

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

LITOVÁNÍ MATEŘSTVÍ
REGRETTING MOTHERHOOD



Bakalářská práce

Autor: **Ing. Zuzana Feixová Urbancová**
Vedoucí práce: **PhDr. Marek Kolařík, Ph.D.**

Olomouc
2024

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou práci na téma: „Litování mateřství“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci dne

Podpis

OBSAH

ÚVOD.....	7
TEORETICKÁ ČÁST.....	9
1 Proč ženy chtějí děti?	10
1.1 Biologický determinismus	10
1.2 Mateřství jako povinná volba	11
2 Dobrovolná bezdětnost	13
3 Mateřství	15
3.1 Vymezení základních pojmů	15
3.2 Mateřské ideály a očekávání	19
3.3 Sřet s mateřskou realitou	20
3.3.1 Kognitivní zátěž	20
3.3.2 Emocionální zátěž	21
3.3.3 Proměna každodenního života a sociálních vztahů.....	22
3.4 Mateřství jako transformační zkušenost	23
3.4.1 Osobnost ženy	23
3.4.2 Hormonální změny a jejich dopad na fungování mozku matek.....	23
3.4.3 Ukotvení mateřství v identitě ženy	24
3.5 Sociální faktory ovlivňující mateřskou transformaci.....	25
3.5.1 Matka a partner	25
3.5.2 Allomateřství.....	26
3.5.3 Sociální prostředí a normy	27
3.6 Mateřství se staršími dětmi	28

3.7	Mateřské emoce	29
3.7.1	Emoční ambivalence je přirozenou součástí mateřství	30
3.7.2	Nové emoční zkušenosti a sebereflexe	31
4	Lítost jako mateřská emoce.....	33
4.1	Důvody pro mateřství	34
4.2	Jak ženy prožívají mateřství?.....	35
4.3	Lítost	37
5	Vymezení lítosti a základní charakteristika	38
	VÝZKUMNÁ ČÁST.....	41
6	Předmět výzkumu, cíle a výzkumné otázky	42
7	Výzkumný přístup a typ výzkumu	44
7.1	Design výzkumu	44
7.2	Teoretická citlivost	44
8	Projekt výzkumu	47
8.1	Strategie výběru výzkumného souboru.....	47
8.2	Strategie tvorby dat	49
8.3	Charakteristika výzkumného souboru	50
8.4	Zpracování a analýza dat	53
8.5	Kritéria validity	56
8.6	Etické hledisko a ochrana soukromí	57
9	Výsledky analýzy	59
9.1	Otevřené kódování	59
9.1.1	Mateřský mindset	59

9.1.2	Mateřství jako role	65
9.1.3	Vztah s otcem dětí	73
9.1.4	Výsledek otevřeného kódování	76
9.2	Axiální kódování.....	77
9.3	Selektivní kódování	83
10	Shrnutí výsledků analýzy	88
11	Diskuse	90
12	Závěr.....	99
	SOUHRN	100
	SEZNAM LITERATURY	105
	SEZNAM TABULEK.....	114
	SEZNAM DIAGRAMŮ	115
	SEZNAM PŘÍLOH.....	116

ÚVOD

Rodičovství jako předmětu vědeckého zájmu se v psychologii věnuje velmi malá pozornost. A to málo pozornosti, které se rodičovství dostalo, se zaměřilo výhradně na matku. Matka je předepsána jako statická, nijak se nevyvíjející postava, která má určeno, jak se má chovat a co má cítit, aby se z dítěte vyvinul zdravý jedinec a aby jej nepoškodila. Paradoxní je, že ve společnosti panuje přesvědčení, že mateřství všichni rozumíme. Všichni víme, že mateřství je pro ženu přirozené a dobré a udělá ji šťastnou. Víme, jaké mateřské emoce jsou normální, jak se má matka chovat, jak si má uspořádat svůj život, a jak má své děti vychovávat. Nepozastavujeme se nijak nad dvojím metrem, který na oba rodiče máme. Příkladem za všechny může být, že jako společnost naprosto tolerujeme, pokud otec opustí své děti, dokonce děti nemocné či strádající. Pokud stejný krok učiní matka, dostane se jí těch nejhorších nadávek a odsudků.

Obecný nezájem o zdraví žen, který je zřetelný v tradičních medicínských oborech, je patrný i v psychologii. Jako studentce psychologie mi chybí v základních učebnicích informace, jakými změnami rodiče jako jednotlivci i jako pár prochází po narození prvního i dalších dětí a jak se navzájem budou celoživotně významně ovlivňovat. Jaký dopad má na jedince skutečnost, že dítě musí vychovávat sám či sama. Chybí mi informace, že rodičovství je jedna z možných cest, kudy se dospělý život může ubírat, nikoliv však jediná a už vůbec ne povinná. Osobně za hlavní vývojový úkol mladé dospělosti považuji poznání a pochopení sama sebe. Kým člověk je, odkud pochází a co potřebuje pro svůj život, aby žil spokojeně a dobře. Teprve pak je připraven se rozhodnout, zda chce vstoupit do celoživotně trvajícího, dynamicky a nepředvídatelně se vyvíjejícího vztahu, jakým je rodičovství.

