tomanův duplikační sourozenecký princip, podle něhož sehrává roli pořadí narození partnerů (Matějková, 2007).

1.1.2 Fáze partnerského vztahu

Aby byl vztah stabilní a pro jedince uspokojivý, nestačí si pouze vybrat pravého partnera, ale je také nezbytné, aby mezi partnery existovalo láskyplné pouto. Mezi jedinci, kteří se poznávají, se láska postupně vyvíjí. Lze tedy říci, že vývoj vztahu je zároveň vývojem lásky. Adams (in Hargašová & Novák, 2007) tvrdí, že pro vývoj vztahu platí následující sled stádií: cizinci, známí, přátelé, důvěrní přátelé a partneři. Nejprve se potkají náhodně dva jedinci jako dva cizinci. Vzhledem k tomu, že jejich první setkání bylo příjemné, dochází mezi nimi k opakovanému setkávání neboli tzv. chození. V průběhu setkání se mění obsah vzájemné komunikace. A právě obsah setkávání a jeho frekvence naznačují další vývoj vztahu. Jedinci si k sobě vytváří úctu a respekt. Po uplynutí určité doby jsou jedinci spojeni poutem přátelství. V jejich vztahu panuje důvěra, pochopení, empatie. Vyvine-li se mezi jedinci intimita, vztah nabývá stavu partnerský. Pokud k rozvoji intimity nedojde, lidé se rozcházejí nebo zůstávají přáteli. Partneři se vzájemně poznávají, přizpůsobují a společně rozvíjí jejich vztah.

Každý partnerský vztah se v průběhu času vyvíjí, mění a prochází několika stádií vývoje, v nichž se mění jeho charakter. První období vývoje nazýváme **obdobím zamilovanosti a romantické lásky**. Partneři se navzájem poznávají a hodnotí. Vzhledem k tomu, že je hodnocení partnera v této fázi vývoje založeno na emocích, dochází k idealizaci partnera, současné podoby vztahu a také dalšího průběhu. Nejenže člověk idealizuje svého partnera, ale také mění sám sebe, své chování a zvyky, aby vyhovoval požadavkům partnera a plnil jeho představy. Mezi jedinci vzniká intimní vazba charakteristická vzájemnou blízkostí a otevřeností jak na úrovni fyzické, respektive sexuální, tak psychické. Jedná se o fázi plnou vášně, emocí a silných citů, které jsou vůlí a rozumem těžko ovlivnitelné. Toto období trvá přibližně jeden rok, než přechází do fáze realistického vztahu (Vágnerová, 2007).

V **období realistického vztahu** se dále rozvíjí a prohlubuje vzájemná intimita a připoutání. Po okouzlení a nadšení v období zamilovanosti dochází k vystřízlivění a s tím spojeném riziku možného zklamání. Partneri jsou na sobě více nezávislí a ponechávají si určitou míru osobní svobody. Jsou k sobě navzájem tolerantnější a respektují své odlišnosti či nedokonalosti. Oproti počáteční fázi není hodnocení partnera a společného vztahu založeno na emocích, ale převažuje rozum. Jedinec nahlíží na vztah objektivně a realisticky. Kromě realistického hodnocení partnerského vztahu patří mezi základní vlastnosti zralého vztahu v této fázi také, již zmíněná intimita, dále výlučnost vztahu a rovné postavení obou partnerů ve vztahu (Vágnerová, 2007).

Matějková (2007) tvrdí, že období **zamilovanosti** trvá individuálně dlouho, od několika měsíců po maximálně tři roky. Zamilovaní lidé žijí v naprosté euforii. Jsou plní energie, optimismu a dobré nálady. To všechno mají za následek hormony fenylethylaminu neboli hormon zamilovanosti a serotonin, hormon štěstí, které se vylučují v těle zamilovaných osob. O vážném vztahu lze mluvit, pokud trvá více jak tři měsíce. Jedinci jsou už ve společnosti pokládáni za pár. Navzájem se ještě více sblížují a poznávají rodinné či přátelské okolí toho druhého. Za dlouhodobý považuje Matějková vztah trvající déle než šest měsíců. V takovémto dlouhodobém vztahu by člověk měl znát odlišnosti svého protějšku, s čímž souvisí riziko prvních konfliktů. Ze zamilovanosti přechází vztah po třech letech do **období lásky**, ve kterém dochází zejména k uspokojení potřeby přijetí a bezpečí. Dochází k úbytku vášně, euforie a ochladnutí sexuálního života. Avšak láska je charakteristická starostlivostí o druhého, úctou a odpovědností k partnerovi. Zakládá se na užívání si pouze přítomnosti a blízkosti druhého. **Přátelská láska** nastává po přibližně 18 společných letech. Partneri se dokonale znají, nepotřebují se ubezpečovat o lásce, kterou k sobě cítí. Nejdůležitější roli ve vztahu hraje porozumění, péče a zejména důvěra.

Dallaire (2009) přináší vývoj milostného vztahu v mírně odlišných etapách. V etapě **vášně** dominuje svádění, při němž se člověk snaží zapůsobit a vytvořit nejlepší dojem. Současně vychvaluje svého partnera. Postupně se začne vášně vytrácet a nastává **boj o moc**. Začínáme si všimnout nedokonalostí našeho protějšku, vidíme jeho reálnou osobnost, tudíž začínají na povrch vyplouvat rozdílné názory na život a na vztah. Dochází k vlastnímu vymezování a prosazování. Partneri se vlastně stávají intimními nepřáteli, což je způsobeno rozdíly mezi muži a ženami a jejich očekáváními, která jsou obsahem následující podkapitoly. V nejlepším případě milenci dojdou ke kompromisu a **rozdělení**

moci. Vytvoří pár tvořící dvě neoddělitelné části, ve kterém se navzájem doplňují a tolerují bez výčitek. Vztah přechází do **fáze závazku** směřující k manželství a následně **otevřenosti vůči druhému.**

1.1.3 Očekávání v partnerském vztahu

Míra spokojenosti s partnerským vztahem souvisí s naplňováním našich očekávání od vztahu.

Plaňava (2000) doporučuje o vzájemných očekáváních mluvit, případně si je i sepsat. Očekávání rozdělujeme na vědomá, vědomá nesdělovaná a nevědomá. Vědomá se dotýkají témat, jako počet dětí, trávení volného času, hospodaření s finančními prostředky. Nevědomá vyplývají z naší historie a jsou potlačeny v nevědomí, odkud nás ovlivňují.

Muži a ženy se ve svých očekáváních liší, což vyplývá z obecných rozdílů mezi pohlavími. Ve svých očekáváních vycházíme z našich předchozích zkušeností a zkušeností z rodiny. Mimo jiné nás také ovlivňuje společnost a kultura. Jedinci se mohou v rozdílných očekáváních doplňovat, ale jejich protichůdnost se může stát zdrojem mnoha konfliktů a možného rozpadu vztahu (Venglářová, 2008).

Očekáváním mužů a žen se zabýval Denis Sonet ve své knize Dobrý partnerský vztah (1995). Podle jeho teorie žena očekává od svého partnera případně manžela bezpečné a stabilní rodinné prostředí. Muž má zajišťovat stabilitu fyzickou, tedy fyzickou zdatnost, emocionální související s věrností, finanční a také stabilitu v rozhodování a iniciativě. Požaduje muže spolehlivého a laskavého. Oceňuje, pokud je muž komunikativní a k její osobě pozorný. I ženy považují za významný fyzický vzhled partnera, aby se mohly pyšnit jeho elegancí a stylem. Stejně i muži očekávají od své partnerky fyzický půvab a upravenost. Kladou důraz na morálnost a důstojnost své ženy. Líbí se jim, když dokážou v ženě číst. Ačkoliv to často popírají, jsou rádi, pokud se partnerka o ně stará podobně jako matka, s čímž se pojí požadavek na schopnosti ženy jako hospodyně. Naopak nevyžadují tolik komunikace a vystačí si s diskrétní přítomností manželky.

S humorem popsal očekávání mužů a žen Stanislav Kratochvíl (2009), který každému pohlaví určil čtyři základní očekávání. U žen se jedná o POPO- posedět a popovídat, jelikož ženy jsou typické svojí potřebou mluvit, sdílet a vyjadřovat své pocity. Od svých partnerů očekávají, že je vyslechnou, pochopí a podpoří. Přejí si zároveň,

aby i muži sdělovali své pocity, myšlenky a zážitky. Očekávání duševního porozumění-DUPO navazuje na očekávání předchozí. Ženy od mužů vyžadují pochopení bez známek ironie či bagatelizování. Ženám nestačí pouhé porozumění. Rády by, kdyby muž vycítil, co potřebují bez toho, aniž by musely něco říkat-VYPO. Očekávání VYCE, neboli vyjadřovat lásku celým svým tělem zastřešuje všechny zmiňované očekávání. Žena čeká, že jí muž bude vyjadřovat lásku slovy i činy. Očekávání mužů se naopak nedotýkají téměř vůbec citových projevů, ale zejména vnějšího chování zaměřeného na praktické záležitosti. Muži považují za rozhodující uspokojování základních tělesných potřeb. Když přijdou domů, očekávají večeři na stole a uklizenou domácnost, tedy uvařeno, uklizeno- UU, což splňuje představy o láskyplné péči manželky podobně jako od matky. Žena by podle mužů měla ideálně přistoupit na sexuální hrátky, kdykoliv se muži zachce-SEZA, měla by ho neustále chválit, obdivovat a oceňovat-OSTA. Ačkoliv žena má být současně ideální hospodyně, milenka i matka, pro muže platí „nezatěžujte mě starostmi“- NESTA.

Muži obecně nevnímají tolik možné partnerské problémy. Nepracují tolik s neverbální komunikací a nepotřebují mluvit o svých pocitech. Ve vztahu potřebují zejména potvrzení jejich dokonalosti. Ženy naopak vyžadují vnímavost a citlivost partnera. Ve svých požadavcích si ovšem odporují. Přály by si empatii a citlivost partnera zároveň však i určitou reprezentativnost či uznávaný společenský status (Vágnerová 2007).

1.2 Manželství

Poskytuje-li vztah dvěma spolu žijícím jedincům uspokojení, splňuje-li jejich očekávání, chtějí spolu strávit zbytek života a založit rodinu, rozhodnou se posunout vzájemný vztah na novou úroveň, tedy uzavřít spolu manželství. Vágnerová (2007) považuje manželství za potvrzení kvality partnerského vztahu a jeho výlučnosti.

Dle Občanského zákoníku je *„manželství je trvalý svazek muže a ženy vzniklý způsobem, který stanoví tento zákon. Hlavním účelem manželství je založení rodiny, řádná výchova dětí a vzájemná podpora a pomoc“* (Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, § 655, 2014). Občanský zákoník dále ustanovuje způsob vzniku manželství. *„Manželství vzniká svobodným a úplným souhlasným projevem vůle muže a ženy, kteří hodlají vstoupit do manželství (dále jen „snoubenci“), že spolu vstupují do manželství“* (Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, § 656, 2014).

Jandourek (2001, 148) definuje manželství jako „*právní vztah zavazující muže a ženu ke společnému životu*“.

Podle Kopřivy (1988, 46 in Plaňava, 2000, 30) lze na manželství pohlížet jako na „*specifickou vývojovou fázi jedince otevírající pět oblastí osobního růstu: utváření sexuálních vztahů s jednou osobou, ustavení nové úrovně objektových vztahů, dokončení psychické separace od rodičů; dále je příležitostí pro uplatnění autonomie osobnosti a konečně otevírá nové příležitosti pro identifikaci*“.

Manželství se uzavírá společensky uznávaným rituálem, po němž jedinci získávají novou sociální roli. Lze jej vymezit z hlediska sociálního, psychologického a fyzického. Podle fyzického vymezení spolu manželé sdílí určitý prostor, tedy domov a čas. Ze sociálního pohledu vnímáme manželství jako spojení dvou osob tvořící malou sociální skupinu a dvou rodin s novým příbuzenským vztahem. Na základě psychologického vymezení si jedinci v manželství zvykají na nový životní styl a nové role. Používají určitý styl vzájemné komunikace, vyznávají určité společné hodnoty, rodinný život se řídí podle jimi určených pravidel (Vágnerová, 2007).

Langmeier a Krejčířová (2006) předkládají dva základní motivy jedinců uzavřít sňatek- navázání intimního emočního vztahu uspokojující potřeby jedince včetně potřeby sexuální a přání mít děti. Berou v ohledu však i vnější činitele, k nimž patří těhotenství ženy, tlak ze strany okolí, zejména rodičů a přátel, či ekonomické hledisko. Základním důvodem pro vstup do manželství bývá podle Vágnerové (2008) láska a touha bezpečného zázemí, až poté se přidružují ostatní důvody, jako sociální a ekonomické.

Manželství a rodina plní dle Stronga et al. (2011) čtyři společenské funkce. Poskytuje jedincům zdroj intimních vztahů. Funguje jako jednotka společné ekonomické a hospodářské spolupráce. Plní touhu jedinců i společenskou potřebu plodit potomky a vychovávat je. Přiřazuje jedincům sociální role a společenské postavení.

1.2.2 Složky manželského života

Jedinci, kteří se stali manželi, spolu sdílí život a očekává se jejich součinnost ve společném soužití. Aby mohlo manželství fungovat, musí se na jednotlivých složkách života podílet společně. Vzájemné soužití obsahuje několik oblastí ovlivňující manželskou spokojenost. Plzák (1988) řadí mezi složky manželského soužití starost o domácnost, hospodaření s financemi, péče o děti a společný volný čas.

Péče o domácnost zahrnuje základní činnosti, jako praní, uklízení, umývání nádobí, vaření a nákup potravin. Podle Plzáka je nezbytné, aby se manželé dohodli na péči o domácnost, aby nedošlo k chaosu ústící k narušení jejich vztahu až nenávisti (Plzák, 1988). Šmolka a Mach (2008) tvrdí, že ženy v současnosti vyžadují větší pomoc a angažovanost mužů v provozu domácnosti. Snaží se o rovnoměrné rozdělení povinností, což není zcela možné, a proto se objevují mezi partnery mnohdy hádky. Hádky ovšem obvykle pramení z narušení vztahu v jiné partnerské oblasti. Venglářová (2008) navrhuje dvě možnosti řešení. Buď si jedinci rozdělí povinnosti na základě výběru, která část povinností je člověku bližší, má pro ni lepší časové a praktické dispozice, nebo se partneři ve vykovávání činností střídají.

Finanční hospodaření spočívá ve společném rozhodování o rozdělování rodinných financí a nakládání s nimi. Partneři spolu rozhodují o tom, jaké finanční náklady jsou nezbytné, které lze rozdělit na pravidelné např. placení účtů, nákup potravin a nepravidelné, tedy nákup oblečení nebo zbytné vztahující se k nákladům spojeným se zábavou a koníčky. Neshody v rozdělení financí vedou k neshodám a rozvratům manželství (Plzák, 1988). Hospodaření s penězi je nutné neustále obměňovat podle potřeb a finanční situace rodiny. K efektivnímu nakládání s financemi mohou rodiny využívat tzv. rodinné účetnictví, díky němuž budou mít přehled o běžných nákladech. Šmolka a Mach (2008) doporučují, aby s provozním kapitálem rodiny disponovala osoba, která má v rodině na starosti převážnou část provozu domácnosti, nejčastěji žena. Měla by však mezi manželi existovat dohoda o výši kapesného, výši nejvyšší čerpané částky atd.

Péče o dítě v sobě zahrnuje materiální zabezpečení dítěte i jeho výchovu. Mění se v průběhu času podle věku dítěte a počtu dětí v rodině. Péče o dítě se skládá z několika oblastí: praktickou prací (obstarání jídla a oblečení), dohledem nad bezpečností dítěte, výchovou směrem ke zdravému vývoji, pomocí při učení a hrou s dítětem. Opět mohou nastat konflikty, není-li stanovená dohoda o péči nebo není-li tato dohoda dodržována (Plzák, 1988). Podle Šmolky a Macha (2008) není rozhodující zvolit jednotný výchovný přístup, ale vzájemně respektovat svá rozhodnutí ve výchově dítěte.

Význam volného času spočívá ve vytváření pozitivních emocí na rozdíl od práce vytvářející potřebné hodnoty. Zájmy dělíme na individuální a, pro nás rozhodující, společné. Ty se dají rozdělit na aktivní, pasivní či pouhý odpočinek a relaxaci. Pro spokojené manželství je zapotřebí určitý soulad v zájmech (Plzák, 1988). Šmolka

a Mach (2008) rozdělují volný čas na čas trávený společně se vzájemnou součinností, bez vzájemné součinnosti a na čas trávený odděleně. Podle jejich názoru by se měly tyto tři druhy prolínat a proměňovat. Venglářová (2008) upozorňuje na příliš mnoho společně tráveného volného času způsobujícího ponorkovou nemoc. Pro předcházení tomuto stavu je vhodné, aby měli partneři své záliby, své přátele, ale zároveň záliby a přátele společné.

1.2.3 Spokojenost v manželství

Výše uvedené složky mající charakter neuspořádanosti vedou k nespokojenosti v manželství. Z neuspořádaného soužití roste nespokojenost. Nepracuje-li se s nespokojeností, nemůže se manželství dále vyvíjet a hrozí jeho rozvrat. K osobnímu štěstí vede právě spokojené manželství, načež oba tyto aspekty významně ovlivňují partnery při přechodu k rodičovství.

K pilířům dlouhodobého spokojeného vztahu Matějková (2007) řadí **toleranci**. Toleranci ve smyslu respektování odlišných vlastností partnera a nepokoušení se ho změnit k obrazu svému. S tolerancí souvisí **emocionální otevřenost** neboli upřímné vyjádření našich pocitů. Pro spokojený vztah je dále nutný **podobný životní styl a hodnoty**. K tomuto pilíři je zásadní zejména otevřená komunikace. Mezi partnery by mělo existovat **přátelství** jakožto zdroj podpory a pochopení. Také **sexuální přitažlivost** ovlivňuje spokojenost ve vztahu, ačkoliv autorka podotýká, že snížení sexuální přitažlivosti nutně neznamená zhoršení kvality vztahu. Podstatným základem dlouhodobého vztahu tvoří **společné plány** do budoucna.

Mackey a O'Brien (1995) na základě svého výzkumu došli k závěru, že existuje pět základních faktorů mající vliv na spokojenost a stabilitu vztahu. Patří mezi ně omezování konfliktů, společné rozhodování, kvalitní otevřená komunikace, důvěra spolu s respektem a intimita psychická či fyzická. Za významnou lze považovat i schopnost manželů přizpůsobovat se novým situacím a požadavkům. Ačkoliv se jedná o poměrně starý výzkum, výsledky novějších výzkumů se s těmito shodují.

Podle teorie Benokraitisové (2012) faktory, které se podílí na vysoké spokojenosti párů v dlouholetých manželstvích, jsou především vzájemný respekt, sdílení společných cílů a plánu do budoucnosti. Spokojené páry se zaměřují na efektivní komunikaci a řešení problémů. Jedinci v dlouhodobých vztazích se navzájem podporují. Stejně tak důležitým faktorem je schopnost páru překonávat rozdíly. Ve spokojeném manželství mívají partneři především dobrý přátelský vztah. Jsou si blízcí a důvěrně se znají.

Jedinci by měli společně pracovat na spokojeném vztahu. K zachování stability vztahu se uplatňují tzv. strategie vztahové údržby. Dindiová (2003) je definovala několika způsoby. Za prvé jako způsoby udržení pouhé existence vztahu bez ohledu na kvalitu vztahu. Dále jako proces udržující vztah ve specifickém stavu tedy na určité úrovni. Ve třetím případě jako způsoby zachování vztahu na uspokojivé úrovni tak, aby byli jedinci spokojeni. A na závěr jako proces vedoucí k napravení vztahu.

Staffordová (2011) rozlišuje dva druhy postupů vztahové údržby. Buď záměrné a cílevědomé, které nazývá jako strategické udržovací chování, nebo naopak nevědomé či pouze částečně uvědomované nazývající rutinní chování, pod něhož spadají různé rodinné rituály, například společné stravování. Uvádí mimo jiné pět základních strategií vztahové údržby. Řadí k nim pozitivní chování k druhému, otevřenou komunikaci, ujišťování o vzájemné lásce, sdílení úkolů spojených s každodenní péčí o domácnost a děti, včetně sdílení zodpovědnosti za jejich plnění, a jako poslední existence podpůrné sociální sítě.

2. Rodičovství

Většina lidí směřuje k životu ve šťastné rodině se základem ve spokojeném manželství. Lze říci, že dítě je ztělesněním lásky mezi dvěma jedinci. Kvalita manželského vztahu ovlivňuje kvalitu vztahu k dítěti. Říčan (2004) řadí zplození dítěte a péči o něj mezi základní životní úkoly jak biologické, tak psychologické.

Podle Heluse (2015) získává život člověka rodičovstvím hlubší smysl, protože existuje jedinec, který je na nás zcela závislý. Příchod dítěte do rodiny umožňuje manželům rozvíjet vzájemnou lásku a sblížovat se na nové úrovni. Zároveň se stává příležitostí vydat ze sebe to nejlepší, co v nás je, abychom se stali tím nejlepším vzorem.

Vágnerová (2007) považuje rodičovství za přirozené vyústění manželství. Jedná se o projev potřeby tvořit, něco za sebou zanechat. Jedince rodičovství obohacuje, protože mu umožňuje uzavřít výjimečnou trvalou citovou vazbu. Jako zdroj nových zkušeností podněcuje další osobnostní rozvoj.

Rodičovství je proces zrání, který vede k psycho-emocionální přeměně umožňující dospělému jedinci stát se rodičem a uspokojovat fyzické, psychické a emocionální potřeby dítěte (Leal in Sousa e Silva & Carneiro, 2014). Lze jej chápat jako kulturní model, který se mění vzhledem k různým sociálním, ekonomickým, politickým a náboženským požadavkům (Sousa e Silva & Carneiro, 2014).

2.1 Přejít k rodičovství

Přejít k rodičovství představuje složitý psychologický a vývojový proces charakteristický osobními a rodinnými změnami vyžadujícími úpravu dosavadního stavu (Epifanio, Genna, De Luca, Roccella, & La Grutta, 2015).

Manželství se spolu s přechodem k rodičovství stává rodinou. Muž a žena se stávají otcem a matkou. Jsou jim uspokojovány nové životní potřeby, prožívají nové pozitivní zážitky, rozvíjí svoji osobnost novým směrem. Rodičovství přináší na druhou stranu zcela neznámé nároky na jedince. Jejich způsob života se zásadně mění. Dochází ke změně denního rozvrhu, omezení volného času, plnění nových povinností a také situace obav a konfliktů (Langmeier & Krejčířová, 2006).

Lze jej považovat za nejvýznamnější přechod v životě jedince i celé rodiny. Existují čtyři hlavní charakteristiky přechodu k rodičovství dle Rossiové (in Možný, 2008). Ačkoliv se v dnešní společnosti nenahlíží na bezdětnost natolik kriticky jako v minulosti, i přesto se od ženy očekává, že se stane matkou, a proto rozhodnutí mít dítě je ovlivněno silným kulturním tlakem. Existují ovšem i případy, kdy tento životní krok přichází samovolně bez předchozího plánování. Nutno však podotknout, že rozhodnutí se mít dítě na rozdíl od jiných rozhodnutí nelze vrátit. Jakmile se jedinci narodí dítě, získává roli rodiče bez ohledu na svůj postoj k rodičovství. Jedná se tedy o přechod trvalý. Na závěr mluvíme o přechodu zlomovém, který vznikne ze dne na den. I když tomuto zlomu předchází období těhotenství, žena bývá připravována pouze fyziologicky nikoliv psychicky. Do horší pozice se dostává otec, který není připraven nijak.

Adamsonová (2013) nepovažuje přechod k rodičovství za jednu událost, ale za dlouhodobý proces, který začíná již těhotenstvím nebo již plánováním mít dítě a končí několik měsíců po porodu.

Podle Cowanové a Cowana (1995) přináší přechod k rodičovství změny nejen u rodičů jako jednotlivců, ale u celého rodinného systému. Uvádí, že lze pozorovat změny v pěti významných oblastech: ve vztahu k původní rodině, ve vzájemném vztahu samotného páru, ve vztahu rodičů k dítěti, v rovnováze mezi životním stresem a sociální podporou v nové rodině a v duševní pohodě rodičů i dítěte.

Přechází-li manželství k rodičovství má to na partnerský vztah zásadní vliv jak pozitivní tak negativní. Péče o dítě partnery sblízuje a posiluje jejich vzájemnou intimitu. Na druhou stranu je ohrožením stability manželství a citové rovnováhy mezi jedinci. Dítě se může stát zdrojem konfliktů a prostředkem vzájemných bojů (Říčan, 2004).

Nejenom Říčan, ale i ostatní autoři se vyjadřují o přechodu k rodičovství protichůdně. Například Petchová a Halford (2008) dokazují, že narození dítěte přináší rodičům pocity radosti a štěstí. Navíc jim poskytuje rodičovské odměny ve formě lásky, pocitů úspěchu, naplnění sociálního očekávání či stability vztahu. Oproti tomu jiní autoři se svými výzkumy dochází k závěru, že se může jednat o extrémně stresující zážitek, jenž se odrazí v partnerském vztahu. Cowanová a Cowan (1995) dokazují, že po narození dítěte klesá manželská spokojenost. S podobnými výsledky se přidává Gottman a Schwartz-Gottmanová (2007), kteří uvádí, že u 65 % párů dochází k poklesu spokojenosti a současně k nárůstu konfliktů a nepřátelství. Matoušek (2003) se staví

k přechodu k rodičovství více než skepticky. Dokonce považuje období po narození dítěte za první manželskou krizi. Kluwerová a Johnson (2007) rozvádí podobnou myšlenku, avšak vysvětlují ji tím, že za krizí vztahu nestojí samotné narození dítěte. K rozvratu vztahu dochází u těch párů, které měly problémy již před narozením dítěte a jeho narozením vzájemný konflikt pouze vrcholí.

Během k přechodu k rodičovství se partnerský vztah dělí na dva subsystémy- milostný a rodičovský. Pro partnery a jejich spokojenost ve vztahu je podstatné, aby byly zachovány obě dvě roviny jak rodičovská, tak i partnerská (Bouchard, 2014). Pro vzájemnou pohodu je také nezbytné vzdělávání a plánování. Většina rodičů se připravuje na porod dítěte, ale nikoliv na každodenní život po porodu. Rodiče by se měli dopředu dohodnout na chodu domácnosti, rozvržení času a tak dále, protože právě tento plán usnadňuje přechod k rodičovství (Polomeno, 2000).

K udržení spokojeného vztahu přispívá mimo jiné síť sociální podpory. Kvalita sociální podpory pozitivně ovlivňuje zvládání přechodu k rodičovské roli. Lze jej považovat za ochranný faktor v této náročné situaci. Zahrnuje neformální podporu od přátel a známých, podporu ze sociálních organizací, odbornou podporu zdravotních sester a lékařů, podporu rodiny a také vzájemnou podporu partnerů (Francine de, Carl, & Élyse, 2006).

2.2 Motivace k rodičovství

Jak už bylo naznačeno v předchozí kapitole, rozhodnutí mít dítě je ovlivněno mnoha vnitřními i vnějšími faktory. Může k němu dojít samovolně, nebo na základě nátlaku.

V druhém případě mluvíme podle Vágnerové (2007) o **vnější stimulaci**, protože se jedná o určitou sociální normu nebo lépe řečeno sociální očekávání. Na hranici určitého věku bývá jedinec společností tlačěn do rodičovství. Tato hranice v dnešní době posouvá na rozdíl od minulosti, protože se mění celková sociální situace a s ní podmínky pro mladé páry, potencionální rodiče. Že plánování rodičovství podléhá sociálním tlakům, dokládá i Sobotková (2012). Tlaku podléhají zejména jedinci bez sourozenců a jedinci, jejichž rodiče vzhledem ke svému věku touží po vnoučeti. Vliv má tedy zejména rodina, ale i okruh přátel.

Vnitřní motivace vyplývá ze základní potřeby mít děti. Lidé se v intenzitě této potřeby liší. Rodičovství uspokojuje i psychické potřeby jako potřebu stimulace novými podněty či potřebu citové vazby. Prostřednictvím role rodiče lze uspokojovat i potřebu seberealizace. Dítě se stává hlavním smyslem existence jedince. Potvrzuje jeho normalitu, jeho hodnotu a vede k naplnění pocitu smysluplnosti života. Dítě svojí existencí navazuje na existenci svých rodičů a tím uspokojuje jejich potřebu otevřené budoucnosti (Vágnerová, 2007). S vnitřní motivací se kryjí psychologické tlaky podle Sobotkové (2012). Mít děti lidé považují za přirozenou součást života, a proto také děti chtějí. Vypjatá situace nastává, pokud mít děti nemohou. S touto skutečností se mohou objevit pocity méněcennosti a viny.

Podle Weikerta (2007) existují dva důvody, proč si lidé přejí mít dítě, přičemž první spočívá v upevnění partnerského vztahu a druhý v touze mít někoho, kdo nás potřebuje a s kým lze zažívat pocity něhy, blízkosti a lásky. Cassidy a Sintrovaniová (2008) ve svém výzkumu identifikovali a označili za základní šest motivů k rodičovství. Patří mezi ně kontinuita, potřeba emocionální a fyzické péče o dítě, vztah neboli udržování vztahu či vytvoření rodiny, identita, sociální tlak a materialismus.

Langdridge, Sheeran a Connolly (2005) se dokonce zaměřili nejen na důvody pro rodičovství, ale i proti rodičovství. V jejich výzkumu k důvodům pro narození dítěte respondenti řadili uspokojení, přání partnera mít dítě, vytvoření rodiny, vytvoření domova, biologické potřeby. Jako důvody, proč dítě nemít, uváděli omezení svobody, narušení kariéry nebo partnerovo odmítání mít dítě.

I Sobotková (2012) nezapomíná na nevýhody rodičovství a také možné důvody, proč dítě nemít. Kromě již zmíněné kariéry a svobody lze k obětím rodičovství zařadit finanční znevýhodnění, negativní dopady na vztah, pochybnosti o schopnosti být dobrým rodičem nebo odmítání přivést dítě do současného světa. Nelze však pojednávat pouze o negativech. Do kategorie přínosů spadá pokračování rodu, osobní naplnění, rozvoj vztahu s partnerem a navazování nových sociálních kontaktů, rodičovství jako známka dospělosti nebo také jako zdroj nových podnětů umožňující vlastní růst.

2.3 Rodičovská role

Role rodiče tvoří nedílnou součást identity dospělého člověka. Bezpochyby má biologický základ, ale ceněna je zejména sociální a psychologická hodnota rodičovské role. Pro rodičovskou roli platí určité specifické charakteristiky, které ji odlišují od jiných. Za prvé jde viditelně vždy o dominantní roli, kdy dítě je v podřízeném postavení. Tuto roli nelze nijak změnit a vrátit. Stává se nesmazatelnou součástí života jedince. Nejenom, že bývá člověk rodičovstvím připoután k dítěti, ale také k partnerovi, s nímž dítě má. A na závěr rodičovská role, na rozdíl od většiny jiných rolí, vyžaduje zásadní změnu stylu života. Přináší nové povinnosti a nároky na jedince či rodinu (Vágnerová, 2007).

Podle Říčana (2004) nám naše rodičovská role umožňuje začít znovu svůj vlastní život. Vágnerová (2007) pracuje s podobnou myšlenkou. Rodičovská role přináší člověku možnost osobnostního rozvoje. Prostřednictvím nových zkušeností se mění směr uvažování a emoční prožívání. Získání rodičovské role ovlivňuje mezilidské vztahy, mění vztah k partnerovi či vlastním rodičům. Rozvíjí sebeobětování, empatii, inteligenci emoční i sociální.

Základ rodičovské role se podle Matějčka (1994) vytváří již v dětství. Klíčovým obdobím pro rozvoj rodičovské role se stává střední školní věk, kdy děti přijímají mužskou nebo ženskou roli. V tomto období lze také pozorovat náznaky rodičovského chování k mladším dětem. Lacinová a Škrdlíková (2008) tvrdí, že do naší role rodiče se promítají zážitky a zkušenosti s vlastními rodiči. Tak jak, na člověka působili v dětství rodiče, tak působí člověk nyní na své děti. Vzorce chování, prožité události, způsob výchovy, to vše si člověk přenáší do rodičovské role. Vágnerová (2007) doplňuje tento fakt o skutečnost, že působení rodičů může být pozitivní či negativní, což ovlivňuje vlastní touhu po získání rodičovské role.

Správně vykonávaná role rodiče má pro dítě obrovský význam, protože rodiče svými rolemi a jim odpovídajícím chováním poskytují dítěti model obou pohlavních pólů. Oba rodiče přináší podstatné, avšak rozdílné, zkušenosti tvořící nezbytné podmínky vývoje dítěte. Jejich role se navzájem liší a mají své charakteristické znaky (Šulová, 2004).

Špaňhelová (2010) zdůrazňuje, že muž a žena jakožto rodičové jsou dítěti správným vzorem, zejména vytváří-li jednotu, projevují si lásku a respekt. Matka, otec a dítě vytváří trojúhelník, pomocí něhož se dítě učí, jak má přistupovat k lidem, jak má zacházet se světem (Ballnik, 2012).

Ačkoliv jsou muž a žena ve svých rodičovských rolích rozdílní, jejich jednání by se mělo v určitém směru shodovat. Dítě na základě toho chápe rodiče jako dva rozdílné jedince se svým vlastním charakterem, způsobem jednání a reagování (Brisch, 2012). Jak říká Vágnerová (2007) muž i žena by měli být tomu druhému spolurodičem. Měli by spolu sdílet povinnosti týkající se dětí a být spolu ve shodě.

2.3.1 Role matky

„Mateřství je velký úkol; i když v sobě skrývá radost, je to také obtížná a často stresující práce“ (Richardson, in Nicolson, 2001, 12). *„Zasahuje do vztahu ženy k mužům a ostatním ženám a mění zavedený systém v zaměstnání, doma i v sexuálním životě“* (Nicolson, 2001, 12). Podle Nicolsonové (2001, 7) se získáním mateřské role *„mění vztahy ženy, její tělo, její identita, její chování a perspektivy jejího dalšího života. Je to hluboce osobní prožitek“*.

Dalo by se říci, že přechod k rodičovství je náročnější v případě matky. Přináší zodpovědnost, nové povinnosti a zásadně mění dosavadní životní styl, protože matka se dočasně vzdává profesní role, nastupuje na mateřskou dovolenou. Od ženy se očekává, že se obětuje, vzdá svých potřeb v maximální prospěch dítěte. Mohou se objevit pocity izolace, neochota seberealizace jinou formou a nízké sebehodnocení (Vágnerová, 2007).

Podle Vágnerové (2007) má mateřská role jasně vymezená práva i povinnosti. Od mateřské osoby se očekává zejména péče o dítě spojená s láskou a empatií. O dítě pečuje, vychovává ho a zpravidla má dominantní úlohu v rozhodování o životě dítěte. Avšak role matky má dva protikladné póly. Na jednu stranu je vysoce ceněna, na stranu druhou představuje v dnešní společnosti znevýhodnění.

Formálně získává žena status matky porodem, avšak ztotožnění se s rolí matky a emocionální navázání vztahu k dítěti se může rozvinout až během prvního roku (Brisch (2012)). Primární osobou významnou pro vývoj dítěte je právě matka, která je ke své roli disponovaná. Matka se snaží o udržování neustálého kontaktu s dítětem a zajišťování veškeré péče zabezpečující dítěti pohodlí (Šulová, 2004). Matka do vztahu s dítětem přináší bezpodmínečné přijetí a lásku. Zajišťuje dítěti jistotu a ochranu, které dítě potřebuje během poznávání světa. Matka stejně jako otec jsou dítěti příkladem v chování, postojích, názorech, rozdělení rolí. Mimo jiné představuje dítěti model ženské role (Špaňhelová, 2010).

Erickson (1968) považuje matku za nejvýznamnější vztaznou osobu zejména v prvních letech života dítěte. Matka od narození o dítě pečuje, vychovává ho. Na základě jeho jednání ho chválí či trestá, čímž dbá na dodržování stanovených pravidel a hranic. Matka hraje klíčovou roli ve vytvoření důvěry ke světu a považováním za bezpečné místo během vývoje.

Matka se podílí více na slovní interakci s dětmi. Ovšem do činnosti dětí zasahuje spíše v negativním smyslu, oproti otci, jehož čas s dětmi je vyplněn z velkého množství hrou. V dnešní době se mnohdy stává matka větší hrozbou než otec. Avšak právě matku považují děti za zdroj komfortu a starostlivosti (Lytton, 1980).

Často se spojuje role matky s rolí ženy v domácnosti, která na rozdíl od mateřství nemá takovou prestiž. Žena se stává navíc ekonomicky závislá na partnerovi nebo státní politice (Vágnerová, 2007).

2.3.2 Role otce

Na rozdíl od minulosti se role otců v současné době změnila. Dříve byli muži považováni pouze za živitele rodiny, avšak nyní se více zapojují do rodinného dění, do péče o dítě. Dochází k obratu od pasivního otcovství k aktivnímu, pečovatelskému otcovství (Sedláček & Plesková, 2008).

Role otce se spolu s rolí matky doplňuje. Má svůj specifický význam. Bývá spojována s experimentováním, s vyhledáváním nových zážitků a nových aktivit. Mezi dítětem a otcem probíhají velmi živé interakce a málokdy v této interakci projevuje dítě nelibé pocity (Šulová, 2004).

Otec je považován za významného činitele v kontaktu mezi společností a dítětem, čímž usnadňuje dítěti vstup do prostředí mimo rodinu. Hraje důležitou roli v socializaci dítěte, protože svým způsobem odděluje dítě od matky a nabízí mu cestu k novým sociálním podnětům. „*Otcové tím, že děti při hrách častěji pošťuchují, narušují jejich rovnováhu, nutí je přizpůsobovat novým situacím a reagovat na obtíže*“ (Labrell in Šulová, 2004, 139). Má významný podíl na přijetí pohlavní identity dítěte, na kognitivním vývoji na základě svého specifického způsobu komunikace. Utvářením interakčního chování se podílí na vývoji sociálním (Šulová, 2004). Otec napomáhá dítěti s rozvojem pocitu vlastní hodnoty a zdravého sebevědomí (Ballnik, 2012).

Interakce mezi otcem a dítětem není jednosměrná. Dítě není pouze pasivním členem, ale také aktivním činitelem, protože i ono poskytuje otci významné podněty. Nejenom že zvyšuje jeho sebeúctu, ale poskytuje mu zpětnou vazbu o tom, jaký je otec a tím podněcuje jeho sebereflexi (Ballnik, 2012).

Vágnerová (2007) charakterizuje roli otce jako roli více proměnlivou a v podstatě těžce vymežitelnou. Od role mateřské se odlišuje v mnoha aspektech. Na otce nejsou společností kladeny takové nároky jako na matku. Celkově se k otcům přistupuje s větší tolerancí. Z toho také vyplývá, že otcovská role není natolik prestižní. Muž není v takové míře hnán biologickou potřebou mít děti. Vztah mezi dítětem a otcem se vytváří pozvolna a pomaleji, jelikož otec není připravován na příchod dítěte těhotenstvím jako žena, tudíž naladění na roli otce závisí na jeho vůli nikoliv na vlivu hormonů a pudů. Vágnerová uvádí, že se jedná o roli sekundární, která ve vztahu k mateřské roli ji doplňuje a obohacuje. Je plně závislá na přítomnosti ženy jako matky. Vztah otce a dítěte není výhradní a zdá se být zranitelnější než vztah matky s dítětem.

Vzhledem k faktu, že otec netráví během dne tolik času s dítětem jako matka, tak první významný podnět, který otec do vztahu s dítětem přináší je čas, který spolu prožijí. Dále mu poskytuje stejně jako matka ochranu a jistotu vyplývající z otcovy rozhodnosti, lásku, vzor a model mužské role. Dítě obecně vnímá, že se otec liší od matky. Jeho opora, jistota a rozhodování se od matčiných odlišují (Špaňhelová, 2010).

Špaňhelová (2010) zdůrazňuje význam role otce pro dítě a rodinu. Otec ochraňuje celou rodinu. Buduje vztah spolu s dítětem a matkou. Je matce podporou a oporou. Dítě všechno toto vnímá, včetně jeho ochoty se na rodinném životě podílet.

3. Specifika života s dvojčaty

Jak již bylo několikrát zmíněno, narození dítěte považují lidé za radostnou, ale zároveň i náročnou životní událost. Tyto pocity se zdvojnásobují, pokud se rodičům narodí dvojčata. Život s novorozеныmi dvojčaty nabírá odlišné rozměry než život s jedním novorozencem. Život s dvojčaty klade na jedince větší nároky. Je zapotřebí dvojnásobek energie, času, financí, úsilí a trpělivosti. Vyžaduje zapojení obou partnerů, maximální podporu a spolupráci partnerů, ale i širší rodiny. Na druhou stranu přináší do rodiny dvojnásobek radosti a štěstí. Narozením dvou dětí současně se mění celý život rodiny. Podle Leonardové a Dentonové (2006) znamená vícečetné rodičovství pro rodinu podstatné psychosociální, vývojové, vzdělávací a ekonomické důsledky, se kterými se musí vyrovnávat.

Ačkoliv je narození dvojčat pozitivní událostí, zároveň se pro rodiče stává stresující situací. Největšími stresory podle rodičů jsou nedostatek spánku, množství vyžadované práce, nedostatek času na partnera, nezvládnutí obstarávání záležitostí kolem domácnosti. Za obrovský stres rodiče také považují dělení času mezi dvojčata a starší dítě (Garfield in Theroux, 1989).

Neifertová a Thorpe (1990) nazývají dvojčata jako „hard hapiness“ neboli volně přeloženo jako obtížné štěstí. Mnoho rodičů zpětně hodnotí období do jednoho roku dvojčat jako nejnáročnější období v jejich životě. Dvojčata poskytují rodičům unikátní zkušenost plnou výzev začínající už během těhotenství a vrcholící po porodu v kontaktu s realitou.

3.1 Adaptace na život s dvojčaty

Adaptace na život s dvojčaty ve své podstatě začíná už během těhotenství. Reakce rodičů na vícečetné těhotenství bývají ambivalentní. Zahrnují kombinaci šoku, strachu, úzkosti s pocity hrdosti a radosti (Leonard & Denton, 2006). Nysová, Colpinová, De Munterová a Vandemeulebroecková (1998) ve svém výzkumu zjistily, že 54 % žen prožívalo po diagnóze vícečetného těhotenství pozitivní pocity a 39 % negativní. Pro rodiče se může jednat o takový šok, že jim trvá nějakou dobu, než se s novou životní událostí vyrovnají.

Podle Spillmana (1987) negativní emoce po oznámení, že rodiče čekají dvojčata, vyplývají z obav o nenarozené děti a možné komplikace během těhotenství či porodu, o zvládnutí péče o dvě děti současně, o finanční zvládnutí situace, reakci rodiny a okolí či z obav o vlastní zdraví. Spillmanová (1999) dále rozlišuje obavy mladších a starších matek. Mladší se obávají více finančních problémů a praktické stránky života s dvojčaty, zatímco starší matky svůj strach zaměřují na své zdraví a zdraví dvojčat.

Therouxová (1989) považuje časnou diagnózu pro rodiče za velmi výhodnou k připravení se na roli rodiče dvojčat a vytvoření vztahu k dětem. Samotné těhotenství je vhodnou dobou pro naplánování organizace života po porodu dvojčat a získávání informací.

Rodiče ke správné adaptaci potřebují poskytnutí vhodného poradenství, aby získali dostatečné množství informací o péči, krmení, výbavě, emocionálních výzvách, situacích, které mohou v životě s dvojčaty nastat. Tyto informace by měli získat již během těhotenství a při pobytu v nemocnici od lékařů a zdravotnického personálu. Mnohdy tyto užitečné informace rodiče získávají prostřednictvím svépomocných, podpůrných skupin od ostatních rodičů dvojčat (Bryan, 2002). Setkáváním s dalšími rodiči dvojčat partneři zjišťují, že jsou i jiní v této situaci. Díky nim získávají emocionální podporu, mohou si vyměňovat zkušenosti, případně i vybavení (Theroux, 1989).

Mnoha rodičům může trvat dlouhou dobu, než se smíří s faktem, že čekají dvojčata. Přijetí jim neusnadňuje určité nepochopení ze strany okolí, které považuje narození dvojčat za šťastnou událost, ze které by měli být rodiče samozřejmě nadšeni (Spillman, 1999).

Porod dvojčat stejně jako vícečetné těhotenství bývá rizikovější vzhledem k možným komplikacím během porodu i těhotenství. Dvojčata se obvykle rodí předčasně s nižší porodní váhou. Zůstávají dlouho v péči lékařů na neonatologické jednotce. Domů často neodchází současně (Rulíková, 2002). To vše ztěžuje rodičům adaptovat se na život s oběma dvojčaty a také vytvořit si k nim kvalitní vztah.

Další náročnou událostí vyžadující adaptaci je příchod matky s dvojčaty domů. Matka mnohdy pociťuje nejistotu a úzkost, protože je nyní na péči o dvojčata sama. Nemocnice jí poskytovala bezpečí. Bylo zde vybavení a zdravotní personál v případě vzniku komplikací (Spillman, 1999). Příchodem domů zažívá matka šok, protože se ocitne v realitě starání se o dvojčata, což si do té doby jenom představovala.

Směsice pocitů se u rodičů objevuje i po příchodu z porodnice. Rodiče prožívají radost, pýchu, úlevu avšak současně i rozhořčení, nedostatek sebedůvěry, zlost a úzkost (Neifert a Thorpe, 1990). Goshen-Gottsteinová (1980) doporučuje, aby rodiče o svých ambivalentních pocitech mluvili, nejlépe s neutrálním jedincem. Díky tomu se se svými negativními pocity lépe vyrovnají a zabrání tak případnému rozvoji patologie.

Vzhledem k těmto ambivalentním pocitům často vycházejících z vyčerpání a nedostatku spánku, radí Neifertová a Thorpe (1990), aby byl v prvních dnech příchodu z porodnice matce k dispozici někdo z rodiny a pomohl jí v péči o dvojčata, starší dítě a domácnost. Pokud se pomoci ze strany rodiny matce nedostává, zvyšuje se riziko výskytu poporodní deprese a dalšího onemocnění. Nysová et al. (1998) vyzorovaly ve svém výzkumu, že 92 % matek očekává pomoc bezprostředně po porodu dvojčat. Právě tato pomoc a podpora pomáhá matce překonat stres po porodu dvojčat.

Příchod matky s dvojčaty do domácího prostředí zasáhne všechny členy rodiny, tedy i otce či starší sourozence. V období prvních měsíců se rodina jako celek musí vyrovnávat s fyzickými, psychickými, ekonomickými i sociálními nároky spojenými s narozením dvojčat (Rulíková, 2002).

3.2 Péče o dvojčata

Pečovat o dvě děti, které mají v jeden moment stejné potřeby je mnohem náročnější než pečovat o jedno dítě. Veřejnost si mnohdy nedokáže představit, jak náročné může být pečování o dvojčata. Přitom krmení dvojčat vyžaduje více energie a času stejně jako uspávání, koupání, přebalování. Ani procházky nejsou méně náročnou situací, protože obléct dvě děti zároveň, připravit je do kočárku, pohybovat se v obchodech s dvojkočárkem se stává značnou komplikací. Navíc poté, jak začnou děti chodit a poznávat svět, vyžaduje péče o ně dvojnásobek pozornosti. Ainslie (1997) tvrdí, že matky se cítí vyčerpané a zahlcené, protože uspokojování potřeb dvou dětí současně je fyzickou i psychickou zátěží zvyšující stres matek.

Péče o dvojčata bývá náročnější ihned po narození, protože jak během těhotenství tak zejména po narození vyžadují často zvýšenou lékařskou péči vzhledem k již zmíněné nízké porodní váze, předčasnému narození či onemocnění (Bryan, 2002). Aby matka zvládla dobře v prvním roce péči o dvojčata, je výhodné mít s partnerem dobrý a bezpečný vztah.

Otec je v případě dvojčat více zapojen do péče než otec jednoho novorozence. Čím dříve se naučí rozpoznávat potřeby dětí a starat se o ně, tím lépe. Pro otce samotného se jedná o náročnou zkoušku, ve které musí skloubit rodinu a zaměstnání (Leonard & Denton, 2006).

Spillmanová (1999) považuje roli otce v péči o dvojčata za zásadní. Otcové by měli být zapojeni ihned od začátku, tedy už i v těhotenství. Otcové samotní si péči o dvojčata užívají a díky jejich aktivitě lépe vycházejí se svými partnerkami. Starší děti zvládají příchod dvojčat snáze a celkově rodina funguje dobře. Spillmanová dokonce podotýká, že není-li otec zapojen do péče o dvojčata, mnohdy hledá uspokojení jinde, například v práci, nebo může vyhledávat vztahy mimo rodinu. Triasová (2006) tvrdí, že zapojením otce se stává péče o dvojčata individualizovanější a umožňuje udržovat režim jednotlivého dítěte.

Vzhledem k tomu, že péče o dvojčata vyžaduje více času, došla Goshen-Gottsteinová (in Lytton 1980) ve svém výzkumu k závěru, že matky dvojčat věnovaly 35-39 % svého času péči o dvojčata, načež matky jednoho dítěte pouze 22-29 %. Matky se shodly, že za nejvíce časově náročné považují uspokojování fyzických potřeb dětí. Matky dvojčat měly na své děti méně času. Více času, stejně jako ostatní členové rodiny, se musely věnovat domácím pracím. Neifertová a Thorpe (1990) prezentovali výsledky výzkumu matek dvojčat se zajímavými výsledky. Matky hodnotily za nejméně obtížné přebalování dvojčat, hraní si s nimi a udržování disciplíny. Za hlavní problémy považují krmení dvojčat a nastavení jejich režimu. Ovšem 40 % matek označilo za nejvíce obtížné zvládnutí domácích prací.

Kojení dvojčat je náročnější, ale možné. Ke kojení dvojčat se matky podle Leonardové a Dentonové (2006) vyjadřují různě. Pro některé se kojení stává obtížnou, stresující, časově náročnou denní událostí. Jiné popisují kojení dvojčat za pohodlné, časově úsporné, probíhající bez větších komplikací. Avšak k dosažení pozitivních pocitů z kojení a úspěchu je zapotřebí podpora, povzbuzení a pomoc partnera či laktační poradkyně.

Na základě výzkumu péče matek o dvojčata lze pozorovat dva mateřské přístupy. V jednom matky dbají na maximální individualizaci vztahu s každým dítětem a nastavení jejich individuálního programu. V druhém zacházejí s dětmi jako s celkem, tím že jsou krmení současně, budí je současně (Campbell, van Teijlingen & Yip, 2004). Flaisová

(2009) ovšem důrazně doporučuje pro zvládnání péče dvojčata nastavit stejný režim. To považuje za nejlepší způsob, jak zvládnout první rok života s dvojčaty.

Péče o dvojčata je náročnější na pozornost a uspořádání. Proto kvůli bezpečnosti dochází často k omezování v takových oblastech, které jsou pro samostatně narozené děti normální, například plavání v bazénu, výlety, interakce s ostatními dětmi, učení sociálním dovednostem, jako je oblékání. Omezování v získávání takovýchto zkušeností má vliv na emocionální a kognitivní vývoj dětí, proto je vhodné využít pomoci okolí, aby o tuto stimulaci děti nepřicházely (Leonard & Denton, 2006).

Leonardová a Dentonová (2006) dokazují, že se rodiče mnohdy bojí říct si o pomoc. Na jedné straně si nechtějí nechat zasahovat do soukromí, na druhé straně mají pocit selhání, nekompetentnosti a ohrožení jejich statusu rodiče. Nechtějí připustit, že nejsou schopni jejich situaci zvládnout sami. Platí zde rady jako v případě jednoho dítěte: plánovat, mluvit o rozdělení péče o děti či o domácnost, určit si zdroj možné podpory.

Therouxová (1989) považuje pomoc a zapojení rodiny či přátel při péči o dvojčata za nezbytné. Umožňuje rodičům si odpočinout, načerpat energii nebo udělat si čas na partnera. Piontelliová (2002) tvrdí, že pouze málo matek se dokáže postarat o dvojčata bez jakékoliv pomoci. Pomoc druhých je pro matku dvojčat nesmírným přínosem. Z rodiny se zapojují zejména rodiče, starší sestry, tchýně.

3.3 Interakce rodič-dvojčata

Vztah mezi matkou a dvojčaty se liší od vztahu matky s jedním dítětem. Probíhá v trojúhelníku, kdy základní dyádu tvoří dvojčata samotná (Sandbank, 1999). Což má značný vliv na připoutání dítěte k matce a naopak. Rodiče samotní jsou často znepokojeni o vlastní schopnosti vytvořit vazbu ke dvěma dětem zároveň. Podle Bowlbyho principu monotropie je možné, aby si matka vytvořila v jednom momentě kvalitní vazbu pouze k jednomu dítěti (Bryan, 2003). Neifertová a Thorpe (1990) oponují, že to možné je, ačkoliv to vyžaduje více emocionální investice.

Leonardová a Dantonová (2006) tvrdí, že po narození by mělo docházet k minimální separaci matky od dvojčat i vzájemného oddělení dvojčat, aby se ulehčila nesnadná situace vytvořená narozením dvou dětí zároveň. Podle nich je attachment v případě dvojčat možný, ale složitější. Probíhá ve dvou stádiích. V prvním si matka utváří vztah

k dvojčatům jako jednotě a v druhé fázi k jednotlivému dítěti. Podle Damatoové (2004) vytvoření kvalitní vazby ovlivňují v případě dvojčat například pohyby plodů v těhotenství, věk matky, duševní pohoda matky, kvalita partnerského vztahu. Gromada (1981) tvrdí, že trvá měsíce, než si matka vytvoří vazbu k jednotlivému dítěti. První krok k vytvoření kvalitní vazby spočívá v rozpoznání rozdílů v chování, vzhledu a osobnostních charakteristikách dvojčat. Druhým významným faktorem je čas.

Na základě tvrzení Leonardové a Dantonové (2006) vyplývá, že k vytvoření zdravé vazby může přispět i zdravotnický personál právě tím, že pomůže rodičům identifikovat podobnosti a rozdíly mezi dvojčaty, rozpoznat jejich preference a zejména podpoří-li rodiče v kontaktu skin- to- skin ihned po porodu. Zdravotní sestry mohou k vytvoření vazby také pomoci tím, že umožní rodičům trávit, co nejvíce času spolu s dětmi o samotě. Therouxová (1989) upozorňuje, že komplikace při porodu či předčasné narození dvojčat může značně zkomplikovat vytvoření vazby. Rodiče trpí pocity viny a selhání, což negativně ovlivňuje navázání rovnocenného vztahu k oběma dětem.

Na základě principu monotropie lze tvrdit, že může docházet k upřednostňování jednoho dítěte (Gromada, 1981). Tento problém v utvoření vazby nastává v případě, že musí jedno z dvojčat zůstat po porodu v nemocnici, zatímco druhé odchází domů. Rodiče mají poté tendenci vztahovat se ke zdravému dítěti, k tomu co odchází domů, ačkoliv ochranné postoje a pozornost je věnována tomu menšímu (Bryan, 2003). Naopak Ainslie (1997) tvrdí, že si matka vytváří silnější vazbu k dítěti slabšímu, nemocnému tedy tomu, které zůstává v nemocnici déle.

Mírné upřednostňování jednoho dvojčete, ačkoliv nevědomky, lze pozorovat i v pozdějším věku. Zde to souvisí s charakteristikami dětí. Oblíbenější je dvojče, které má rozvinutější verbální schopnosti, načež druhé dominuje v neverbálních schopnostech. Preferované dvojče vykazuje větší připoutání k matce, je poslušnější a nevykazuje tolik nekázně (Lytton & Gallagher, 2002).

Pons a Frydman (1998) uvádí, že ve vztahu matky k dvojčatům stejně jako v péči o ně lze pozorovat dva protikladné přístupy. V prvním matka popírá individuální stránku každého dítěte a chová se k nim jako k jednomu člověku. Aby zajistila oběma stejné podmínky, využívá rovnostářský postoj. V druhém pólu naopak podporuje individualitu dvojčat, respektuje jejich individuální potřeby a vytváří si s každým individuální vztah.

Podle Leonardové a Dentonové (2006) je důležité zacházet s dětmi jako s jednotlivci a ne jako jednotkou. Rodiče by si měli organizovat program tak, aby dítě trávilo čas s jedním rodičem o samotě a druhé s druhým rodičem. K vytvoření individuality Bryanová (2002) doporučuje zanechat rovnostářských tendencí a neoblékat dvojčata do stejného oblečení, nekupovat jim stejné hračky, nedávat jim podobná jména, nedělat s nimi všechno stejně a současně. Rulíková (2002) dodává, že by ale rodiče měli dělat opatření k zachování identity dvojčat s citem a opatrně. Pozorovat, co samotné děti vyžadují a nedělat nic s násilím například je vzájemně oddělovat.

Lytton (1980) ve svém výzkumu dokázal, že dvojčata oproti jednomu dítěti vykazují více attachment chování k otci, což lze přisuzovat dělení péče mezi matku a otce, tedy tomu, že se v případě dvojčat se otcové zapojují do péče o děti více. Podle Triasové (2006) se dá se říci, že otec představuje druhou, náhradní matku, čímž přetváří vztah triadický na kvadratický tvořený dvěma dyádami matka-jedno dítě, otec- druhé dítě. Matka se tedy přiklání k jednomu dítěti a otec k druhému.

Dvojčata musí sdílet matčinu a otcovu pozornost. Komunikace probíhá vždy v jakémsi trojúhelníku. Dvojčata málokdy zažívají samotu, a proto se může objevit soupeření a více konfrontačního chování. Rodiče dvojčat mívají problémy s disciplínou dětí, když jsou spolu (Leonard a Denton, 2006). Bryanová (2002) konstatuje, že tím, jak jsou dvojčata zbavena samoty a klidu, mají zhoršené podmínky k získání soběstačnosti a sebeuvědomění. Aby získala pozornost matky, využívají různé až agresivní strategie, jako jsou záchvaty vzteku.

Lytton (1980) potvrzuje, že dvojčata ovlivňují kvalitu i kvantitu verbální interakce mezi matkou a dítětem. Podle něj rodiče mluví více na jednotlivě narozené děti než na dvojčata. V případě dvojčat mají matky méně příležitostí a času komunikovat s jedním z dvojčat v nepřítomnosti druhého. Slovní interakce na různých úrovních bývá v rodinách s dvojčaty snižena. Matky méně mluví na své děti, používají kratší a gramaticky jednodušší věty. Vzhledem ke snížené kvantitativně používané řeči se ve vzájemné komunikaci vyskytují méně zákazy, příkazy, návrhy, vysvětlení či chvála. Na základě toho i dvojčata mluví méně a méně reagují na podněty od svých rodičů.

Rodiče jednoho dítěte podle Lyttonova (1980) výzkumu projevují více lásky a pozitivních reakcí než rodiče dvojčat, avšak to neznamená, že je méně milují. Rodiče se mnohdy domnívají, že není potřeba být natolik v interakci s dvojčaty ať už verbálně

nebo neverbálně. Toto chování lze zdůvodňovat mylnou představou rodičů o soběstačnosti dvojčat, která si podle nich vystačí sama. Rodiče nechtějí zasahovat do interakce dvojčat. Tím se ale prohlubuje izolace od světa dospělých a dochází ke zpomalování ve vývoji.

Leonardová a Dentonová (2006) potvrzují, že se v rodinném životě s dvojčaty projevuje vazba vzniklá mezi dvojčaty. Někteří rodiče si myslí, že ji nelze porušit a na základě tohoto mínění s dětmi jednájí. Což může mít pro budoucí život dvojčat zásadní následky ve smyslu neschopnosti separace od druhého dvojčete či vytvoření samostatné identity. Ainslie (1997) upozorňuje na fakt, že pokud rodiče podporují specifickou vazbu mezi dvojčaty a posílají je si hrát samotné, způsobují tím další komplikace. V tomto případě ve vztahu k nim samotným, protože může docházet k oslabení až vymizení emocionální vazby k nim jako rodičům.

Mezi dvojčaty pozorujeme mnohdy naopak i značnou rivalitu. Rodiče tím, jak se snaží nastolit mezi dvojčaty rovnováhu, vyhovovat potřebám dvojčat, které soutěží o rodičovskou lásku a pozornost, mohou v důsledku toho trpět frustrací, únavou i možným vyhořením (Bryan, 2002).

Snahou o kvalitní interakci rodičů s dvojčaty může trpět také starší dítě v rodině. Ačkoliv se rodiče snaží, tráví s ním nevyhnutelně méně času než před narozením dvojčat. Sourozenec se cítí zanedbávaný, izolovaný, protože už není středem pozornosti. Pozorujeme u něj významné změny chování s cílem získat pozornost rodičů zpět (Hay, McIndoe & O'Brien in Bryan, 2002). Starší sourozenci se cítí odstrčení, protože mají méně pozornosti nejen od rodičů, ale také od příbuzných, přátel či kolemjdoucích na ulici. Některé děti reagují velmi negativně či dokonce regresí na nižší vývojový stupeň (Piontelli, 2002). Flaisová (2009) doporučuje udělat si na starší dítě čas. Čas, který tráví jen s rodičem a během něhož se věnují takovým aktivitám, které si užívaly před narozením dvojčat. Další doporučení dává Rulíková (2002) ve své knize o dvojčatech. Podle ní je zapotřebí staršího sourozence na narození dalšího dítěte připravit, obzvláště jedná-li se o dvojčata. Užitečné je sourozence zapojovat do přípravy na život s dvojčaty. Zapojit ho do samotné péče o dvojčata, aby si nepřipadalo odstrčené, ale užitečné, což matce v mnoha případech opravdu je.

3.4 Socioekonomické hledisko života s dvojčaty

Finanční dopad narození dvojčat na rodinný rozpočet je značný. Campbellová et al. (2004) uvádí, že narození dvojčat vyžaduje mnoho finančních výdajů v jeden okamžik a to hned dvojnásobných. Rodina má obrovské výdaje zejména u předčasně narozených dvojčat a dvojčat se speciálními potřebami. Rodinná situace vyžaduje mnohdy koupi nového domu, úpravu stávajícího bytu, stěhování, koupi většího automobilu, kočárku pro dvojčata. I množství peněz vydaných za kojenecké potřeby jsou vyšší než v případě jednoho dítěte. (Leonard & Denton, 2006). Ženy většinou odchází z důvodu zdravotních komplikací dříve ze zaměstnání. Muži musí v některých případech brát práci navíc či být déle v zaměstnání, aby získali více financí místo toho, aby byli s rodinou (Bryan, 2002).

Navzdory zjištění, že se příjem rodiny po narození dvojčat zmenšil a výdaje jsou dvakrát vyšší, nemají rodiny nárok na finanční podporu státu. Tento druh podpory je obvykle k dispozici pouze pro rodiny s velmi nízkými příjmy.

Ačkoliv zákon o státní sociální podpoře výslovně situaci narození dvojčat oproti minulosti neupravuje, tak pro rodiče dvojčat platí následující podmínky. Rodiny dvojčat mají nárok na porodné v případě, že jejich příjmy za poslední čtvrt rok nepřesahují 2,7 násobek životního minima. Pokud se dvojčata narodí do rodiny první, tedy jako první a druhé narozené dítě, dostane rodina dvojčat 13 tisíc korun na první narozené dítě a 10 tisíc korun na druhé dítě. V případě, že už v rodině jedno dříve narozené dítě žije, má nárok rodina pouze na 10 tisíc korun za druhé narozené dítě a pokud jich už mají více, tak nemají nárok na žádné (Zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře, 1995).

Mateřská dovolená ženy s dvojčaty trvá 37 týdnů, na rozdíl od 28 týdnů ženy s jedním dítětem. Podmínky pro získání nároku na peněžitou pomoc v mateřství jsou podle zákona o nemocenském pojištění stejné jako pro všechny ostatní pojištěnce. Ve zkratce lze říci, že výše příspěvku se vypočítá jako 70 % denního vyměřovacího základu nemocenského pojištění, a to v případě, že byl člověk účastníkem na nemocenském pojištění nejméně po dobu 270 dní během 2 let před nástupem na mateřskou dovolenou (Zákon č. 187/2006 Sb., o nemocenském pojištění, 2009).

Co se týče rodičovského příspěvku, tak i přestože matka pečuje o dvě stejné staré děti zároveň, má nárok pouze na jeden rodičovský příspěvek, protože nezáleží na počtu dětí. Rodičovský příspěvek slouží jako náhrada mzdy, jako odměna matce za péči o dítě.

Rodičovský příspěvek se vztahuje k nejmladšímu dítěti v rodině, pokud jsou tedy dvojčata prvními dětmi v rodině, považuje se za nejmladší to dvojče později narozené. Zákon o státní sociální podpoře udává, že nárok na rodičovský příspěvek má rodič, který o mladší dvojče pečuje osobně, řádně a celý kalendářní měsíc. Upravuje také další podmínky čerpání rodičovského příspěvku (Zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře, 1995).

V případě nízkých příjmů si rodiny mohou zažádat o přídatky na děti nebo příspěvek na bydlení, které se posuzují na základě výše příjmu rodiny (Zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře, 1995).

Výše uvedená fakta mají poukázat na skutečnost, že finanční situace rodin s dvojčaty není lehká a mnohdy se stává obrovským zdrojem stresu. V porovnání s rodinami, které mají děti narozené s určitým časovým odstupem, jsou rodiny dvojčat znevýhodněné. Ačkoliv porodné získají obě dvě rodiny, rodiny s dvěma dětmi narozenými po sobě získají dvakrát peněžitou pomoc v mateřství, rodičovský příspěvek čerpají v případě menšího věkového rozdílu dětí déle a v případě většího věkového rozestupu získají dva příspěvky.

Pomoc mohou rodiny s dvojčaty získat v klubech pro dvojčata a vícerčata, kde v případě nouze mohou prostřednictvím sbírek získat finanční pomoc, ale zejména vypůjčit si vybavení pro dvojčata a tím ušetřit značnou sumu peněz.

První Klub dvojčat a vícerčat v České republice byl založen v Praze v roce 1995 po vzoru britského sdružení TAMBA. O založení se zasloužila Klára Rulíková Vítková. Poté vznikly kluby i v jiných městech, jako Olomouci, které bylo prvním klubem pro dvojčata na Moravě, dále ve Zlíně, Přerově, Brně, Plzni atd. (Rulíková, 2002). V současnosti existuje v ČR více jak 40 klubů pro rodiče s dvojčaty a vícerčaty. Kluby pořádají různé akce, ale jejich cíle jsou v podstatě stejné. Snaží se zejména o podporu a pomoc rodinám s dvojčaty, také o jejich vzdělávání. Usilují o zvýšení povědomí veřejnosti o specifikách života rodin s dvojčaty, podněcují k dalšímu výzkumu v oblasti života s dvojčaty, spolupracují s jinými organizacemi zaměřujícími se na práci s dvojčaty. Užitečné pro matky s dvojčaty je zejména vyměňování zkušeností či vybavení s ostatními maminkami dvojčat. Výše zmíněných cílů se snaží dosáhnout mimo jiné organizováním pravidelného setkání dvojčat v ČR, které se uskutečňuje od roku 2004 a také organizováním mezinárodních konferencí o dvojčatech (Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícerčaty, 2015).

4. Výzkumný problém, cíl výzkumu a výzkumné otázky

Ačkoliv narození dvojčat vzbuzuje nejen u odborné ale i laické veřejnosti značný zájem a přítomnost rodin s dvojčaty ve společnosti není nijak zvláštním jevem, v českém prostředí výzkumů vztahujících se k problematice života s dvojčaty není mnoho. Naopak v zahraničí najdeme literatury i výzkumů na toto téma nespočet. Rozhodla jsem se proto, že se ve výzkumné části práce zaměřím právě na tuto oblast, konkrétně na proměnu partnerského vztahu a rodinného života poté, co se narodila dvojčata. Mnohé výzkumy totiž často sledují proměny partnerského vztahu po přechodu k rodičovství obecně, po narození jednoho dítěte, ovšem informací o náročné situaci v rodině s dvojčaty, o tom jaký dopad to má na kvalitu partnerského vztahu v porovnání s narozením jednoho dítěte, jaké změny rodiče pociťují a prožívají, je stále nedostatek.

Výzkumný problém bakalářské práce tedy spočívá ve zkoumání prožitku proměn partnerského vztahu a rodinného života po narození dvojčat ze strany muže i ženy a pochopení psychologických aspektů narození dvojčat v oblasti partnerského vztahu. **Cílem výzkumu** je zmapovat, jak se z pohledu obou rodičů změnil jejich partnerský vztah a vybrané aspekty fungování rodiny po narození dvojčat. S ohledem na výzkumný cíl byly stanoveny následující **výzkumné otázky**:

1. Jak se změnil partnerský vztah rodičů dvojčat v oblasti volného času?
2. Jak se změnila vzájemná komunikace mezi rodiči dvojčat?
3. Jak se změnil sociální kontakt rodičů s okolím?
4. Jak se změnil chod domácnosti po narození dvojčat?
5. Jaké nejvýznamnější změny rodiče pociťují?

5. Metodologický rámec výzkumu

V závislosti na předmětu a cílu výzkumu byl zvolen kvalitativní přístup jako nejvhodnější forma výzkumu. Dle Miovského (2006) se zaměřuje na popis, analýzu a interpretaci nekvantifikovaných jevů. Podle Strausse a Corbinové (1999) se kvalitativní výzkum používá tam, kde se zkoumají životy lidí, chování lidí a jejich vzájemné vztahy. Dále také v případě, je-li záměrem výzkumu získání informací prostřednictvím zkušeností jedinců s daným jevem a pochopení jeho podstaty. Jak rozvádí Švaříček a Šed'ová (2014) kvalitativní výzkum spočívá v odhalení a interpretaci toho, jak lidé chápou, prožívají a vytvářejí sociální realitu.

Miovský (2006) zdůrazňuje několik základních principů kvalitativního přístupu. Klíčovými vlastnostmi je jedinečnost a neopakovatelnost. Dále kontextuálnost upozorňující na fakt, že mnoho psychologických jevů probíhá v určitém kontextu a neexistují obecné zákonitosti. K podstatným znakům patří také procesuálnost a dynamika zohledňující při výzkumu vývoj a průběh psychologického fenoménu. Neopominutelnou charakteristikou je reflexivita dokládající, že výzkumná osoba má podíl na jevu, který zkoumá, protože probíhající procesy určitým způsobem ovlivňuje.

Hendl (2012) uvádí, že kvalitativní přístup má své výhody a nevýhody stejně jako kvantitativní přístup. K jeho nevýhodám řadí subjektivnost, ovlivnitelnost výzkumníkem, nemožnost replikace, časovou náročnost sběru a analýzy dat. Vzhledem k tomu, že při kvalitativním výzkumu se npracuje s takovým počtem účastníků jako při kvantitativním výzkumu, za nevýhodu považuje i obtížnou zobecnitelnost na populaci. Výhody kvalitativního výzkumu spočívají v detailním popisu a poznání zkoumaného jevu či jedince, skupiny, události. Probíhá v přirozeném prostředí. Díky své pružnosti reaguje a přizpůsobuje se stávajícím podmínkám a situacím.

Jako typ výzkumu v rámci kvalitativního přístupu byla vyžita vícečetná případová studie. Vícečetná nebo také mnohonásobná proto, že je pracováno s několika osobami, rodinami. Podle Hendla (2012) je principem případové studie podrobné studium případu a to buď jednoho, nebo více. Protože cíl případové studie spočívá v zaznamenání složitosti a celistvosti případu včetně popisu vztahů, je shromažďováno co největší množství údajů. Stake (in Hendl, 2012, 105) chápe případovou studii jako „*úsilí o porozumění určitému sociálnímu objektu v jeho jedinečnosti a komplexitě*“. Podle Roberta Yina

(in Miovský, 2006) je vhodná ve výzkumech, kde jsou výzkumné otázky ve formě jak a proč. Také je-li zkoumaný jev aktuální či v reálném životním kontextu.

5.1 Výzkumný soubor

Základní soubor výzkumu tvořily rodičovské páry s dvojčaty. Základním kritériem pro výběr respondentů byla věková hranice dvojčat od dvou do tří let. Daná věková hranice byla zvolena, aby rodiče měli možnost změny v partnerském vztahu a rodině zažít, uvědomit si a prožít. Zároveň však bylo zohledněno, aby rodiče dokázali stále změny dostatečně reflektovat.

K výběru rodičů byly použity dvě metody, metoda samovýběru a metoda prostého záměrného výběru. Obě dvě metody probíhaly současně. Metoda samovýběru se podle Miovského (2006) zakládá na nabídce potencionálním účastníkům zúčastnit se výzkumu a jejich aktivním projevením zájmu se do výzkumu zapojit. Nabídka možnosti přispět do výzkumu byla inzerovaná na webových a facebookových stránkách Centra pro rodiny s dvojčaty a vícerčaty v Olomouci a na facebookové skupině Dvojčata. Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícerčaty rozeslalo také emaily svým klientům. Svůj zájem aktivně projevil pouze jeden rodičovský pár. Miovský (2006) podotýká, že u této formy výběru hlavní nevýhoda spočívá v tom, že jedinci nejsou natolik motivovaní, aby se odhodlali aktivně kontaktovat výzkumnou osobu. Tento výsledek se dal očekávat i vzhledem k citlivosti tématu. Hlavní metodou výběru respondentů byl tedy prostý záměrný výběr, pomocí něhož jsou ve shodě se stanovenými kritérii cíleně vyhledáváni a oslovováni jedinci, kteří naše podmínky splňují a zároveň souhlasí s účastí ve výzkumu (Miovský, 2006). Kontakt na potencionální účastníky jsem získala prostřednictvím známých a kamarádů ačkoliv žádný z párů jsem osobně neznala. Celkem bylo osloveno devět rodičovských párů a žádný z nich účast na výzkumu neodmítl.

Výzkumný soubor tvoří tedy celkem deset rodičovských párů. Protože rozhovor probíhal vždy s oběma rodiči, získala jsem údaje od deseti mužů a deseti žen, celkem dvaceti respondentů. Ve výzkumném souboru se nevyskytl žádný pár žijící v nesezdaném soužití. Všechny rodičovské páry žily v manželství. Věkový průměr mužské populace byl 36,2 let. Nejstarší muž měl 45 let, nejmladší 30 let. U žen byl věkový průměr nižší než u mužů a to 33,5 let, přičemž nejmladší žena měla 28 let a nejstarší 41 let. Jak bylo výše zmíněno, zvoleným kritériem pro účast ve výzkumu byl pouze věk dvojčat. Nejmladší

měla 2 roky a jeden měsíc, nejstarší 3 roky a týden. Pro zajímavost se v pěti případech jednalo o dvě děvčata, pouze v jednom případě o dva chlapce a zbylé čtyři rodiny měly chlapce a děvče. Ve dvou případech žili v rodině starší sourozenci. U jedné rodiny se jednalo o chlapce starého 4 a půl roku, u druhé o osmnáctiletou dceru. Devět rodin pocházelo z Olomouckého kraje, jedna z kraje Moravskoslezského.

5.2 Metody získávání dat a průběh sběru dat

K získávání dat byla zvolena metoda polostrukturovaného rozhovoru. Hendl (2012, 164) uvádí, že polostukturovaný rozhovor se vyznačuje „*definovaným účelem, určitou osnovou a velkou pružností celého procesu získávání informací*“. Podle Miovskeho (2006) polostrukturovaný rozhovor obsahuje jádro představující otázky a témata, které tazatel musí v průběhu rozhovoru probrat. S otázkami může nakládat různě. Může měnit jejich pořadí, formulaci i styl kladení otázek za účelem získání, co největšího množství informací. Výhoda polostrukturovaného rozhovoru spočívá v odstranění nevýhod nestrukturovaného interview zejména v oblasti zpracování a vyhodnocování dat a strukturovaného interview znemožňující rozvoj nových témat vzniklých až během rozhovoru či zachování autentičnosti rozhovoru. Právě polostrukturvaný rozhovor dává možnost tazateli klást doplňující otázky. Jak uvádí Miovský (2006), rozhovor nelze provádět bez současného pozorování. Lze tedy říci, že doplňující metodou byla metoda pozorování. Vzhledem k tomu, že rozhovor probíhal ve většině případů v prostředí domácnosti rodin, bylo možné pozorovat vzájemné interakce členů rodiny.

Oslovování potencionálních účastníků probíhalo od prosince 2015, samotný sběr dat byl realizován během ledna a února 2016. Rodičovské páry se mohly po zhlédnutí inzerátu přihlásit do výzkumu samy, ovšem většinou byly páry na základě získaných kontaktů osloveny prostřednictvím telefonátu nebo emailu, kdy jim byly sděleny základní informace o výzkumu. Podrobnější informace o cílech výzkumu, jeho obsahu a významu včetně ujištění o anonymitě a možném odstoupení z výzkumu, jim byly zaslány ve formě informačního dopisu na email. Účastníci se mohli dobrovolně rozhodnout, zda se výzkumu zúčastní. Pokud souhlasili, byl s nimi sjednán termín a místo osobního setkání za účelem realizace rozhovoru. Rozhovory se uskutečnily většinou v domácnostech rodin, ve 4 případech na pracovištích účastníků. Rozhovor probíhal v soukromí, odděleně s mužem i ženou. Většina rozhovorů trvala v průměru 35 minut. Vzhledem k tomu,

že délka rozhovorů znemožňovala zapamatování si získaných údajů a zapisování by narušovalo průběh rozhovoru, byl k zaznamenání dat pořizován audiozáznam, s nímž všichni účastníci ještě před zahájením souhlasili. Miovský (2006) považuje za výhodu audiozáznamu jeho komplexnost, autentičnost a zachycení doprovodných kvalit řeči.

Samotnému výzkumnému rozhovoru předcházela neformální konverzace, aby došlo k uvolnění počátečních rozpaků a navození důvěrné atmosféry. Poté byl účastníkům ještě jednou objasněn cíl výzkumu, zajištěna anonymita a ústně byl získán souhlas s nahráváním rozhovoru i následným zpracováním dat. Samotný rozhovor byl složen z 26 otázek. Úvodní 3 otázky zjišťovaly osobní údaje respondentů. Tři další otázky byly určeny pouze rodičům, kteří měli i jiné děti než dvojčata. Zbytek otázek se vztahoval k otázkám výzkumným. Během rozhovoru bylo kladeno také mnoho doplňujících otázek za účelem získání více podrobností. Na závěr rozhovoru jsem se ujistila, že bylo řečeno vše a za poskytnutí rozhovoru poděkovala. Obvykle ještě následoval další neformální rozhovor, který v případě, že byl realizován v domácnosti rodin, probíhal už i za přítomnosti druhého partnera a dětí.

5.3 Metody analýzy a zpracování dat

První krok ve zpracování dat spočíval v převedení rozhovorů pomocí doslovné transkripce do textové podoby. Poté došlo ke kontrole přepsaných rozhovorů opakovaným poslechem, aby se předešlo případným chybám či vynechání podstatných informací. U přepsaných rozhovorů následoval proces redukce prvního řádu. Jak uvádí Miovský (2006) účelem tohoto procesu je získat plynulejší a k dalšímu zpracování přehlednější materiál. Jedná se o očištění doslovně přepsaných rozhovorů od výrazů neobsahující žádné informace, od slovních vycpávek a dalších paralingvistických aspektů řeči.

Hlavní obecnou metodou zpracování dat byla obsahová analýza, která zahrnuje několik dílčích kroků. Přepsané rozhovory byly několikrát pročitány, aby došlo k dokonalému seznámení s obsaženými informacemi. K analýze dat bylo následně použito metody kódování dat, kdy během pročitání byly k jednotlivým částem textu přiřazovány kódy neboli klíčová slova. Miovský (2006, 210) definuje kódování jako proces, „*v němž neagregovaná data (prvotní, autentickou podobu záznamu dat) převádíme do datových segmentů (jednotek), s nimiž je možné dále pracovat*“. Jak uvádí Hendl (2012), přiřazované kódy korespondují se stanovenými výzkumnými otázkami a slouží k pochopení dat a jejich

popisu. K lepší přehlednosti a přípravě dat pro další analýzu bylo využito barvení textu. Výzkumným otázkám byla přiřazena barva a jednotlivé pasáže v textu, byly podle korespondence s určitou výzkumnou otázkou značeny příslušnou barvou.

Následně postupným tříděním kódů pomocí porovnávání, hledání pravidelností, podobností a vzájemných vztahů, byly jednotlivé kódy seskupovány do kategorií. Tímto způsobem jsem získala systém kategorií a k nim vázaných podkategorií. K obsahové analýze byla využita metoda vytváření trsů a zachycení vzorců podle Miovského (2006). Metoda vytváření trsů spočívá ve vytváření vyšších, obecnějších skupin prostřednictvím hledání podobností zejména tematického překrývání mezi jednotkami. Tematický překryv znamená, že ve výpovědích respondentů nacházíme úryvky vztahující se k určitému vymezenému tématu. Metoda zachycení vzorců využívá vyhledávání opakujících se témat čili vzorců ve výroci jedinců, čímž se také vytváří kategorie.

5.4 Etické aspekty výzkumu

Miovský tvrdí (2006), že během psychologických výzkumů vzniká mnoho etických úskalí, na které je zapotřebí myslet a se kterými je nutné pracovat.

Hendl (2012) zdůrazňuje povinnost informovat jedince zúčastňujícího se výzkumu o průběhu a okolnostech výzkumu. Účastníci výzkumu byli tedy ihned na počátku seznámeni s účelem výzkumu a jeho podstatou. Všechny informace, které obdrželi, byly pravdivé a žádný z faktů jim nebyl zatajen. Ještě před zahájením výzkumu byli v informačním dopise poučeni o plné anonymitě při zveřejňování výsledků a také o dobrovolnosti se zúčastnit jakožto i faktu, že mohou z výzkumu kdykoliv odstoupit nebo požádat o vyřazení. O těchto záležitostech byli ještě jednou ujištěni i před samotným zahájením rozhovoru při osobním setkání.

K fixaci dat byl rozhovor zaznamenáván ve formě audiozáznamu, s čímž všichni účastníci projevíli souhlas stejně jako se zpracováním údajů. Během výzkumu byl kladen důraz na zachování soukromí a ochrany údajů účastníků výzkumu. Ti byli ujištěni, že k jejich údajům a výpovědím nebude mít přístup nikdo jiný než autorka výzkumu a že slouží pouze ke zpracování výzkumné části bakalářské práce. Aby nemohlo dojít k identifikaci účastníků, tak bylo s účastníky dohodnuto, že nikde nebudou uváděny jejich jména, bydliště ani povolání, které bylo v některých případech specifické.

Výše zmíněné kroky měly zásadní vliv na vzbuzení důvěry participantů k výzkumníkovi a celému výzkumu. Miovský (2008) podotýká, že důvěryhodnost výzkumníka má vliv na kvalitu získaných informací. O zajištění důvěry jsem se snažila také empatickým přístupem, projevováním zájmu o jejich situaci, avšak zachováním neutrálního postoje k oběma partnerům.

6. Výsledky výzkumu

Výsledky analýzy dat budou prezentovány pomocí okruhů, kategorií a podkategorií. Jednotlivé okruhy korespondují a vycházejí ze zvolených výzkumných otázek. Kategorie a podkategorie se vynořily z textu v procesu analýzy, kdy byly hledány a identifikovány.

Pod jednotlivé **okruhy**, které jsou v textu značeny tučným podtrženým písmem, spadají různé **kategorie**, které spolu vzájemně souvisejí a mnohdy se překrývají. Kategorie jsou označeny tučným písmem. Jednotlivé kategorie tvoří tučnou kurzívou psané **podkategorie**. Výsledky ve všech oblastech budou dokreslovány přímou citací *výroků respondentů*. Ty jsou znázorněny pouze kurzívou.

Vzhledem k tomu, že výpovědi mužů a žen se téměř nelišily a rodičovské páry se ve svých výpovědích až na výjimky shodly, nebudou výsledky rozlišovány podle pohlaví, avšak případné rozdíly budou ve výsledcích zmíněny.

6.1 Volný čas

Volný čas je součástí života každého jedince. Otázkou je, nakolik se tato oblast změnila v případě rodičů dvojčat. V této oblasti se objevily tři kategorie, a to **množství společně stráveného času, náplň společného volného času, osobní volný čas**.

Množství společně stráveného času se změnilo u většiny párů, pouze tři účastníci, konkrétně muži, uvedli, že množství času stráveného s manželkou je **bez změny**. Zbytek účastníků hodnotí množství společně stráveného času jako absolutní změnu, a to zejména v negativním slova smyslu. Tito účastníci výzkumu se shodli, že mají **na sebe méně času** a pouze ve velmi omezené míře mohou trávit čas spolu bez dětí. *„Totálně, totálně. Tam zůstalo minimum společného volného času....“*

Někteří se dokonce vyjádřili, že došlo k **úplné ztrátě času na sebe** (*„....., takže zatím se dá říct, že bychom strávili nějaký čas bez holek, tak to ne. Téměř vůbec. Jednou jsme byli v kině za ty tři roky.“*). Čtyři rodičovské páry se ve svých výpovědích také zmínily o změně rozložení, a to v tom smyslu, že tráví mnohem více času odděleně, než tomu bylo dříve.

Dva muži k otázce na množství společně stráveného času uznali, že čas o samotě netráví téměř žádný, avšak obecně jsou spolu s manželkou více, a to díky dětem.

„O samotě spolu kvůli tomu, že jsme na ně sami, nejsme vůbec, ale že bychom trávili méně času spolu, to spíše naopak. Jsme spolu víc s dětma.“

Víc jak polovina respondentů se vyjádřila, že se snaží najít čas na sebe bez dětí. Sedm párů si **najdou na sebe čas**. V pěti případech upřesnily páry, že na sebe mají čas zejména večer, když děti usnou. *„Máme čas si večer sednout, pustit si film a dát si víno, když holky spí. Čas si pro sebe najdeme.“* Tři páry uvedly, že si **čas na sebe nenajdou** vůbec. Důvodem je zejména absence možnosti nechat si děti pohlídat, velké množství práce, ale v jednom případě i nechuť a nezájem trávit společně čas.

Jak už bylo výše zmíněno, na množství společně tráveného času má vliv možnost **hlídání dětí**. Dva páry nemají možnost nechat si děti pohlídat. U obou případů hraje roli neochota prarodičů se o děti starat nebo vysoký věk prarodičů (*„... ale že bychom si šli sami sednout, tak to ne. Není, kdo by je pohlídal. Babičky a dědečkové nějak nefungují.“*). Zbytek rodičovských párů má možnost hlídání pro své děti a najít hlídání není problém, (*„Máme. Máme možnost hlídání, což je vlastně super, že tady v Olomouci má manžel rodinu.“*), avšak z mnoha důvodů tyto možnosti nevyužívají. Hlavním důvodem byl právě fakt, že se jedná o dvojčata, tudíž je péče o ně pro toho, kdo je hlídá, náročnější. *„Jedno dítě člověk babičce nechá, ale ty dvě děti, to je dvojnásobek starostí.“* Tudíž nechtějí ostatní zbytečně zatěžovat a možnost hlídání využívají pouze v případě nutnosti. *„Člověk je nechce zatěžovat, než je nezbytně nutný. Jako občas jsme si říkali, že je škoda, že jim neřeknem, ale že většinou to využijem, když je potřeba než, že bychom jen tak chtěli.“*

Většina uvedla, že by byla ráda, kdyby se společný čas navýšil, ale to se odvíjí také od věku dětí. Dle jejich vyjádření se to bude zlepšovat, čím budou děti starší. Ty páry, které mají dvojčata kolem tří let, postupný návrat k původnímu stavu již zaznamenaly. Dvě ženy uvedly opravdu naléhavou potřebu trávit více času se svým manželem (*„...poslední dobou, co jsou holky už trošku větší, tak už se to zase začíná vracet. Trávíme více času i spolu než jenom s nimi.“*).

Druhou kategorií v oblasti volného času je **náplň společného volného času**, tedy jak se změnil způsob trávení a obsah volného času partnerů. Náplň volného času partnerů se změnila v souvislosti s omezením času možného věnovat společné aktivitě. Tím, že mají méně času, **nemohou praktikovat časově náročnější aktivity**, například cestovat, podnikat celodenní výlety. *„Asi trošku změnilo, protože dřív jsme měli psy, takže jsme hodně času trávili na delších výletech, což teďka kvůli dětem nemůžeme.“* Účastníci také uváděli, že při

výběru způsobu, jak stráví společný čas bez dětí, vybírají nyní aktivity, kde si mohou v klidu povídat.

Obecně uváděli respondenti různé změny v náplni společného volného času, ale zejména fakt, že došlo k **omezení společných koníčků**, kterým se před narozením dvojčat věnovali společně a nyní nemají možnost v nich pokračovat. „*To určitě. Ty koničky úplně. Co jsme dělali, tak za ten uplynulý čas už neděláme. Nejezdíme spolu na kole, nechodíme do přírody. To teď neděláme. Takové věci, to je teď úplně jiný.*“

Více než polovina respondentů uvedla, že chodili **dříve více do společnosti**. Podle jednoho páru teď tráví mnohem **méně času v přírodě** oproti minulosti. Další jedinci pocítují **redukcí času věnovaného kulturním akcím nebo společným sportovním aktivitám**. „*Byli jsme zvyklí chodit více za kulturou, do restaurace. Je teď toho méně.*“

Všichni respondenti se shodli, že novou náplní jejich volného času jsou **děti a také jejich aktivity**. Jedná se o novou náplň volného času, která zabírá téměř celou jeho část. „*Samozřejmě tím, že jsou dvojčata, tak přibyla jako náplň starání se o děti, takže jako více méně se dnes všechno točí kolem dětí.*“ V podstatě se dá říci, že tráví volný čas spíše jako rodina tedy společně s dětmi. V té souvislosti zhodnotili také, že veškerý volný čas, zejména jeho náplň se přizpůsobuje dětem, jejich možnostem a potřebám. „*Tak to úplně. Teď se všechno točí jenom kolem dětí. Vybíráme procházku, aby to děti ušly. Náplň se přizpůsobila hodně jim.*“ Osm respondentů považuje děti za svoji novou zálibu, které věnují veškerý volný čas. Ve dvou případech byla novou náplní volného času také stavba nového domu, či rekonstrukce chalupy.

V kategorii **osobní volný čas** je možné pozorovat rozdíly v hodnocení žen a mužů. Ženy uváděly, že u nich došlo k naprostému **vymizení vlastního volného času** nebo ho zůstalo naprosté **minimum**. S tím souvisí také omezení koníčků a zálib. „*Volný čas se změnil poměrně dost. Hlavně první rok, do toho roku, roku a půl. To byl veškerý čas jenom pro ně. Veškeré moje aktivity, koničky šly absolutně stranou, protože se to nedalo zvládat.*“ - „*Žádný volný čas nemám, maximálně jednou za měsíc a i to je moc.*“

Avšak u mužů pouze dva uvedli, že **nemají žádný osobní čas**. „*Čas pro sebe je položka, která se vytratila, rozpustila mezi ostatní povinnosti.*“ Zbytek zhodnotil, že došlo k **omezení volného času** a koníčků, avšak určitá část zůstala zachována. Mnoho mužů však uvedlo, že dobrovolně omezují svůj volný čas kvůli rodině, zejména kvůli dětem a trávení času s nimi. „*Míval jsem více koníčků a prakticky jsem si nechal jenom*

myslivost. Kdybych dělal více koníčků, tak bych nebyl vůbec doma.“-„Chtěl bych stíhat určitě více věcí, ale jsem radši s tou rodinou.“

Páry měly v mnoha případech přesně rozdělené a určené, který den patří komu ve smyslu jakéhosi **rozvrhu volného času**. Jedinci měli předem dohodnuté, komu patří jaký den na trávení osobního volného času, tedy kdy, kdo a kam jde („...*jinak takhle máme rozdělené ty svoje dny a v tom si vycházíme vstříct*“). K tomuto faktu častokrát dodávali, že je třeba volný čas mnohem více organizovat a plánovat. „*Musí se organizovat vše, když chce jít mamina cvičit a tak dále, tak se to musí zorganizovat tak, aby děcka byly zaopatřeny*“.

V souvislosti s osobním volným časem se mluvilo také o **podpoře toho druhého**, v tom že jedinec tráví čas sám bez rodiny a že vůbec nějaký čas sám pro sebe má. Pouze dvě ženy uvedly, že nemají podporu manžela, aby mohly chodit do společnosti nebo mít obecně svůj volný čas. Zbytek účastníků výzkumu zhodnotilo, že se navzájem podporují a dokonce se mnohdy i pobízí k trávení více času mimo rodinu. „*Jo, nezakazuje mi to, občas jako když vidí, že jsem fakt, že je toho hodně, tak mi řekne, ať jedu třeba někam na kole nebo něco*“ - „*Ano. Sám mě i posílá. Už to i pozná, když už toho je na mě dost. Říká mi: Jenom běž!*“

6.2 Komunikace

Druhou oblastí zkoumanou v partnerském vztahu je vzájemná komunikace mezi partnery. Komunikace mezi partnery hraje významnou roli v jejich společném životě a mnohdy není taková, jak by si jedinci představovali. V této oblasti byly zaznamenány kategorie **množství vzájemné komunikace, obsah komunikace, konflikty a spokojenost s komunikací**.

V kategorii **množství vzájemné komunikace** převládaly dva názory a dá se říci, že se lišily podle pohlaví respondentů. Sedm mužů uvedlo, že se partnerská komunikace **nijak nezměnila**. „*Nezdá se mi, že by se to nějak změnilo. Nezdá se mi, že bychom se bavili míň nebo víc, to mi přijde nastejno*“ K tomuto názoru se přidaly i dvě ženy, které přesně uvedly, že se nezměnilo množství ale pouze náplň komunikace. „*Myslím si, že to je tak nastejno. Komunikace je množstevně stejná. Akorát se změnila náplň*“.

Naopak zbytek žen se shodl v názoru, že vzájemné komunikace je po narození dvojčat **rozhodně méně** a že na komunikaci nezbyvá moc času či energie, protože život s dvojčaty je poznamenán výraznou únavou („...*na to není vůbec čas. Kdo to nezažil, tak si ani neuvědomuje, kolik toho je.*“ - „*Té komunikace je málo. Za prvé je to i únavou a za druhé ten čas, kdy jsme jenom sami, je taky daleko méně.*“). Méně je zejména komunikace týkající se prožitků, plánů, zájmů. Jedna žena dokonce uvedla, že došlo mezi partnery k uzavření se, a tím pádem k výraznému ochudnutí komunikace.

Opět i jako u volného času, i v oblasti komunikace čtyři rodičovské páry uvedly, že se spolu baví zejména večer, až děti usnou. A během té doby se snaží probrat nejen vše, co je potřeba v rámci chodu domácnosti, ale i témata mimo rodinu, jako zážitky z práce, plány do budoucna, společné zájmy. „*Spíše až večer, když holky lehnou. Během toho, co jsou vzhůru, tak manželka řekne, co dělaly a nedělaly, ale bavení o tom, co budeme dělat o víkendu nebo plánování dalších aktivit, to řešíme až večer v klidu.*“ - „*Na to není moc čas, protože ty děcka jsou všude a pořád. Dokud nespí, tak si nemáme šanci pokecat.*“

Změnily se také další charakteristiky komunikace. Změnila se náplň komunikace mezi partnery čili obsah komunikace, který je další kategorií získanou v oblasti komunikace. Respondenti také uváděli, že se komunikace více zestručnila a omezila pouze na některá témata.

Druhou kategorií je již zmíněný **obsah komunikace**, protože jednotliví rodičové téměř pokaždé sdělovali, že se absolutně proměnil obsah společné komunikace. Respondenti bez rozdílu pohlaví poznamenali, že se obsah komunikace točí zejména kolem **dětí, domácnosti** a **organizačních věcí**. Společná komunikace je nyní také hodně o domlouvání, plánování a organizování běžných denních záležitostí. „*Jo ale většinou se bavíme o tom, co bude. Prostě věcně. Je toho času málo, je to spíš organizační. Organizačně si popovídáme.*“ - „*Spíš mi přijde, že se to omezilo na takové to, co se má nakoupit, co se musí zařídit, takže vše kolem domácnosti a dětí.*“ - „*Takže je to tak 70 % kolem dětí, 20 % kolem domácnosti a ten chod okolo například nákupy. A to naše povídání se hodně zužilo.*“

Hlavním novým tématem společné komunikace se staly děti a vše kolem nich jako například jejich **hlídání**. Asi ve třech případech páry uváděly jako nové téma práci v souvislosti se **změnou práce**, také **dům a chalupu**, jak bylo zmíněno v oblasti týkající se volného času. „*Jenom co se týče dětí a teďka toho domu nebo práce, ale že bysme něco*

dalšího řešili to asi ne.“- „Samozřejmě se to tak jako pořád točí vesměs kolem dětí a práce.“

Na povídání o společných zájmech, prožitcích nezbyvá rodičům už tolik času, jestli vůbec nějaký. Mnohem méně si povídají o záležitostech netýkající se dětí. Avšak přiznávali, že se snaží mluvit o něčem jiném než jenom o dětech a celkově, že se spolu snaží komunikovat. Ve dvou případech byla ale vzájemná komunikace poznamenaná vlastnostmi mužů, kteří, jak říkaly manželky, nebyli nikdy moc hovorní a v jejich vztahu komunikace vážla od samého začátku. *„Něco společného, jako bavit se o filmu nebo nějaké knížce, tak jak to dřív bylo, tak v podstatě ne.“- „My nemáme čas se o ničem bavit. Jako nějaké společné zájmy nebo něco takového, to nehrozí. To není.“*

Kategorie **konflikty** spočívá ve zkoumání oblasti vzájemných rozporů mezi partnery po narození dvojčat, zejména jestli došlo k nějaké změně v rámci intenzity nebo obsahu. Tři páry se shodly, že se počet konfliktů v jejich životě nezvýšil a vše zůstalo **bez změny**. Roli tam hrála hlavně bezkonfliktnost jednoho či obou partnerů nebo také soulad ve vzájemném očekávání. *„My teda máme konflikty málo, takže to si myslím, že ne. My jsme tak jako na stejné vlně, že vidíme věci stejným směrem.“* Zbytek respondentů se vyjádřil ve směru **zvýšení počtu konfliktů** ve vzájemné interakci. *„To asi ano. Není jich nějak moc. Nejsme ani jeden z nás takový typ, co by se rádi hádali, ale ano vznikají více konflikty po narození holek.“*

Mezi důvody více konfliktů řadily páry rozdílnost vzájemného očekávání, rozdílnost představ v oblasti výchovy dětí, v rozdělení rolí v domácnosti, také vzájemné nepochopení nebo uzavřenost jednoho z nich. *„To asi jo, jakože asi jo. Ted' asi máme každý trošičku jinou představu od toho druhého, na čem všem by se měl podílet a tím pádem jsme na sebe pak třeba naštvaní.“* Vyšší četnost konfliktů také vyplývá z větší únavy a vyčerpání rodičů, kdy si jedinci nachází v partnerovi terč k vybití zlosti. *„Konflikty vznikají ve chvíli, kdy toho máme oba plné zuby. Manžel unavený z práce, já unavená z holek, tak potom jsme se sebe protivní.“*

Spokojenost s komunikací je další kategorií v oblasti komunikace, načež samotná spokojenost s komunikací má významný vliv na spokojenost s partnerským vztahem. Stojí na mnoha aspektech. Dá se říci, že se v této kategorii lišili ve svých výpovědích muži od žen. Šest žen vyjádřilo **nespokojenost** se vzájemnou komunikací a potřebu změnit ji určitým způsobem, zejména obecně v oblasti množství komunikace (*„No spokojená*

nejsem, protože dřív jsme se prostě bavili víc.“), množství komunikace o společných zájmech, o jejich manželském vztahu (*„Jo vadí mi, že se vůbec nebavíme o našem vztahu. Asi neumíme tyhle témata nějak rozebírat.“*) a také více otevřenosti (*„Asi ani ne. Mohl by se víc otevřít těm svým pocitům.“*). K tomuto názoru se připojil pouze jeden muž, který byl nespokojený s množstvím vzájemné komunikace.

Tři respondenti uvedli, že jsou s komunikací **spokojeni** (*„Ne mně to tak vyhovuje. Kdyby ne, tak tady nejsou.“*) a zbytek se nevyjádřil přímo k osobní spokojenosti s komunikací, ale pouze konstatoval, že si nelze přát něco, co **změnit nelze**. Ačkoliv změnu by rádi uvítali. Názor týkající se nemožnosti vzájemnou komunikaci změnit měli i ti respondenti, co jsou s komunikací nespokojeni. Většina zhodnotila možnost změny s postupujícím věkem dvojčat a s tím souvisejícím větším množstvím času. *„Asi se změní, až budou trošku větší a bude více času.“* - *„Spíš se to tedy změní časem, až se vrátím do práce a holky do školky. Ted' na tom není, co měnit.“*

6.3 Sociální kontakty

Jak už respondenti mnohokrát ve svých výpovědích zmínili, s narozením dvojčat pociťují méně času na mnoho aktivit. Odráží se to i v oblasti kontaktu s přáteli a známými. Lze pozorovat změny v sociálních interakcích s okolím. V oblasti sociálních kontaktů vyvstaly kategorie **kontakt s přáteli, nový okruh přátel, kontakt s rodinou**.

Lze říci, že téměř všichni respondenti se shodli na výskytu určitých změn v **kontaktu s přáteli**. Pouze jeden muž a jedna žena **žádnou změnu** nepociťují. Zbytek mužů a žen vnímají určitá **omezení v kontaktu s přáteli** (*„..., takže změny tam určitě jsou. Jsou tam lidi, které jsem neviděla třeba půl roku, protože ten čas na to není.“*). V jednom případě došlo k omezení z důvodu mladších kamarádů, kteří ještě děti nemají. *„Trošku to uvadlo, protože vesměs máme kamarády bez dětí, takže ti můžou kdykoliv kamkoliv a my jsme vázani na to hlídání.“* Další pár se se svými přáteli odcizil, protože mají dvojčata v pozdějším věku a jejich vrstevníci už mají děti odrostlé. *„Tak hodně kamarádů to vyloučilo, protože to jako nedávají, protože už je to ani nezajímá. Mají své životy, protože už jsme jiná generace, takže je dost pozdě.“* Dva účastníci také uvedli, že se setkávají méně, protože ostatní kamarádi mají také děti a nikdo tím pádem nemá čas. *„Scházíme se mnohem méně. Ostatní kamarádi v mém věku mají také děti, tak už to přijde samo, že se scházíme mnohem méně.“* U třech párů byl kontakt s přáteli také poznamenán

odstěhováním z původního místa bydliště a omezenou možností cestovat. Dva muži mají nyní **omezenější a užší okruh přátel**. Jedna žena vyjadřovala silné pocity sociální izolace. „*Prostě tři roky ve vakuu a normální život plyne po jiné koleji, než stojím já.*“

Mnoho z účastníků dodávalo, že pozorují **dva póly v kontaktu s přáteli**, a tedy že s některými se kontakt opravdu omezil, ale s jinými se naopak upevnil, prohloubil či si našli nové přátele. Sblížili se zejména s těmi, kteří mají také děti, naopak odcizení nastalo s bezdětnými přáteli. „*Někteří vystoupili více z té řady, kvůli tomu, že mají ty děti.*“ - „*Tak na půl. Půlka je stálých, co bylo i před narozením a půlka je nových, co jsme se poznali až po narození holek.*“

Páry hodnotily, že jim setkávání s kamarády, kteří mají také děti, přináší značné výhody, protože si děti společně hrají, oni vzájemně sdílejí zkušenosti a rady, mají společná témata k hovoru a řeší stejné problémy. Potíž v kontaktu s bezdětnými přáteli vidí právě v absenci společného tématu k hovoru. Jedna žena dokonce uvedla, že nechce přátele bez dětí obtěžovat. „*Nás to oddálilo, protože se snažíme udržovat vztah hlavně s těma, co mají ty děti, protože je to výhodnější. Děcka si hrajou, my si povídáme. Ono je to tím, že pro ty bez těch dětí je ten čas s námi míň atraktivní, protože člověk s dětma, holt to tak je, pořád se baví o dětech.*“

Ve výpovědích účastníků se objevovaly i další charakteristiky kontaktu s přáteli. Někteří zmiňovali, že se změnila **doba setkávání** s přáteli tedy, že se stýkají více v dopoledních a odpoledních hodinách než večer. „*Jo předtím, když jsme neměli děti, tak jsme se potkávali večer, tak se setkáváme odpoledne, takže asi takto.*“ Také se změnilo **místo setkávání**. Setkání se odehrává většinou v domácnostech respondentů nebo v prostředí vhodném pro děti. „*Už se jako hlavně nesetkáváme v hospodě, na bowlingu a tak, ale prostě doma.*“

Již v předchozí kategorii účastníci uváděli, že mají od narození dvojčat nové přátele. K vytvoření **nového okruhu přátel** došlo zejména u žen. Osm žen potvrdilo, že si od narození dvojčat našly **nové přátele**, zejména tedy z okruhu dalších maminek. Naopak navázání nových přátelství uvedli pouze tři muži. „*Ted' jsme si našli nějaký jiný kamarády, kteří řeší stejné problémy. Takže to jsou zase jiné kontakty.*“

Zbytek respondentů **nezískalo nové přátele** nebo je nepovažují za přátele, ale pouze za známé, se kterými se znají pouze zběžně. „*Jako třeba se známe s pár těma rodičema*

dětí, ale takový, že bysme navázali nějaký blízký přátelský vztah, že by k nám chodili domů, tak to ne.“

Ženy si tedy vytvořily nové přátele z okruhu dalších maminek, protože jak uváděly, mají společné zájmy, témata k hovoru a zejména mají možnost se setkávat v dopoledních hodinách. Jako nejčastější místo seznámení bylo uváděno dětské centrum, školka, různé akce pro děti, dětská hřiště a podobně. *„Ano, určitě. Seznámily jsme se v tom mateřském centru a, nebo na hřišti, kde chodí hodně lidí s dětmi.“* - *„Hodně. To je asi největší oblast. V mateřském centru jsem poznala spoustu kamarádek. A člověk jak tráví čas dopoledne s těmi jinými ženami, co mají také děti.“*

K cílenému vyhledávání nových přátel u respondentů obvykle nedocházelo. Dokonce ve většině případů ani nevyhledávali další rodiny s dvojčaty (*„...ani jsme je nevyhledávali. Máme to okolí kolem nás a to už je dost velké okolí a to stačí.“*). Zhodnotili, že nebyl čas, nálada nebo je to ani nenapadlo či nebyla možnost, kde je vyhledávat. *„Máme kamarády, kteří mají také dvojčata, tak ti nám říkali o nějakých srazech a klubech, ale to bylo ze začátku takový šupek se vším, s tím kojením a tak dále, že jsme na to neměli čas ani náladu.“* Někteří jedinci však uváděli, že jsou členy facebookové skupiny Dvojčata, kde získávají zkušenosti a rady. *„Jsme v té skupině na facebooku, kde se dozvíme hodně užitečných věcí, na které bysme sami nepřišli.“* V mnoha případech se rodiny seznámily s dalšími rodinami s dvojčaty náhodou na ulici nebo prostřednictvím již zmíněných dětských center či školek. Ovšem kontakt s dalšími rodinami s dvojčaty se lišil i podle místa bydliště, protože rodiny z okolí Olomouce získaly kontakty díky Centru pro rodiny s dvojčaty a vícččaty v Olomouci, kde například absolvovali předporodní kurz či se zúčastnili jiných pořádaných akcí.

Co se týče **kontaktů s rodinou**, tak víc jak polovina respondentů pociťuje **zlepšení vztahu s rodinou** a vzájemné sblížení s některými členy rodiny. Změnila se v pozitivním směru i četnost vzájemných návštěv, došlo k zintenzivnění vzájemného kontaktu a dokonce v jednom případě se prarodiče přestěhovali blíž. Na upevnění kontaktu s rodinou obzvláště s rodiči respondentů měla vliv bezpochyby i potřeba hlídání dětí. *„Jsme nejvíce s rodinou, která chce být taky s těmi dětmi. Najednou s námi chtějí být strašně moc. Jsme více s rodinou, babička k nám víc jezdí nebo my k ní.“* - *„S babičkami a dědečkami, tím, že naše holky byly první vnoučata a všichni je moc chtěli, tak jsme se začali víc stýkat.“*

Zbytek respondentů si *nemyslí, že by se vztah s rodinou nějak změnil*. V jednom případě dokonce muž pociťuje *zhoršení vztahu s vlastními rodiči*, s čímž souhlasí i jeho manželka. Další dva páry vnímají ze strany rodičů alespoň jednoho z partnerů *nezájem* o dvojčata.

V jednom případě uvedla žena, že se po narození dvojčat *sblížila s bratrem*, protože má také děti. *„S bratrem nás to sblížilo, který má také dítě a teď čekají druhý. Tak jsme se začali častěji navštěvovat. Teď si voláme, že dáme sraz na hřišti, na písku atd.“* Další žena se vyjádřila velice pozitivně ke vztahu se sestrou, která ji byla obrovskou oporou, a díky čemuž se vzájemně sblížily. *„Hodně jsem se sblížila se sestrou. Je to taková zkušená mamina, takže mi ze začátku úplně neuvěřitelně pomohla. Bez ní si vůbec neumím představit, jak bychom fungovali.“* Ve dvou případech se ženy shodly na zlepšení vztahu s tchýní po narození dvojčat. Jedna žena naopak má po narození dvojčat více konfliktů s tchýní ohledně výchovy dvojčat, ale vzájemný vztah nehodnotí jako horší.

6.4 Domácnost

Dalším okruhem zkoumaným během analýzy byly změny v domácnosti partnerů. V této oblasti se objevily dvě základní kategorie **rozdělení rolí v domácnosti a finanční situace**.

V kategorii **rozdělení rolí** v domácnosti mě zajímalo, jestli se změnilo rozdělení rolí partnerů s narozením dvojčat, například jestli se změnilo nějak procentuální zastoupení v zapojení se do chodu domácnosti. Osm mužů a šest žen hodnotí rozdělení rolí v domácnosti *bez změny*. *„Podle mě se to nijak nezměnilo, každý děláme něco, prostě tak jak to bylo dřív.“* Ve smyslu *změny* v rozdělení rolí se vyjádřili zbylí účastníci. Dva muži se po narození dvojčat *více zapojují* do chodu domácnosti. Manželka jednoho z těchto mužů hovoří také o změně ve prospěch manželova zapojení do péče o domácnost. Jejich rozdělení rolí spočívá v péči o děti pro matku a zbytek domácnosti obstarává muž, i když toto rozdělení podle jejich tvrzení postupně ustupuje s věkem dětí. *„Víc pomáhá s domácími pracemi, takže jsem vlastně ten první rok, to jsem se ani netkla nádobí. To byla jeho práce nebo odpadky, vysávání, utírání prachu. Jako fakt já jsem se starala o ty děcka a on všechno toto zabezpečoval.“* - *„Samozřejmě manželka se stará hlavně o děti. A já se snažím zařídit všechno kolem, co potřebuje, aby měla čas na ty děti, aby jim udělala jídlo a tak dále.“*

Ve dvou případech došlo k **přenechání veškeré péče** o domácnost a děti ženě. Muži se do chodu domácnosti zapojovali více před narozením dvojčat. Samotné ženy zdůvodňují tento fakt tím, že jsou celý den doma, a proto dělají veškeré práce v domácnosti. Dále nechtějí, aby muži po příchodu z práce například uklízeli místo věnování se dětem. *„Určitě. Když jsme spolu začínali žít a byli jsme oba zaměstnaní, tak to bylo spíše na nás obou. Když jsem potom byla doma, tak to začalo bývat více na mně, přece jen jsem byla doma.“*

V polovině domácností zpravidla funguje **tradiční rozdělení rolí**, kdy žena pečuje o domácnost a děti, přičemž muž chodí do práce. Často se také objevovaly zmínky o rozdělení domácích prací na mužské (zahradu, dům) a ženské (děti, úklid, vaření). *„Já mám na starosti takový ty venkovní práce, žena vždy měla na starosti ty vnitřní práce doma.“* V případě zbylých párů účastníci odmítají tradiční rozdělení rolí. Již od začátku vztahu si vzájemně vycházeli vstříc a neměli jasně daná pravidla, kdo dělá v domácnosti co. Domácí činnosti vykonávají podle potřeby bez rozdílu pohlaví. V jejich domácnostech funguje dohoda a vzájemné zastoupení při vykonávání domácích prací. *„My jsme to podle mě neměli nikdy nějak rozdělené na ženskou a mužskou práci. Když se potřebuje uklidit, tak manžel vezme vysavač a vysaje, nemá s tím problém. Nebo když je potřeba udělat něco venku na zahradě, tak já jdu s ním a vozím kolečka s hlínou. Nikdy jsme neměli rozdělené, ty budeš dělat tohle a já budu dělat tohle.“*

Ve výpovědích respondentů se také objevovalo **hodnocení spokojenosti** s rozdělením rolí v domácnosti. Spokojenost se současným stavem projevovali zejména muži a to v devíti případech. Jeden zhodnotil, že není co měnit, takže nemá smysl přemýšlet nad spokojeností. Stejného názoru byly dvě ženy, které v podstatě byly smířené se současnou situací. *„Ono to asi jiný řešení nemá, takže já neřeším, jestli jsem s tím spokojenej nebo nejsem. Tím jsem začínal. Děláme to, co umíme, to, co můžem a taky bohužel občas děláme to, co zrovna hoří.“* Pět žen vyjádřilo taktéž spokojenost s fungováním společné domácnosti a tři ženy přiznaly nespokojenost. Rády by, aby se jejich muž zapojil více do chodu domácnosti, ovšem nevyžadují to, protože jsou raději, když se věnují dětem. *„Ano. Mně to takto vyhovuje. Mně na tom vyhovuje to, že mohu dělat i to, co by mi nebylo určené. Jenom permanentně prát a žehlit, umývat nádoby, ale mohu si odpočinout i tím, že budu házet hlínou. Že si můžeme prostřídát činnosti, popřemýšlet nad něčím jiným. Vyhovuje mi to takto.“*

V kategorii **financi** šest párů hovoří o **problémech po finanční stránce** v souvislosti s narozením dvojčat. „*Určitě. Ty děcka něco stojí a není to žádná sranda.*“ Jednalo se o výrazný zásah do finanční situace rodiny, protože jak mnoho z respondentů uvedlo, jedná se o dvojnásobné náklady a všechno je zapotřebí koupit dvakrát. V řadě případů se muselo přejít k určitým krokům, které by napomohly k vyřešení situace. K překlenutí náročné finanční situace si muži museli často **najít brigádu** ke stávajícímu zaměstnání nebo **jinou formu příjmu**. V jednom případě zůstával muž více **v práci na přesčasy**, což se odrazilo v množství času tráveného s rodinou a v jedné rodině si muž dokonce našel **novou lépe placenou práci**. „*Musel jsem se snažit. Kdybych se na to vykašlal, tak bysme asi brečeli. Po nocích jsem chodil na brigádu, abych vydělal nějaké ty peníze domů.*“ - „*Ano. Manžel teď bude i měnit práci kvůli tomu.*“

Čtyři páry finance nijak výrazně řešit nemusely a finanční situaci hodnotily jako **bezproblémovou**. Klíčovým faktorem, díky němuž tyto rodiny finanční situaci zvládly, byl **vysoký příjem rodiny** a předem vytvořené **finanční rezervy**. „*To ne. My jsme měli poměrně velké rezervy, měli jsme našetřeno, takže jsme šahali spíše do nich.*“ - „*Máme štěstí, že je nemusíme řešit. Myslím si, že jsme na tom finančně dobře, díky tomu že manžel relativně dobře vydělává.*“ Jeden pár uvedl, že s financemi vychází, ale není schopný si vytvářet nějaké další rezervy.

Participantů často zmiňovali, že jim výrazně s financemi **pomohla rodina**, která buď přispěla určitou částkou, nebo mnoho potřebných věcí zakoupila („*...musím říct, že jsme to díky rodině zvládli dobře. Máme štědré okolí. Na kočárek nám přispěli, na postýlky pro holky. Co potřebujeme, to máme.*“). Ve výpovědích se dále opakovaly výroky o **nákupech z druhé ruky** a také **dědění oblečení či vybavy** po starších dětech sourozenců, kamarádů a podobně. „*Určitě jsme nekupovali vše nové. Hodně jsme kupovali od známých, něco v bazaru.*“ Dvě ženy také uvedly, že se musely omezit v nakupování věcí pro sebe.

Ačkoliv neměly rodiny s financemi problémy, tak téměř ve všech výpovědích respondentů se objevila zmínka o **finanční pomoci ze strany státu** pro rodiny s dvojčaty. Hodnotili ji výrazně negativně a mnohdy v silném doprovodu emocí. „*Stát jako obvykle nám nic nehradí, neudělá vůbec nic navíc.*“ - „*Stát by se měl víc zamyslet nad situací rodin s dvojčaty a pomoci jim.*“ Největší úskalí pozorují v získávání pouze jedné peněžité pomoci v mateřství a jednoho rodičovského příspěvku, i když se matka stará o dvě děti zároveň. Záporně hodnotili také výši těchto příspěvků. Řada z nich nedosáhla

ani na porodné, přičemž by jim tato částka pro začátek velmi pomohla. „*Na mateřské vlastně je to jenom jedna mateřská, co se týče peněz a ty náklady jsou dvojnásobný.*“ - „*Ani na přídavky na děti jsme nedosáhli, na nic. Taková almužnička. Já jsem si to vlastně dala na dva roky. Mateřská jde jenom na plíny a na jídlo a jsem ráda, že ke konci měsíce nejíme trávu, když to tak řeknu.*“ - „*Tam je problém v tom, že mám pouze jeden rodičák, ani na porodné jsme nedosáhli, takže jsme šli do mínusových položek. Šlo to cítit hodně.*“

6.5 Změny v životě

V páté analyzované oblasti týkající se změn, které prožívají rodiče v životě po narození dvojčat za nejvýznamnější, byly zkoumány změny týkající se více osobnosti samotných účastníků výzkumu po stránce individuální a pozornost byla zaměřena dále na hodnocení jejich partnerského vztahu. V této oblasti vznikly kategorie **proměna vlastní osoby**, **proměna partnera**, **změna partnerského vztahu** a dvě menší kategorie, které souvisí s těmi předchozími a jsou jimi **intimní stránka života partnerů** a **únavy**.

Ačkoliv z počátku respondenti v kategorii **proměny vlastní osoby** popírali, že by se nějak změnili, postupně docházeli k opačnému závěru a téměř všichni si uvědomili nějakou změnu týkající se jejich osoby. Nejčastěji se u jedinců objevovala **změna životních hodnot**. Podle jejich vyjádření se jim změnil žebříček hodnot. Prioritami v jejich životě se staly jiné věci. V podstatě se dá říci, že na prvním místě v žebříčku stanuly děti. „*Určitě ta prioritá, žebříček hodnot šel úplně vzhůru nohama.*“ - „*Hodnoty se taky hodně proházely. Na první místo se dostala rodina, děti a manžel před těma koníčkama. Dřív, když jsme neměli děti, tak ty hodnoty byly jiné.*“ Mnohem výš v žebříčku hodnot se dostala po narození dvojčat hodnota zdraví. Rodiče mnohdy uváděli, že na to měl vliv i fakt předčasného narození dvojčat. „*Říkám si teď, hlavně ať jsme všichni zdraví.*“

Se změnou životních hodnot úzce souvisí i **změna pohledu na svět**. „*Hlavně se to změnilo v tom pohledu na svět. Teď to jde přes ty děti. Kdyby náhodou se mi něco stalo, tak v první myšlence mě napadá, co by dělaly holky.*“ Jak tři ženy shrnuly, člověk si uvědomí, co je v životě nejdůležitější, uvědomí si skutečnou realitu života. Přestane řešit banality a malichernosti. „*Věci co jsem řešila předtím v práci, kdo a co se stalo, večer jsem kvůli tomu nemohla spát, tak teď mi je to úplně jedno, kdo koho pomluví a tak dále. To už mám na vedlejší koleji. Už se tím netrápím a ani nemám tu potřebu už to řešit.*“

Životy participantů jsou nyní mnohem více spojeny se **strachem**. Jak sami uváděli, mají nyní mnohem víc strachu o sebe, o děti a tím pádem jsou v mnoha ohledech **opatrnější**. „*To je těžké, ale myslím si, že mě to taky změnilo poměrně dost. Hlavně i v tom ohledu, že mám větší strach, aby se jim něco nestalo, nám něco nestalo, kdo by se po tom o ně postaral.*“ Jedinci se také hodnotili jako **zodpovědnější** a mnohem méně riskující. Jeden muž uvedl, že narozením dětí dospěl. „*Snažím se přemýšlet nad tím, že máme ty děti, máme odpovědnost, tak neriskuju tolik v některých věcech.*“

Mnohokrát také respondenti hovořili o **větší empatii** k okolí. Výraznější je také **citlivost vůči situacím druhých lidí** a jejich životních příběhů. Mnohem více chápou například životní situace rodin a mají pochopení pro problémy okolí. Obecně více prožívají různé události například i ve světě. „*Mě to změnilo asi v tom, že v některých věcech jsem více citlivý. Když čtu o tom, co například někomu s malým dítětem stalo, tak to na mě více působí než dřív.*“

Muži ve čtyřech případech uvedli, že si s narozením dětí **vytvořili vztah k dětem** a sedmkrát se objevila zmínka o **vytvoření nových názorů**. Jedinci nezpozorovali změny v názorech, ale došlo k vytvoření nových názorů s narozením dvojčat. Názory se týkaly právě tématu dětí například očkování a podobně.

Nejpozitivnější změnu, kterou jedinci uváděli v souvislosti s rodičovstvím, bylo **životní naplnění a obohacení**. Jedenáct participantů se nyní cítí šťastnější a spokojenější. „*Tak samozřejmě mě to naplnilo, jako asi jsem šťastnější než dřív.*“- „*Strašně mě to obohatilo, ale to jsem věděl už i předtím, že by ten život bez dětí byl na jednu stranu možná pohodlnější, ale na druhou stranu plytkej. Tam prostě něco chybí. To by bylo nenaplněný.*“ V životech účastníků došlo nejen k naplnění, ale život jim nyní přijde smysluplnější, protože našli pravý životní smysl a důvod ke štěstí. „*Já bych to brala jako velmi pozitivní změnu, že narozením kluků je konečně důvod pro ten život.*“

Bohužel v kategorii **změny partnera** nebylo zaznamenáno tolik pestrých a nápaditých odpovědí. Zejména participanti mužského pohlaví konkrétně sedm mužů si myslí, že se jejich žena **nijak nezměnila**. „*Asi ne, je pořád stejná. Nijak se nezměnila.*“ Jeden muž si nestihá všimnout nějakých změn u partnerky ani u sebe. „*Tím jak je člověk ve střehu, tak to nestihá vnímat, jestli se něco změnilo nebo nezměnilo.*“ V jednom případě muž považoval ženu za **nervóznější a podrážděnější** po narození dvojčat. Další u manželky vyzoroval **větší strach a obavy**. „*V některých věcech, které se ve společnosti dějí,*

se začala více bát. Bojí se toho co se děje venku.“ Ke změně ženy muž dodával, že se umocnily její osobnostní rysy konkrétně pečlivost až puntičkářství.

Naopak ženy byly ke změnám u svých mužů vnímavější. Pouze dvě ženy nepozorovaly u svého muže **žádnou změnu**. Nejčastěji se objevovala podkategorie **vytvoření vztahu k dětem**. Muži si po narození dítěte vytvořili vztah k dětem a není myšleno pouze ke svým ale obecně k dětem. *„Já bych řekla, že se v těch dětech i hodně našel. Rád s nimi tráví čas.“* Tím souvisí také více času tráveného doma a celkově upřednostňování trávení času s rodinou. Ženy se všimly také **větší starostlivosti a zodpovědnosti** ze strany muže a to nejen ve vztahu k dětem, ale i k ní. *„Začal se starat o rodinu. Nechodí tolik na pivo, no na pivo nechodil ani tak, ale že se drží víc doma, když to tak řeknu. Ne že by byl předtím nějaký to, ale je prostě jinej.“* - *„Snaží se o nás hodně postarat, aby bylo všechno zajištěný.“*

Výraznou byla kategorie **proměny partnerského vztahu**. Všechny páry s výjimkou dvou párů se shodly na hodnocení jejich vzájemného vztahu po narození dvojčat. Pouze v případě dvou zmíněných párů se názory muže a ženy lišily. V prvním páru muž hodnotil vzájemný vztah negativně, přičemž žena pociťovala s narozením dvojčat zlepšení vztahu. U druhého páru bylo možné pozorovat opak, kdy muž pociťoval sblížení, možná menší ochladnutí v oblasti sexu, avšak žena byla značně nespokojená se současným stavem vztahu.

Z těch párů, které se v hodnocení shodly, převládal názor, že **na počátku se vzájemný vztah zhoršil** konkrétně v období prvního roku až roku a půl, avšak **s postupem času se vrací do normálního stavu nebo se zlepšuje**. Z výpovědí bylo zjištěno, že to souvisí s věkem dětí a také dobou jejich kojení, protože páry mnohdy hodnotily zlepšení právě poté, co přestala žena kojit. Souvisí to také s časovou, fyzickou a psychickou náročností péče o dvě děti se stejnými potřebami. *„Ze začátku to bylo samozřejmě horší, tím že byly nastartovaný děti, vše se točilo kolem nich. Krmení po čtyřech hodinách, tak člověk byl unavený. Snažili jsme se, aby to nezasáhlo do našeho vztahu, ale ten začátek byl fakt krušný. Teďka je to lepší.“* - *„Na začátku nemá člověk žádný čas a tak si myslím, že tohle je takové nejtěžší jakoby pro to partnerské soužití.“*

I když páry uváděly počáteční zhoršení vztahu, nakonec vyzdvihovaly mnoho pozitivních změn. Objevovaly se pozitivní kvality ve smyslu **upevnění vztahu** a **vzájemného sblížení** založeného na společných cílech, zájmech v podobě dětí.

„*Já si myslím, že těmi dětmi se nám to hodně ukotvilo ten vztah. Už jsme rodina. Vnímá to tak i ten manžel, že už máme děti a že nám to prospělo. Vidím to i na sobě, že jsme z toho pořád tak nadšení, že máme už ty dvě děti a že jsme rodina. Posunulo nás to k lepšímu. Upevnilo se to.*“ Jeden muž uvedl, že mají nyní další důvod, proč spolu žít, protože děti jsou závazek, který je k sobě ještě více připoutal. „*Ted' je to pořád dobrý a ještě o důvod navíc být spolu. Míň hrozí, že bychom se rozešli, je to závazek ty děti, už kvůli nim.*“

V případě dvou páru došlo k **vzájemnému sblížení a semknutí**, ovšem **po intimní stránce života pozorují výrazné zhoršení**, které je u jednoho páru způsobeno uspořádáním bytu, u druhého dle výpovědi nedostatkem sil. „*Sblížilo nás to po jiné stránce, manžel mi strašně pomohl a stará se o holky. Co se tak ptám, tak se chová nadstandardně. A po intimní stránce nás to zase oddálilo, neměli jsme sílu.*“ Žena z jednoho páru si myslí, že je narození dvojčat sblížilo, avšak na stranu druhou to mělo i negativní dopad na jejich vztah. „*Určitě lepší, že tam jsou ty děti, společný cíle a starosti a na druhou stranu zase to vytěsnilo takový společný věci, který jsme třeba měli předtím. Takže něco za něco.*“

Tři jedinci chápou změnu v partnerském vztahu jako **posunutí dál, k lepšímu**. Dá se říci směrem k novým kvalitám a na novou úroveň. **Mnohem více** spolu páry dle jejich výpovědí **spolupracují, doplňují se** a v případě nutnosti se zastupují. Díky narození dvojčat si jedinci v pěti případech **uvědomili, co pro ně ten druhý znamená** a jakou oporu v něm mají. „*Já si myslím, že i k lepšímu, že jsme si víc uvědomili, tu oporu v tom druhém. Víc jsme si našli k sobě cestu. Navzájem se víc podporujem.*“ - „*Já si myslím, že i k lepšímu, že jsme si víc uvědomili, tu oporu v tom druhém, protože kolikrát jsem toho měla už dost, tak jsem věděla, že tady ten manžel je a že mi pomůže.*“

Objevily se ovšem i negativní změny ve vzájemném vztahu partnerů. Dva páry pociťují po narození dvojčat **zhoršení vztahu**, dokonce v jednom případě to nazvaly krizí manželství. Vzájemně se oddálili, v důsledku nedostatku času spolu netráví ani tolik času. Ochladnutí lze pozorovat i po intimní stránce života. Jedna žena z těchto párů dokonce charakterizovala vzájemný vztah **jako katastrofu**. Druhá přiznala, že došlo k odsunutí manžela na úkor dětí do pozadí, což se odrazilo na jejich vztahu. Je nutné ovšem říci, že v obou případech hrálo roli i značné pracovní vytížení buď jednoho, nebo obou partnerů.

S kategorií změny v partnerském vztahu se značně překrývá kategorie **intimní stránky života partnerů**. V této kategorii se nestalo, že by spolu páry nesouhlasily a dá se také říci, že se i jednotlivé páry téměř jednoznačně shodly. Na počátku, v období po narození dětí, se sex mezi partnery výrazně omezil, avšak opět s postupem času a věkem dětí, které nepotřebují tolik péče, se vrací oblast vzájemných intimností k normálnímu stavu (*na počátku zhoršení a postupně zlepšování*). „*No jak se narodily, tak to jsme jenom spali. A teď bych řekla, že už se to vrátilo do normálu jako předtím.*“ - „*Co se týká v tom sexu, bylo období, kdy jsme se snažili otěhotnět, tak to bylo častější a intenzivnější a potom prvního půl až třičtvrtě roku, to byla úplná krize. Když jednou do měsíce, tak to bylo hodně. Po tom roce už se to vrací zase k normálu.*“ Na základě výpovědí lze říci, že klíčovými faktory v omezení intenzity sexu byla únava, nedostatek sil, ale i nálada. „*Tím, že se k nim pozdě v noci pořád vstává, tak na to nemáme náladu ani jeden.*“ - „*Člověk je tolik unavený, že večer usne a nemá na nic jiného sílu.*“

Ne ve všech případech se pro respondenty navrácí vše k uspokojivému stavu. Dva muži uvádí, že stále **přetrvávají problémy v intimní stránce života**. „*Co se týče toho sexu, tak tam se ta intenzita snížila a pořád to tak zůstává.*“ Naopak v případě jednoho páru bylo zaznamenané **zlepšení sexuální oblasti** jejich života ve smyslu zvýšení intenzity pohlavního styku.

V kategorii **únava** došlo opět ke shodě ve výpovědích téměř všech participantů. Potvrzovali, že únava ovlivňuje všechny oblasti jejich života a považovali ji za **velmi výraznou**. „*No tak já jsem hodně unavená. Mám teď pocit, že jsem pořád unavená.*“ – „*Já jsem unavená permanentně. Už jsem si na to zvykla.*“ Často se objevovaly zmínky o **absolutním vyčerpání** jak po stránce fyzické, tak psychické nebo o **nedostatku spánku a odpočinku**. „*Tak určitě jako. Já jsem se vlastně, co se holky narodily, nevyspala, takže jo.*“ - „*Ale stejně člověk se pořádně nevyspí. Děcka se převalí a člověk je hnedka vzhůru. Takže ta únava s tím určitě přijde.*“

Znovu jako u předchozích kategorií i v kategorii týkající se únavy jedinci uváděli, že se únava postupně zmenšuje, tím jak děti rostou a nevyžadují tolik časově náročné péče. Čím jsou děti starší, tím je i více možností nechat si je od někoho pohlídat a využít tento čas k odpočinku a načerpání nové energie.

6.6 Odpovědi na výzkumné otázky

V následující podkapitole budou na základě výše prezentovaných výsledků shrnuty zjištění vyplývající z výzkumu a zodpovězeny jednotlivé výzkumné otázky, které byly před zahájením výzkumu stanoveny.

Výzkumná otázka č. 1: Jak se změnil partnerský vztah rodičů dvojčat v oblasti volného času?

Z výsledku výzkumu vyplynulo, že v převážné většině párů došlo k zásahu do společného volného času s narozením dvojčat. Zpozorováno bylo snížení množství času tráveného společně, v některých případech dokonce jeho vymizení. Výrazným problémem v manželském soužití je čas trávený o samotě bez dětí. I když se ve většině případů páry snaží najít čas pro sebe navzájem, podmiňujícím faktorem je hlídání dětí. Ačkoliv většina má možnosti nechat si děti pohlídat, tak tyto možnosti plně nevyužívají, protože přiznávají, že hlídání a péče o dvojčata je náročná, a proto ostatní nechtějí zatěžovat než je nezbytně nutné. Páry by si jednoznačně přály více času pro sebe.

Změnila se i náplň společně tráveného času, která se ve své podstatě točí zejména kolem dětí, které jsou účastníky považovány za novou převažující náplň volného času. Došlo k omezení společných zájmů párů a také ke změně organizace náplně, protože si nemohou dovolit časově náročné aktivity. Méně podnikají aktivity do přírody, méně chodí za kulturou a do společnosti.

Z osobního volného času žen zbylo naprosté minimum, přičemž u mužů se jedná pouze o omezení časových možností. Obecně ale došlo k omezení individuálních zájmů a koníčků. Aby mohl být aspoň nějaký osobní volný čas partnerů zachován, funguje v řadě domácností jakýsi rozvrh volného času, kdy mají partneři rozdělené dny či části dne, které mohou trávit mimo rodinu. Většina párů se vzájemně podporuje a podněcuje k trávení volného času, i když i zde se najdou výjimky.

Výzkumná otázka č. 2: Jak se změnila vzájemná komunikace mezi rodiči dvojčat?

V oblasti komunikace se podle žen výrazně zmenšilo množství vzájemné komunikace, načež muži výrazné změny nepocítují. Ke komunikaci mezi partnery dochází zejména večer, po uložení dětí ke spánku. Komunikace se zestručnila a změnil se i její obsah. Ubylo komunikace týkající se zájmů a koníčků partnerů. Už nejsou tolik probírána témata společných plánů, přání či běžná neutrální témata. Víceméně se celá komunikace

točí kolem dětí, řešení organizačních záležitostí a domácnosti. Mnohem více komunikace spočívá v domlouvání a organizování.

Mezi páry vznikají s narozením dvojčat také více konflikty, které mají mnoho důvodů. Jejich příčinou jsou obvykle rozdílné vzájemné očekávání a představy, také rozdílnost názorů či vzájemné nepochopení. Zvýšená četnost konfliktů souvisí významně s rostoucí únavou a vyčerpaností partnerů.

Většina jedinců není spokojena se vzájemnou komunikací a ocenili by opět více času na ni. Uvědomují si ale, že nelze tento stav změnit, protože jsou dvojčata v nízkém věku. Doufají, že dojde k zlepšení tím, jak budou starší. Názor nemožnosti změnit stávající situaci zastávali zejména muži.

Výzkumná otázka č. 3: Jak se změnil sociální kontakt rodičů s okolím?

Kontakt s přáteli se u rodičů dvojčat většinou omezil, avšak zpravidla lze pozorovat dva protiklady, a to omezení kontaktu s bezdětnou skupinou přátel a sblížení či seznámení s těmi, co děti mají. S těmito páry je spojují společná témata k hovoru, problémy, zájmy. Díky tomu si více rozumí. Naopak s těmi bezdětnými si nemají o čem povídat a nechtějí je zatěžovat.

Na omezení kontaktu s přáteli má vliv nedostatek času, upřednostňování času tráveného s rodinou, ale v několika případech také odlišné místo bydliště. Změnila se i doba a místo setkávání s přáteli.

Nové přátele si našly zejména ženy a to z okruhu dalších matek, protože spolu mohou trávit čas dopoledne a opět mají mnoho společného. Seznámily se nejčastěji v dětských centrech, ve školkách, na hřištích nebo dětských akcích. Muži vytvoření nového okruhu přátel popírají. Z výzkumného šetření vyplývá, že páry nevyhledávaly nové přátele ani z okruhu rodin s dvojčaty.

Naopak s širší rodinou se vztahy výrazně zlepšily a zvýšila se četnost vzájemných návštěv. Došlo ke sblížení s jednotlivými členy rodiny. Významnou roli zde sehrává hlídání dětí, které zintenzivnění vztahů podněcuje.

Výzkumná otázka č. 4: Jak se změnil chod domácnosti po narození dvojčat?

Ve většině rodin se nijak nezměnilo rozdělení rolí v domácnosti. Pokud byla zaznamenaná nějaká změna, jednalo se o více zapojení muže do péče o domácnost nebo naopak přenechání péče na ženě. V mnoha rodinách funguje tradiční rozdělení rolí na mužské a ženské avšak najdou se i takové, kde vše funguje na principu vzájemné domluvy. Spojenost s rozdělením rolí projevují zejména muži, ale i některé ženy. Ty, co jsou nespokojené, by si přály, aby se muž zapojoval více do chodu domácnosti.

Výrazné problémy v domácnostech rodin s dvojčaty se týkají financí. Narození dvou dětí současně znamená dvojnásobek nákladů, a tudíž zásah do rodinného rozpočtu. Mnohdy musely být podniknuty kroky, aby byla náročná finanční situace zvládnuta. Muži si našli brigády nebo jinou formu příjmu, zůstávali v práci na přesčasy nebo si museli najít novou práci. Nakupovány byly zejména starší věci nebo byly děděny od dětí kamarádů či rodinných příslušníků. S finanční situací rodičům často pomohly právě jejich rodiny. V rodinách, které problémy po stránce finanční nepocítily, hrály roli nadprůměrné příjmy rodiny nebo finanční rezervy.

Negativně rodiče hodnotili finanční pomoc rodinám s dvojčaty ze strany státu a fakt, že mají pouze jednu peněžitou pomoc v mateřství a jeden rodičovský příspěvek na dvě děti.

Výzkumná otázka č. 5: Jaké nejvýznamnější změny rodiče pocítují?

Všichni jedinci uvedli, že je narození dvojčat osobně nějakým způsobem změnilo. Nejvíce se proměnil žebříček životních hodnot, ve kterém stanuly na prvním místě děti. Změnil se také pohled na svět. Jedinci jsou nyní více empatičtí a citliví k událostem v okolí či k životním situacím lidí. Jejich život je ale také mnohem více poznamenán strachem, a proto jsou opatrnější a zodpovědnější. Po narození dětí si také nově utváří některé názory. Nejpozitivnější změnou je dosažení osobního štěstí a naplnění životního smyslu s narozením dětí. Většina mužů nepozoruje nějakou změnu u své partnerky, avšak ženy si všimly, že si jejich muži po narození dvojčat vytvořili vztah k dětem. Jsou více starostliví a zodpovědní.

V oblasti změny partnerského vztahu došlo v období po porodu dvojčat ke zhoršení vzájemného vztahu, avšak s postupem času, jak děti rostou, se vztah zlepšuje. Zlom v mnoha párech nastal poté, co žena přestala kojit. Obecně však došlo k upevnění

partnerského vztahu a vzájemnému sblížení. Vztah se v některých případech s narozením dvojčat posunul dál k lepšímu a obohatil se. Jedinci si uvědomili hodnotu toho druhého.

K zhoršení však došlo v intimní stránce života páru zejména opět v období prvního roku až roku a půl věku dvojčat, avšak páry pozorují postupně návrat k původnímu stavu. Na tuto změnu měla vliv únava, vyčerpání, nedostatek sil a nálada. V životě rodičů dvojčat hraje zásadní roli nepřetržitá únava, absolutní vyčerpání, nedostatek spánku a odpočinku. Všichni jedinci považují péči o dvojčata za fyzicky i psychicky náročnou.

7. Diskuze

V předcházející kapitole byly prezentovány výsledky získané z výzkumu a zodpovězeny výzkumné otázky. V této kapitole budou hlavní výsledky výzkumu rozebrány detailněji a srovnány s dosavadními výzkumy vztahující se k tématu této práce. Avšak vzhledem k tomu, že je nedostatek výzkumů orientující se konkrétně na páry s dvojčaty, budou použity i výzkumy z oblasti přechodu k rodičovství obecně. Budou zhodnoceny také přínosy práce či úskalí práce a podány doporučení pro další výzkum či pro budoucí rodiče dvojčat.

Z výzkumu vyplynulo, že partneři mají mnohem méně společného i osobního volného času. S tímto zjištěním se shodují výsledky výzkumu Multiple Births Canada Health and Education Committee (březen 2008), ve kterém rodiče dvojčat také negativně hodnotili nedostatek času na sebe a na partnerský vztah. Obecně trávili méně času jako pár, což účastníci našeho výzkumu také potvrdili. I rodiče ve výzkumu Benešové (2010) považovali za nejtěžší vyrovnat se s nedostatkem volného času. Bowmanová a Ryanová (2014) potvrzují, že stát se rodičem dvojčat znamená mít méně času na všechno, zejména na partnera. Vzhledem k časové náročnosti péče o dvojčata lze tyto výsledky předpokládat, avšak rodiče by se měli snažit zachovat i rovinu partnerskou a trávit čas jen ve dvou.

Předpokládala jsem, že budou muži hodnotit množství společně tráveného času hůře než ženy v důsledku pocitů odstrčenosti, protože podle Vágnerové (2007) muži špatně snáší snížení zájmu o jejich osobu ze strany ženy, avšak tyto moje domněnky se nepotvrdily, protože právě muži udávali, že se množství času nezměnilo nebo se shodovali s partnerkami v redukci společného času. Ženy v mém výzkumu měly po narození dvojčat minimum volného času, přičemž ženy z výzkumu Benešové (2010) na tom byly podobně, protože téměř polovina neměla žádný osobní čas nebo si ho udělala maximálně několikrát do roka. Muži v 80 % pocítovali pouze omezení volného času stejně jako otcové v mém výzkumu.

Mezi rodiči dvojčat došlo k omezení komunikace, a to jak po stránce kvantitativní, tak kvalitativní. Rodiče si mnohem méně povídají o sobě. Z výzkumu Multiple Births Canada Health and Education Committee (březen 2008) vyplývá, že rodiče mají tendenci zapomínat na komunikaci o vztahu a o osobních potřebách. Vznikají mezi nimi také více konflikty. Zvýšená četnost konfliktů byla zaznamenána i v mém výzkumu. Důvodem byla

zejména rozdílná vzájemná očekávání a představy, ať už v oblasti výchovy dětí nebo rozdělení domácích prací. Výsledky se shodují s výsledky Kluwerové a Johnsona (2007), kteří ačkoli ve výzkumu párů s jedním dítětem, zaznamenali jako hlavní téma konfliktů jiné představy o rozdělení prací.

Ačkoliv omezení kontaktů potvrdili muži i ženy, očekávala jsem, že budou omezení sociálních kontaktů uvádět více ženy ve spojitosti s pocity osamění. Tyto výsledky by odpovídaly výzkumu Tvarogové (2011), kdy se ženy na mateřské dovolené v důsledku omezení kontaktů musely vyrovnávat se sociální izolací. Právě i matky, které se zúčastnily výzkumu Benešové (2010), se téměř v 70 % případů cítily osaměle. O sociální izolaci však mluvila pouze jedna žena. Otázkou je, jestli ženy opravdu nepocítovaly sociální izolaci nebo ji pouze z nějakého důvodu nevyjadřovaly. Na problematiku sociální izolace matek s dvojčaty by bylo vhodné se v dalším výzkumu více zaměřit a porovnat ji s izolací matek po narození jednoho dítěte.

Participantů se setkávali mnohem více s rodinami konkrétně sourozenci či rodiči a vytvořili si nová přátelství s dalšími rodinami. Jak uvádím v teoretické části, je pro zvládnutí přechodu k rodičovství podstatná sociální opora přátel a rodiny (Francine de et al., 2006). Můžeme to tedy přičítat zvýšenému zájmu ze strany rodiny, ale také zvýšené potřebě podpory a pomoci rodičů. Therouxová (1989) považuje v životě rodin s dvojčaty pomoc od rodiny a přátel za nezbytně nutnou.

Jak je zmíněno v teoretické části, Cowanová a Cowan (1995) či Gottman a Schwartz-Gottmanová (2007) ve výzkumech zabývajících se vztahem partnerů po narození jednoho dítětem předpokládají zhoršení partnerského vztahu a pokles manželské spokojenosti. Dalo by se tedy předpokládat, že budou nalezeny podobné výsledky i u rodičů dvojčat a že se snížené množství společného času, fyzické i psychické vyčerpání či stres spojený s péčí dvojčat odrazí v kvalitě partnerského vztahu. Výsledky však překvapivě dokazují, že se manželský vztah respondentů zlepšil, mírné zhoršení respondenti vyzorovali pouze v období do roku, do roku a půl, což lze přičítat zvýšenému stresu v důsledku náročnější adaptace na život s dvojčaty, avšak poté došlo k vzájemnému sblížení a upevnění vztahu.

S mými výsledky se shodují i výsledky výzkumu Multiple Births Canada Health and Education Committee (březen 2008), ve kterém 34 % rodičů s dvojčaty do jednoho roku uvedlo zhoršení vztahu avšak do 3 let věku pouhých 15 %. V obou případech se ale počet těch, kteří hodnotí vzájemný vztah jako lepší, pohyboval kolem 40 %. Rodiče si také více

pomáhají, respektují a spolupracují spolu. Ke stejným výsledkům došla i Benešová (2010), když rodiče v jejím výzkumu uváděli partnerskou krizi pouze v necelých 30 % případů. Že dochází k upevnění a stmelení vzájemného vztahu rodičů po narození dvojčat vyplývá i z výzkumu Honzáka (2009).

Úskalí vidím ve faktu, že se jedná o citlivé téma a je nutno brát v potaz, že jedincům se nepadno přiznává krize manželství, a proto mohou výsledky klamat. Usuzuji, že partcipanti, kteří by měli po narození dvojčat rozvrácený vztah, by s účastí ve výzkumu ve většině případů nesouhlasili, a proto se tedy možná v mém výzkumu objevily pouze dva páry, které hodnotily kvalitu vztahu negativně. Na druhou stranu se domnívám, že náročná situace narození dvojčat opravdu může upevnit vzájemný vztah, protože rodiče si nyní musí být větší oporou. Musí spolu více spolupracovat a navíc je spojují pocity, že jsou nyní rodina. Jak uvádí Vágnerová (2007) sdílení péče o dítě vede k prohloubení vztahu. Rodičové dvojčat se musí o péči dělit dvojnásobně. Vhodné by bylo zjistit, kolik párů po narození dvojčat vyhledá odbornou pomoc v důsledku manželské krize, či jaké procento v manželských a rodinných poradnách tvoří rodiny s dvojčaty.

Výsledky týkající se změny vlastní osoby a osoby partnera odpovídají výsledkům Benešové (2010). Rodičům dvojčat se změnily zejména hodnoty a priority, přičemž na první místo vystoupala rodina a děti. Změnil se také pohled na svět. Muži získali nové vědomosti o dětech a vytvořili si k nim vztah. Rodiče získali pochopení pro ostatní a stali se zodpovědnějšími. Nejpozitivnější změnou bylo naplnění života štěstím a nalezení životního smyslu. To je ve shodě s tvrzením Vágnerové (2007), že dítě může vést k naplnění života rodičů a stát se smyslem jejich života.

V oblasti partnerského vztahu byla zaznamenána nižší frekvence sexuálních styků na počátku přechodu k rodičovství. Ke stejným výsledkům došla ve svém výzkumu Benešová (2010) a také Multiple Births Canada Health and Education Committee (březen 2008). Jako důvody partneri uváděli únavu, vyčerpání a náladu, ovšem ani jednou nebyla zmíněna nechuť ženy. Respondenti také mluvili pouze o četnosti, ale nebyly zaznamenány žádné změny v kvalitě prožitku. Je možné, že vzhledem k citlivosti tématu, nebyla vytvořena natolik důvěrná atmosféra, aby měli respondenti chuť toto téma více rozebírat. To lze usuzovat i na základě stručnosti odpovědí v této oblasti. Mohli otázky týkající se intimní stránky života považovat za příliš velký zásah do jejich soukromí.

Účastníci výzkumu uváděli, že život od narození dvojčat výrazně poznamenává únava, vyčerpání fyzické i psychické a také nedostatek spánku. Dá se říci, že se jedná o obvyklý jev u rodin s dvojčaty, protože i mnoho dalších autorů, například Campbellová et al. (2004) či Bowmanová a Ryanová (2014), dokazují, že únava, spánková deprivace a nedostatek energie jsou součástí každodenního života rodičů s dvojčaty. I Benešová (2010) došla k závěrům, že pro rodiče dvojčat je nejtěžší vyrovnat se s nedostatkem spánku, fyzickou a psychickou náročností péče o dvojčata.

Únava, nedostatek spánku způsobují stres a negativně ovlivňují spokojenost jedinců. Výrazným zdrojem stresu jsou také finance. Jak bylo uvedeno v teoretické části podle Leonardové a Dentonové (2006) nebo Campbellové et al. (2004) narození dvojčat vyžaduje mnoho finančních výdajů v jeden okamžik a hned dvojnásobných. Více jak polovina párů ve výzkumu uvedla, že pocítují problémy po finanční stránce. Tyto páry musely také podnikat různé kroky, aby finanční situaci zvládly. Ve výzkumu Multiple Births Canada Health and Education Committee (březen 2008) považují jedinci finanční stránku za velice stresující a také za jeden z hlavních dopadů narození dvojčat na jejich život. I všichni rodiče ve výzkumu Honzáka (2009) negativně hodnotili podporu ze strany státu i zaměstnavatelů. Uvítali by finanční pomoc od státu a od zaměstnavatele možnost zkrácení pracovního úvazku či pružnou pracovní dobu.

V otázce rozdělení rolí jsem očekávala výsledky vypovídající o výraznějším zapojování mužů do chodu domácnosti po narození dvojčat, avšak téměř ve všech případech byla rodinná situace v této oblasti bez změny. Pouze ve dvou případech se muži zapojovali více. Dané výsledky ukazují, že se muži opravdu nezapojují více do chodu domácnosti, ale na druhou stranu se zapojují více do péče o děti. V podstatě se dá říci, že muž se vzhledem k situaci musí zapojovat do péče o dvojčata. Vhodné by bylo zaměřit se na porovnání otců dvojčat a jednoho dítěte, co se týče zapojení do domácnosti a do péče o děti.

Ve výzkumu jedinci mnohokrát v různých souvislostech zmiňovali, že se jejich situace lepší s věkem dětí a tento vývoj očekávají i do budoucna. Rodičové dvojčat ve výzkumu Multiple Births Canada Health and Education Committee (březen 2008) také uváděli, že první rok a půl byl náročný, stresující, ale vše se zlepšovalo, jak byly děti starší. I Honzák (2009) považuje zejména první rok po narození dvojčat za nejobtížnější a nejkrizovější.

Z výzkumů vyplynula od samotných rodičů dvojčat doporučení budoucím rodičům, co dělat, aby partnerský vztah fungoval i po narození dvojčat. Tyto rady v podstatě vyplývají ze změn, které byly ve výzkumu zaznamenány. Rodiče rozhodně doporučují udělat si čas na sebe jako pár a najít si nějakou možnost hlídání. V oblasti komunikace doporučují být k sobě otevření a společně se domluvit již před porodem, jak bude vše probíhat. Dále zdůrazňují komunikaci i na jiná témata než jsou děti a domácnost. V případě žen se nebát říct si partnerovi o pomoc. Zůstaneme-li u žen, tak mnoho žen radí, aby matky nezapomínaly samy na sebe a byly svým způsobem sobecké. V páru by se jedinci měli tolerovat, vzájemně si pomáhat, být si oporou a vytvořit tým. Muž by se měl od začátku zapojit do péče o dvojčata. Rodiče také pozitivně hodnotili zavedení režimu dětí. Krásně shrnula život s dvojčaty jedna respondentka. „*Doporučila bych těm rodičům, co čekají dvojčata, tak ať se toho nebojí, že to má plusy i minusy, ale že potom ty plusy časem určitě převažují.*“

Zavedení režimu dětí, organizaci času a práce považuje i Frydrychovská (2007) za základní předpoklad pro zvládnutí života s dvojčaty. Rodiče z jejího výzkumu řadí k jedné z podmínek správného fungování rodiny po narození dvojčat kvalitní partnerský vztah založený na vzájemné důvěře, pomoci a spolupráci. Vyzdvihují zejména využití pomoci okolí a zapojení rodiny.

Problematika partnerského vztahu rodičů dvojčat, ale i rodin s dvojčaty obecně by měla být dle mého názoru více zkoumána. Studií týkající se tématu dvojčat v českém prostředí najdeme velice málo a lze říci, že je tato práce v tomto ohledu výjimečná. Na život rodin s dvojčaty by se měla více zaměřit odborná veřejnost, aby dostávali partneri dostatek informací o tom, co je v životě čeká, již před narozením dvojčat. Dále aby měli pocit podpory a tím eliminovali své obavy. Vhodné by bylo zjistit od rodičů dvojčat, nakolik byli před porodem informováni ze strany lékařského personálu a jakou pocítovali oporu. Užitečné by rozhodně bylo rozšířit síť center pro rodiny s dvojčaty a vícerčaty i do menších měst, protože právě sdílení a pocity sounáležitosti rodičům situaci ulehčují. Myslím si, že by bylo vhodné přiblížit život rodin s dvojčaty i laické veřejnosti, aby pochopila jejich reálné fungování, protože jak respondenti mnohokrát zmínili, často se setkali s nevhodnými reakcemi okolí.

Významný přínos by měl v budoucnosti longitudinální výzkum zkoumající vývoj partnerského vztahu s postupem věku dětí a také podrobnější vývoj rodinného fungování

například vztah staršího sourozence k dvojčatům. K této otázce jsem se dostala během rozhovoru u dvou rodin, avšak vzhledem k tomu, že se přímo k této oblasti nevztahovala žádná výzkumná otázka a získané informace byly útržkovité, nebyly údaje zahrnuty do samotných výsledků. Považuji to ovšem za významný podnět k dalšímu výzkumu, protože narození dvojčat do rodiny se starším dítětem je stresující situací jak pro samotné dítě, tak pro rodiče. V dalším výzkumu by bylo vhodné zaměřit se také detailněji na jednotlivé oblasti a specifika života rodin s dvojčaty. Zjistit, s jakými obtížemi se v péči potýkají a jak se to dále odráží na rodinných vztazích.

Jsem si vědoma, že nelze výsledky práce zobecňovat na celou populaci, protože počet participantů byl malý a nedošlo k úplné saturaci dat, avšak i přesto si myslím, že bude tato práce přínosem zejména budoucím rodičům dvojčat, kteří se ujistí, že jejich pocity nejsou neobvyklé a že ostatní páry prožívají něco podobného. Význam by práce mohla mít i pro veřejnost, aby si udělala jasnější představu o tom, co rodiny, konkrétně manželské páry, po narození dvojčat prožívají.

Dalším limitem je již zmíněná možnost, že se výzkumu nejspíš zúčastnily páry, které narození dvojčat zvládly bez větších problémů a kritického zásahu do jejich života, avšak objevily se dva páry, které i přes krizi byly ochotné se o své zkušenosti podělit. Rozhovory probíhaly vesměs v domácnostech rodin za přítomnosti dětí, tudíž se ve výsledcích může odrážet i nedostatek pozornosti a zaujetí pro otázky.

8. Závěry

Narození dvojčat má vliv na partnerský vztah a jednotlivé aspekty fungování rodiny, protože se jedná o náročnou životní situaci. Z výzkumu vyplynuly následující nejvýznamnější výsledky:

- Rodiče tráví po narození dvojčat jako pár méně společného volného času, avšak polovina z nich si čas na sebe najde. Došlo dále k omezení společných zájmů. Většinu volného času tráví i s dvojčaty jako rodina.
- Z důvodu časového omezení rodiče praktikují časově méně náročné aktivity a celkově se náplň volného času přizpůsobila dětem.
- U žen byla zaznamenaná změna ve smyslu vymizení či zachování minima osobního volného času. Muži pocítují pouze omezení volného času.
- Podle mužů se vzájemná komunikace nezměnila. Ženy ovšem hodnotí množství vzájemné komunikace jako menší. Ubylo komunikace o společných zájmech a zážitcích. Obsahem komunikace jsou zejména děti, domácnost a jiné organizační záležitosti.
- Mezi partnery vznikají po narození dvojčat více konflikty plynoucí z rozdílných představ a očekávání.
- Nespokojenost s komunikací vyjadřují zejména ženy. Muži jsou spokojeni nebo považují za nemožné, současný stav komunikace měnit.
- Rodiče dvojčat vnímají omezení kontaktů s přáteli. Odcizení nastalo s bezdětnými přáteli, sblížení naopak s rodinami s dětmi. Nové přátele si vytvořily hlavně ženy a to z okruhu dalších matek.
- Polovina párů se díky dvojčatům sblížila s širší rodinou. Zbytek nepocítuje změnu nebo se setkal s nezájmem rodiny.
- Rozdělení rolí v domácnosti se ve většině případů nezměnilo. V rodinách zpravidla funguje tradiční genderové rozdělení rolí. Muži jsou s tímto rozdělením spokojeni. Ženy vyjadřují v polovině případů také spokojenost, ale objevují se i projevy nespokojenosti.
- Narození dvojčat je také finančně náročnou situací. Ve více jak polovině případů rodiny zažívaly finanční potíže, které musely řešit brigádami či změnou zaměstnání. Zbytek problémy nepocítil díky vysokým příjmům a finančním rezervám. Rodičům

s financemi výrazně pomáhají rodiny. Negativně je hodnocena státní podpora rodin s dvojčaty.

- Jedincům se po narození dvojčat změnil zejména žebříček hodnot a priority. Změnil se také jejich pohled na svět. Ovšem jejich život je více naplněn strachem, a díky tomu se stali se zodpovědnějšími, opatrnějšími. Jsou nyní citlivější a více empatictí. Rodičové pociťují životní naplnění a obohacení po narození dvojčat. Jejich život dostal nový smysl.
- U své partnerky si muži většinou nevíšimli žádné změny. Ženy však hodnotily muže jako starostlivější a zodpovědnější. Díky narození dvojčat si muži našli cestu k dětem.
- Vzájemný vztah partnerů se bezprostředně po narození dvojčat zhoršil, avšak po adaptaci na život s dvojčaty se výrazně zlepšil, upevnil a došlo k vzájemnému sblížení. Partneři spolu více spolupracují a jsou si oporou. Podobný vývoj měl i sexuální vztah partnerů. Po porodu se intenzita pohlavních styků snížila zejména z důvodu únavy a vyčerpání, avšak postupně se intimní život partnerů vrací do původní podoby.
- Život s dvojčaty je poznamenán výraznou únavou, vyčerpáním fyzickým i psychickým. Rodiče negativně hodnotí nedostatek spánku a odpočinku.

Souhrn

Bakalářská práce se věnuje problematice proměny partnerského vztahu po narození dvojčat. Snaží se zachytit oblasti změny v partnerském vztahu a v jednotlivých aspektech fungování rodiny.

V teoretické části je nejprve definován partnerský vztah jako nejvýznamnější intimní vztah mladého dospělého člověka. Před tím, než partnerský vztah vznikne, si jedinec vybírá partnera. Výběr partnera se řídí mnoha principy, má určitý průběh a ovlivňuje ho mnoho faktorů jak vnitřních, tak vnějších. K výběru partnera se také váže řada teorií přibližující zákonitosti výběru partnera. Jedinci vstupující do partnerského vztahu mají určitá očekávání, která se v případě mužů a žen liší. Vhodné je, aby spolu partneři již na začátku otevřeně komunikovali a vyjádřili navzájem své představy. Poté se může partnerský vztah vyvíjet správným směrem. Každý partnerský vztah se mění a prochází jednotlivými stádii od zamilovanosti po zralý vztah. Dojde-li do fáze, kdy jsou jedinci rozhodnutí spolu nadále žít, uzavírají manželství.

Manželský život má určité složky, jako péče o děti, hospodaření s financemi a jiné. Spokojenost v manželství se odvíjí i od správného fungování těchto složek a součinnosti obou partnerů. Na spokojenosti se také podílí mnoho dalších faktorů. Existují pilíře dlouhodobého spokojeného manželského vztahu. Aby jedinci udrželi vztah spokojený, využívají určité udržovací strategie. Vyústěním spokojeného manželství je rozhodnutí stát se rodiči.

Přechod k rodičovství mění život partnerů. Už nejsou dva, ale stává se z nich rodina. Rodičovství uspokojuje jedincům potřeby, přináší mnoho pozitivních hodnot, ale na druhou stranu vyžaduje od rodičů i své oběti. Rodičovství má na partnerský vztah vliv, ať už pozitivní či negativní. I přechod k rodičovství probíhá pod vlivem mnoha faktorů. Jedinci mají určitou motivaci a důvody, proč se chtějí stát rodiči. Tím, že se stanou rodiči, získají také novou roli, kterou mají připsanou na celý život. Rodičovské role muže a ženy se liší. Dá se říci, že role matky je obtížnější, protože ženě se mění celý dosavadní život. Matka je stěžejní a primární osobou v životě dítěte. Pro dítě je v životě ovšem nezbytný i otec a jeho otcovská role, která roli matky doplňuje. Otec do života dítěte přináší pro život bezpochyby významné, avšak jiné kvality než matka.

Přechod k rodičovství může být krásnější, ale i náročnější, stanou-li se jedinci rodiči dvojčat. Život s dvojčaty má svá specifika, protože vyžaduje dvojnásobek času, energie, trpělivosti, úsilí i financí. Samotná adaptace na život s dvojčaty začíná diagnostikou dvojčetného těhotenství, která mnohdy vyvolává ambivalentní pocity a reakce. Rodiče začínají uvažovat o pozitivích, ale i negativích narození dvojčat. V tuto chvíli jsou jim nejvíce k užitku odborníci a ostatní rodiny s dvojčaty se svojí podporou. Dvojčetné těhotenství, stejně jako porod dvojčat, je více komplikovaný oproti situaci s jedním dítětem. To se také odráží na adaptaci k životu s dvojčaty. Příchod matky domů zasáhne celou rodinu, která je významným pomocníkem v péči o dvojčata.

Péče o dvojčata je náročná, protože je nutné uspokojovat stejné potřeby dvou dětem současně a dělit pozornost mezi dvě děti. Matky by se neměly ostýchat říct si o pomoc. Od začátku by měl být také zapojen do péče otec dvojčat. Ten má významnou roli i v interakci rodič-dítě, protože zosobňuje svým způsobem druhou matku. Interakce mezi rodičem a dvojčaty je specifická stejně jako péče v tom, že je nutné dělit pozornost, náklonnost a lásku mezi dvě děti. Celkově rodinné interakce jsou díky dvojčatům odlišné. Život s dvojčaty je nejen náročný na čas a energii, ale i již zmíněné finance, které znamenají pro mnoho rodin značnou zátěž. Situaci by jim ulehčila finanční pomoc státu. Tuto pomoc v určité podobě včetně podpory mohou najít v centrech pro rodiny s dvojčaty.

Výzkumná část práce navazuje na část teoretickou. Hlavním cílem práce bylo zmapovat, jak se z pohledu obou rodičů změnil jejich partnerský vztah a vybrané aspekty fungování rodiny po narození dvojčat. K naplnění cíle byly formulovány jednotlivé výzkumné otázky. Zvolen byl kvalitativní výzkum, aby bylo možné podrobné zkoumání jevu. Z jednotlivých typů výzkumu v rámci kvalitativního přístupu byla použita vícečetná případová studie. Ke sběru dat jsem využila polostrukturovaný rozhovor, přičemž k jejich záznamu sloužil audiozáznam. K výběru rodičů byla použita metoda samosběru a prostého záměrného výběru. Výzkumný soubor tvořilo deset rodičovských párů dvojčaty od dvou do tří let věku. Získaná data byla zpracována pomocí transkripce a transkriptované rozhovory dále prostřednictvím obsahové analýzy zahrnující kódování, vytváření kategorií a podkategorií. K analýze byla využita metoda vytváření trsů a zachycení vzorců.

Ve výzkumu bylo zjištěno, že se množství společně tráveného času partnerů po narození dvojčat snížilo. Trávit čas o samotě není samozřejmostí a závisí na možnostech hlídání. K redukci došlo také v oblasti osobního volného času. Muži pocítují

pouze omezení a ženy úplnou ztrátu. Omezené jsou po narození dvojčat také společné zájmy. Náplň volného času tvoří nově děti a vše kolem nich. Obecně náplň volného času podmiňuje časové omezení.

V oblasti komunikace se dle tvrzení žen množství vzájemné komunikace snížilo, muži žádné změny nepozorují. Změnil se zejména obsah, kdy páry téměř nehovoří o společných zájmech a plánech, ale orientují se na témata dětí, domácnosti a organizačních záležitostí. Změnily se i další charakteristiky komunikace. Mimo jiné se zvýšil počet konfliktů vznikajících mezi partnery. Konflikty plynou z rozdílných představ a očekávání.

Sociální kontakty rodičů zejména s bezdětnými přáteli se omezily, avšak na druhou stranu došlo ke sblížení s rodinami, které mají také děti. Spojují je společná témata ke konverzaci, stejné problémy a zájmy. S těmi bezdětnými v této oblasti došlo k odcizení. Svoji roli hraje také nedostatek času. Avšak většina žen si vytvořila nové přátele z okruhu dalších matek, se kterými se seznámila na místech, jako jsou dětská centra, hřiště a podobně. Zlepšení vztahu po narození dvojčat nastalo s širší rodinou.

Rozdělení rolí se ve většině domácností nijak nezměnilo. Zpravidla zde funguje tradiční rozdělení rolí. Spokojenost s rozdělením projevují muži i ženy, jen malá část žen cítí nespokojenost. Nelehkou finanční situaci zažívá po narození dvojčat víc jak polovina párů a v těchto případech musely rodiny řešit situaci nalezením brigády či novým zaměstnáním.

Jedincům se změnil žebříček hodnot a priority. Změnil se jejich pohled na svět. Mají více strach. Jsou zodpovědnější, opatrnější a citlivější k okolí. Narozením dvojčat dosáhli osobního štěstí a naplnění života. Co se týče změny partnera, tak muži nezpozorovali většinou u žen žádnou změnu, ženy nejčastěji zmiňovaly vytvoření vztahu k dětem u mužů a získání zodpovědnosti. Partnerský vztah jedinců se zhoršil pouze v období do prvního roku, poté se jedinci vzájemně sblížili a jejich vztah se upevnil. Podobný vývoj měl i sexuální život páru, protože z počátku se intenzita pohlavních styků snížila, avšak postupně došlo k návratu do původního stavu. Výrazná je v životě rodičů s dvojčaty únava, fyzické a psychické vyčerpání spojené s nedostatkem spánku a odpočinku.

Na základě získaných výsledků byly zodpovězeny jednotlivé výzkumné otázky a samotné výsledky byly uvedeny do souvislostí a detailně rozebrány v diskuzi.

Seznam použitých zdrojů a literatury

- Adamsons, K. (2013). Predictors of relationship quality during the transition to parenthood. *Journal Of Reproductive & Infant Psychology*, 31(2), 160-171. doi:10.1080/02646838.2013.791919.
- Ainslie, R. C. (1997). *The psychology of twinship*. Northvale, N. J.: Jason Aronson.
- Ballnik, P. (2012). *Otcem i po rozvodu*. Praha: Portál.
- Benešová, M. (2010). *Specifika rodičovství a výchovy dvojčat*. (Nepublikovaná diplomová práce). Univerzita Karlova v Praze.
- Benokraitis, N. J. (2012). *Marriages and families. Changes, choices and constraints(7thEd.)*. Prentice Hall: Pearson Education.
- Bouchard, G. (2014). The quality of the parenting alliance during the transition to parenthood. *Canadian Journal Of Behavioural Science/Revue Canadienne Des Sciences Du Comportement*, 46(1), 20-28. doi:10.1037/a0031259.
- Bowman, K. & Ryan, L. (2014). *Twins: a practical guide to parenting multiples from conception to preschool*. Sydney: Allen & Unwin.
- Brisch, K. H. (2012). *Bezpečná výchova: budování jisté vztahové vazby mezi rodiči a dětmi*. Praha: Portál.
- Bryan, E. (2002). Regular Articles: Educating families, before, during and after a multiple birth. *Seminars In Neonatology*, 7241-246. doi:10.1053/siny.2002.0111.
- Bryan, E. (2003). The impact of multiple preterm births on the family. *BJOG: An International Journal Of Obstetrics And Gynaecology*, 110(Supplement 20), 24-28. doi:10.1016/S1470-0328(03)00014-4.
- Campbell, D., van Teijlingen, E. R., & Yip, L. (2004). 11: Economic and social implications of multiple birth. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 18(Multiple Pregnancies), 657-668. doi:10.1016/j.bpobgyn.2004.04.016.
- Cassidy, T., & Sintrovani, P. (2008). Motives for parenthood, psychosocial factors and health in women undergoing IVF. *Journal Of Reproductive & Infant Psychology*, 26(1), 4-17. doi:10.1080/02646830701691392.
- Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícčrčaty (2015). *Výroční zpráva 2014*. Olomouc: Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícčrčaty.
- Corbin, J. M., & Strauss, A. L. (1999). *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert.

- Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1995). Interventions to Ease the Transition to Parenthood: Why They Are Needed and What They Can Do. *Family Relations*, (4), 412.
- Dallaire, Y. (2009). *Láska a sexualita v trvalém vztahu*. Praha: Portál
- Damato, E. G. (2004). Predictors of prenatal attachment in mothers of twins. *Journal Of Obstetric, Gynecologic, And Neonatal Nursing: JOGNN/NAACOG*, 33(4), 436-445.
- Dindia, K. (2003). Definitions and perspectives on relational maintenance communication. In D. J. Canary, M. Dainton, D. J. Canary, M. Dainton (Eds.), *Maintaining relationships through communication: Relational, contextual, and cultural variations* (pp. 1-73). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Epifanio, M. S., Genna, V., De Luca, C., Roccella, M., & La Grutta, S. (2015). Paternal and maternal transition to parenthood: the risk of postpartum depression and parenting stress. *Pediatric Reports*, 7(2), 38-44. doi:10.4081/pr.2015.5872.
- Flais, S. V. (2009). *Raising Twins: From Pregnancy to Preschool*. Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.
- Francine de, M., Carl, L., & Élyse, A. (2006). The transition to fatherhood: the role of formal and informal support structures during the post-partum period/La transición de la paternidad: una contribución de las estructuras de apoyo formal e informal durante el período postnatal / Transição para o papel de pai: contribuição das estruturas de apoio formal e informal no período pós-natal. *Texto & Contexto - Enfermagem*, (4), 601. doi:10.1590/S0104-07072006000400008.
- Frydrychovská, Z. (2007). *Psychologická charakteristika rodin s dvojčaty*. (Nepublikovaná diplomová práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
- Goshen-Gottstein, E. R. (1980). The mothering of twins, triplets and quadruplets. *Psychiatry*, 43(3), 189-204.
- Gottman, J. M., & Schwartz-Gottman, J. (2007). *And baby makes three: The six-step plan for preserving marital intimacy and rekindling romance after baby arrives*. New York: Crown Publishing.
- Gromada, K. (1981). Maternal-infants attachment: the first step toward individualizing twins. *MCN: The American Journal of Maternal/Child Nursing*, 6(2), 129-134.

- Hargašová, M., & Novák, T. (2007). *Předmanželské poradenství*. Praha: Grada Publishing.
- Hartl, P., & Hartlová, H. (2010). *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Helus, Z. (2015). *Sociální psychologie pro pedagogy*. Praha: Grada Publishing.
- Hendl, J. (2012). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Honzák, R. (2009). *Rodičovské role v rodinách s dvojčaty*. (Nepublikovaná diplomová práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
- Jackson-Dwyer, D. (2014). *Interpersonal relationships*. New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Jandourek, J. (2001). *Sociologický slovník*. Praha: Portál.
- Kluwer, E., & Johnson, M. (2007). Conflict Frequency and Relationship Quality Across the Transition to Parenthood. *Journal of Marriage and Family*, 69(5), 1089-1106.
- Kratochvíl, S. (2009). *Manželská a párová terapie*. Praha: Portál.
- Lacinová, L., & Škrdlíková, P. (2008). *Dost dobří rodiče, aneb, Drobné chyby ve výchově dovoleny*. Praha: Portál.
- Langdridge, D., Sheeran, P., & Connolly, K. (2005). Understanding the reasons for parenthood. *Journal Of Reproductive & Infant Psychology*, 23(2), 121-133. doi:10.1080/02646830500129438.
- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006) *Vývojová psychologie*. 2. Praha: Grada Publishing.
- Leonard, L. G., & Denton, J. (2006). Preparation for parenting multiple birth children. *Early Human Development*, 82371-378. doi:10.1016/j.earlhumdev.2006.03.009.
- Lytton, H. (1980). *Parent-child interaction: The socialization process observed in twin and singleton families*. New York, N. Y: Plenum Press.
- Lytton, H., & Gallagher, L. (2002). Parenting twins and the genetics of parenting. In M. H. Bornstein, M. H. Bornstein (Eds.), *Handbook of parenting: Vol. 1: Children and parenting (2nd ed.)* (pp. 227-253). Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Mackey, R. A., and O'Brien, B. A. (1995). *Lasting Marriages: Men and Women Growing Together*. Westport, Connecticut: Praeger.
- Matějček, Z. (1994). *O rodině vlastní, nevlastní a náhradní*. Praha: Portál.

- Matějková, E. (2007). *Jak řešit konflikty a problémy v partnerských vztazích*. Praha: Grada Publishing.
- Matoušek, O. (2003). *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON).
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada Publishing.
- Možný, I. (2008). *Rodina a společnost*. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON).
- Multiple Births Canada Health and Education Committee. (Březen 2008). *Multiples and Impact on Couple Relationships*. Získáno z <http://multiplebirthscanada.org/index.php/education/research/>.
- Neifert, M., & Thorpe, J. (1990). Twins: family adjustment, parenting, and infant feeding in the fourth trimester. *Clinical Obstetrics And Gynecology*, 33(1), 102-113.
- Nicolson, P. (2001). *Poporodní deprese*. Praha: Grada Publishing.
- Nys, K., Colpin, H., De Munter, A., & Vandemeulebroecke, L. (1998). Feelings and the need for information and counselling of expectant parents of twins. *Twin Research: The Official Journal Of The International Society For Twin Studies*, 1(3), 142-149.
- Petch, J., & Halford, W. K. (2008). Psycho-education to enhance couples' transition to parenthood. *Clinical Psychology Review*, 28, 1125 – 1137. doi:10.1016/j.cpr.2008.03.005.
- Piontelli, A. (2002). *Twins: From fetus to child*. New York, NY, US: Routledge.
- Plaňava, I. (Ed.). (2000). *Manželství a rodiny: struktura, dynamika, komunikace*. Brno: Doplněk.
- Plzák, M. (1998). *Klíč k výběru partnera pro manželství*. Praha: Motto.
- Plzák, M. (1988). *Poruchy manželského soužití: (Úvod do matrimoniopatologie)*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Polomeno, V. (2000). The Polomeno Family Intervention Framework for Perinatal Education: Preparing Couples for the Transition to Parenthood. *The Journal of Perinatal Education*, 9(1), 31–48. <http://doi.org/10.1624/105812400X87482>.
- Pons, J. C., & Frydman, R. (1998). *Dvojčatá*. Bratislava: Sofa.
- Říčan, P. (2004). *Cesta životem*. Praha: Portál.

- Sandbank, A. C. (1999). *Twin and triplet psychology: A professional guide to working with multiples*. Florence, KY, US: Taylor & Frances/Routledge.
- Sedláček, L., & Plesková, K. (2008). *Aktivní otcovství*. Brno: Nesehnutí.
- Sobotková, I. (2012). *Psychologie rodiny*. Praha: Portál.
- Sonet, D. (1995). *Dobrý partnerský vztah*. Praha: Portál.
- Sousa e Silva, C., & Carneiro, M. (2014). Adaptation to parenthood: the birth of the first child. *Revista De Enfermagem Referência*, 4(3), 17-25. doi:10.12707/RIII13143.
- Spillman, J. R. (1987). The emotional impact of multiple pregnancy--the midwife's role in support of the family. *Midwives Chronicle*, 100(1190), 58-62.
- Spillman, J. A. (1999). Antenatal and postnatal influences on family relationships. In A. C. Sandbank, A. C. Sandbank (Eds.), *Twin and triplet psychology: A professional guide to working with multiples* (pp. 19-35). Florence, KY, US: Taylor & Frances/Routledge.
- Staffordová, L. (2011). Measuring relationship maintenance behaviors: Critique and development of the revised relationship maintenance behavior scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14 (8), 278-303. doi:10.1177/0265407510378125.
- Strong, B., DeVault, C., & Cohen, T. F. (2011). *The marriage and family experience: Intimate relationships in a changing society (11th edition)*. Belmont, CA: Thomson/Wadsworth.
- Šmolka, P. (2005). *Výběr partnera:(pro nezadané i zadané)*. Praha: Grada Publishing.
- Šmolka, P., & Mach, J. (2008). *Manželská a rodinná trápení*. Praha: Portál.
- Špaňhelová, I. (2010). *Dítě a rozvod rodičů*. Praha: Grada Publishing .
- Šulová, L. (2004). *Raný psychický vývoj dítěte*. Praha: Vydala Univerzita Karlova Nakladatelství Karolinum.
- Švaříček, R., & Šedřová, K. (2014). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál.
- Rulíková, K. (2002). *Dvojčata: jejich vývoj a výchova*. Praha: Portál.
- Říčan, P. (2004). *Cesta životem*. Praha: Portál.
- Theroux, R. (1989). Multiple birth: A unique parenting experience. *The Journal of perinatal & neonatal nursing*, 3(1), 35-45.

- Trias, (2006). Inter-twin and Parent-twin Relationships and Mental Health. A study of twins from adolescence to young adulthood. *Acta Universitatis Ouluensis, D Medica* 893. Získáno 13. ledna 2016 z <http://herkules.oulu.fi/isbn9514282167/isbn9514282167.pdf>.
- Tvarogová, I. (2011). *Prožívání a životní spokojenost žen na mateřské dovolené*. (Nepublikovaná bakalářská práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
- Vágnerová, M. (2007). *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum.
- Venglářová, M. (2008). *Průvodce partnerským vztahem*. Praha: Grada Publishing.
- Weikert, A. (2007). *Výchova dítěte*. Praha: Jan Vašut.
- Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, ve znění pozdějších předpisů.
- Zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře, ve znění pozdějších předpisů.
- Zákon č. 187/2006 Sb., o nemocenském pojištění, ve znění pozdějších předpisů.

Přílohy

Příloha č. 1: Zadání bakalářské práce

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Akademický rok: 2015/2016

Studijní program: Psychologie
Forma: Prezenční
Obor/komb.: Psychologie (PCH)

Podklad pro zadání BAKALÁŘSKÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
Bc. ŠEVČÍKOVÁ Lucie	Prievidzská 2, Šumperk	F13713

TÉMA ČESKY:

Proměna partnerského vztahu po narození dvojčat

TÉMA ANGLICKY:

The changes in a partnership after the birth of twins

VEDOUcí PRÁCE:

doc. PhDr. Irena Sobotková, CSc. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

Bakalářská práce se bude zabývat partnerským vztahem a jeho proměnou po narození dvojčat. V teoretické části budou zpracovány kapitoly týkající se partnerství a manželství, rodičovství, změn nastávajících v partnerském životě po narození dítěte a specifik života s dvojčaty. Cílem výzkumné části práce bude analyzovat subjektivní vnímání a hodnocení partnerského vztahu a jeho proměn po narození dvojčat v jednotlivých oblastech každodenního života ze strany partnerů. Výběrový soubor bude tvořen dle stanovených kritérií z 5-7 rodičovských párů. Hlavní metodou sběru dat bude polostrukturovaný rozhovor. Data budou zpracována pomocí postupů kvalitativní analýzy. Výsledky výzkumného šetření by mohly být užitečné pro psychologickou poradenskou praxi a také jako podpora rodičům dvojčat.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

Miovský, M. (2006). Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Praha: Grada.
Rulíková, K. (2008). Dvojčata: (péče o děti, jejich zdravý vývoj a výchova). Brno: Computer Press
Sandbank, A. C. (1999). Twin and Triplet Psychology. A professional guide to working with multiples. London and New York, Routledge
Sobotková, I. (2012). Psychologie rodiny. Praha: Portál
Vágnerová, M. (2007). Vývojová psychologie. Praha: Karolinum
Venglářová, M. (2008). Průvodce partnerským vztahem. Praha: Grada

Podpis studenta:

Datum:

Podpis vedoucího práce:

Datum:

Příloha č. 2: Abstrakt

Abstrakt diplomové práce

Název práce: Proměny partnerského vztahu po narození dvojčat

Autor práce: Bc. Lucie Ševčíková

Vedoucí práce: doc. PhDr. Irena Sobotková, CSc.

Počet stran a znaků: 81 (170 808)

Počet příloh: 4

Počet titulů použité literatury: 83

Abstrakt (800–1200 zn.): Bakalářská práce se zabývá proměnami partnerského vztahu po narození dvojčat. V teoretické části jsou zpracovány kapitoly o partnerském vztahu, manželství, rodičovství a také o specifikách života s dvojčaty. Cílem výzkumu je zmapovat, jak se z pohledu obou rodičů změnil jejich partnerský vztah a vybrané aspekty fungování rodiny po narození dvojčat. V rámci kvalitativního přístupu byla jako typ výzkumu použita vícenásobná případová studie. Výzkumný soubor tvoří deset rodičovských párů s dvojčaty od dvou do tří let věku. Metodou výběru byl prostý záměrný výběr a samovýběr. Data byla získána polostrukturovaným rozhovorem a následně zpracována pomocí obsahové analýzy. Výsledky z rozhovoru byly na základě výzkumných otázek rozděleny do pěti hlavních oblastí (volný čas, komunikace, sociální kontakty, domácnost, změny v životě).

Klíčová slova: partnerský vztah, rodičovství, dvojčata, narození dvojčat

Abstract of thesis

Title: The changes in a partnership after the birth of twins

Author: Bc. Lucie Ševčíková

Supervisor: doc. PhDr. Irena Sobotková, CSc.

Number of pages and characters: 81 (170 808)

Number of appendices: 4

Number of references: 83

Abstract (800–1200 characters): This bachelor thesis deals with the changes in a partnership after the birth of twins. The theoretical part contains chapters about a relationship, marriage, parenthood and also about the specifics of life with twins. The aim of the study is to map how changed partnership and selected aspects of family after the birth of twins from the perspective of both parents. In terms of qualitative approach was used multiple case study as a type of research. The research sample consists ten parental pairs with twins from two to three of age selected by simple intentional selection and voluntary response sample. Data were acquired in the semi-structured interview and subsequently were processed by content analysis. Based on the research questions, the results of the semi-structured interview were divided into five main areas (leisure, communication, social contacts, household, changes in life).

Key words: partnership, parenthood, twins, birth of twins

Příloha č. 3: Struktura rozhovoru

1. Kolik Vám je let?
2. Kolik máte dětí a jak jsou staré?
3. Žijete s partnerem v nesezdaném soužití nebo manželství?
4. Jak se z hlediska náplně změnil váš společný volný čas?
5. Jaké rozdíly pocítujete v množství společně tráveného času?
6. Jak se změnil Váš volný čas trávený bez rodiny?
7. Podporuje Vás partner/ka v tom, abyste měl/a volný čas pro sebe?
8. Můžete zkusit popsat vaši současnou vzájemnou komunikaci?
9. Přál/a byste si nějakou změnu ve vaší komunikaci s partnerem/partnerkou?
10. Máte pocit, že mezi Vámi vznikají konflikty více než před narozením dvojčat?
11. Objevují se ve vaší komunikaci nyní jiná témata k hovoru?
12. Jak se změnil Váš kontakt se sociálním okolím, tedy s přáteli a známými?
13. Setkáváte se nyní s jiným okruhem přátel než před narozením dvojčat? Jestli ano, jak jste se s nimi seznámil/a?
14. Jak se změnil Váš vztah s širší rodinou?
15. Jaké se změnilo s narozením dvojčat rozdělení vašich rolí v domácnosti?
16. Jste s tímto rozdělením spokojený/á?
17. Narážíte v souvislosti s narozením dvojčat na problémy po finanční stránce?
18. Jak se podle Vás změnil váš partnerský/ manželský vztah? (Můžete mi o tom prosím povědět něco víc? Jak na Vás tyto změny působí?)
19. Jaké dopady pozorujete u sebe nebo u partnera/partnerky třeba z hlediska únavy, chuti na sex, apod.?
20. Pozorujete od narození dvojčat nějakou změnu u svého partnera?
21. Můžete zkusit popsat, jak změnilo narození dvojčat Vás osobně?

22. Co byste na základě vlastních zkušeností poradil/a nastávajícím rodičům dvojčat, aby jim to ve vztahu dobře fungovalo?
23. Chtěl/a byste ještě něco dodat, co považujete za důležité a co nebylo ještě řečeno?

Pro rodiny s dalším dítětem

24. Jaká byla reakce Vašeho staršího dítěte na narození dvojčat?
25. Jaká byla reakce dvojčat na narození dalšího dítěte do rodiny?
26. Jaké změny to do Vaší rodiny přineslo?

Příloha č. 4: Dopis rodičům dvojčat

Vážení rodiče dvojčat,

dovoluji si Vás tímto požádat o pomoc s výzkumem zabývající se proměnou partnerského vztahu po narození dvojčat. Jmenuji se Lucie Ševčíková, jsem studentkou 3. ročníku psychologie na Univerzitě Palackého v Olomouci a výzkum o rodinách s dvojčaty realizuji v rámci mé bakalářské práce. Cílem práce je zjistit, jak se změnil partnerský vztah a další aspekty v životě rodin po narození dvojčat z pohledu obou rodičů.

Impulesem k zpracování práce na toto téma je fakt, že narození dvojčat je krásnou, ale v mnoha ohledech také náročnou, událostí. Podle mého názoru jí ale není věnováno dostatek pozornosti. Společnost nemá dostatek informací o tom, co rodiny s dvojčaty prožívají a jak fungují. Tato práce má sloužit právě k rozšíření povědomí o životě rodin s dvojčaty, ale také jako podpora budoucím či současným rodičům dvojčat.

Výzkum probíhá formou rozhovoru, kdy Vám bude položeno několik otázek týkající se např. volného času, komunikace apod., na které můžete otevřeně odpovídat. Rozhovor bude trvat zhruba 30 minut. V průběhu rozhovoru bude pořizován audiozáznam pro následné zpracování výsledků.

Při zveřejňování výsledků Vám bude zajištěna plná anonymita. Vaše účast na výzkumu je také zcela dobrovolná a máte možnost rozhovor kdykoli v průběhu ukončit či požádat o vyřazení z výzkumu.

Velice si vážím Vaší případné účasti na tomto výzkumu.

Předem mockrát děkuji!

Lucie Ševčíková