Ženám se říká, že budou jednou litovat, pokud zvolí bezdětný život. Nepočítá se s možností, že žena pro sebe vyhodnotila životní cestu, jejíž součástí mateřství není. Izraelská socioložka Orna Donath větu, že bude jednou bezdětnosti litovat, slýchávala tak často, až ji napadlo se zeptat matek, zda naopak litují, že mají děti. Výsledkem jejího bádání je studie, která na základě výpovědi dvaceti tří matek přinesla základní poznatky o mateřské lítosti i mateřství samotném. V návaznosti na zjištění Donath se ukázalo, že litování mateřství se týká i matek z jiných zemí včetně těch českých. Na internetu lze najít nespočet anonymních příspěvků na toto téma. A pod nimi tzv. diskusi označující matku,

která se vyznává z negativních emocí, jako divnou, sobeckou, odpornou, zruďnou, nebo trpící jistě psychickými obtížemi.

Záměrem předkládané práce na téma litování mateřství je zachytit a popsat mateřskou zkušenost žen, které mateřství litují, a najít důvody, proč lítost cítí. Práci rozdělím na dvě části, a to na teoretickou a na praktickou. V teoretické části v základních obrysech vymezím, jakými intrapsychickými proměnami žena prochází po narození dítěte a dále v čase, jak dítě roste. Zmíním také autorky a autory, kteří tvrdí, a já s nimi na základě vlastní zkušenosti souhlasím, že ne vždy se matkou žena stává okamžikem porodu. Přijetí mateřství vyžaduje u každé ženy různě dlouhý čas. Shrnu ze sociologických studií důvody, proč Češky chtějí děti. V neposlední řadě zmíním základní poznatky o tématu litování mateřství.

Ve výzkumné části představím cíle a výzkumné otázky. Objasním a odůvodním zvolené metodologické postupy. Vybraný přístup bude kvalitativní, neboť se věnuji neprozkoumanému tématu a potřebuji zachytit v maximální možné míře podstatu zkoumané problematiky. Lze předjímat, že ze stejných důvodů bude vhodným designem a zároveň metodou pro zpracování dat metoda zakotvené teorie. Ta se využívá především v případech, kdy potřebujeme vypracovat abstraktní a teoretické uchopení zkoumaného jevu. Data od respondentek získám z polostrukturovaných interview. Výsledkem bude teoretický koncept vysvětlující mateřskou lítost.

Na závěr bych chtěla zdůraznit, že není mým záměrem mateřství vykreslit jako negativní životní zkušenost. Skutečné mateřství vedle obrovské lásky, radosti, štěstí a uspokojení s sebou nese také smutek, bolest, vztek, nepochopení a není to špatně. Takové mateřství prostě je. Jen se o skutečné podstatě mateřství nemluví. Důsledkem je, že mnoho matek zůstává osamoceně uvězněných ve svých pocitech. Žijí v přesvědčení, že není s nimi něco v pořádku a bojí se říct si o pomoc nebo jim není dostupná. Byla bych ráda, kdyby se mi podařilo, byť jsem si vědoma malého dosahu své práce, upozornit, že rodičovství je velmi emočně pestré a je v pořádku cítit i negativní emoce. Stejně tak je v pořádku o negativních emocích nahlas mluvit. A mým druhým, neméně skromným přáním je, aby se rodičovství jako extrémně zanedbávanému tématu dostalo v psychologii pozornosti, kterou si zaslouží.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Proč ženy chtějí děti?

Ženy, pokud budeme hovořit o České republice, mají už po několik málo generací možnost ovlivňovat, zda a kdy se stanou matkami a kolik dětí přivedou na svět, pokud se vůbec matkou chtějí stát. V první kapitole se proto zaměříme na důvody pro mateřství s důrazem na sociologická data z České republiky.

1.1 Biologický determinismus

Podle vývojových psychologů je zralá dospělost definována vývojovým **úkolem generativity** (pojem dle E. Eriksona), tedy (přirozenou) potřebou o někoho pečovat, předávat své hodnoty, „něco zde po sobě zanechat“ (Erikson, 2002; Langmeier, & Krejčířová, 2006; Thorová, 2015). V české společnosti panuje přesvědčení, že ženy samy vidí smysl své existence ve schopnosti rodit děti a mateřství je učiní šťastnými (Nešporová, & Hamplová, 2014; Šamanová, 2006), s čímž celých 66 % českých žen souhlasí. Souzní také s tvrzením, že „žena potřebuje mít dítě, aby bylo její životní poslání naplněno“ (Nešporová, & Hamplová, 2014, s. 191). Pro srovnání, v zemích severozápadní Evropy je identita žen výrazně méně vyplněna mateřstvím. Jen 20 % žen vidí smysl své existence v mateřství. Potřebu generativity dokážou uspokojivě naplnit alternativním způsobem (Matley, 2020 citováno v Meil et al., 2023; Nešporová, & Hamplová, 2014).

Češky a Češi si také myslí, že rodičovství je „**geneticky podmíněné**“, v reprodukčním věku je očekávané¹ a „normální“ a zároveň je rodičovství (paradoxně) vnímané jako důsledek svobodné volby (Hašková, & Zamykalová, 2006, odst. 45), viz dále. Podle Donath (2017), společnost ženám slibuje a od malička je učí, že až s mateřstvím se stanou kompletními ženami. Pro část společnosti včetně žen samotných je synonymem ženy matka, tedy mateřství je pojímané jako přirozená (nutná) součást bytí ženy. „Ženy jsou k mateřství poutány skrze tělo, instinktivní pudy a city“ (Hašková, & Zamykalová 2006, odst. 30). Ženské tělo je predisponováno k těhotenství, porodu a kojení a společně s tradičním rozdělením rolí v rodině, se ženám přisuzuje také lepší schopnost péče o dítě, než jakou by poskytnul otec (Donath, 2017), což ilustrují i česká sociologická data, kdy o děti do tří let pečují téměř výhradně matky (Křížová et al., 2020).

¹ V očekáváních se americká společnost od té české neliší (Ridgeway, & Corell, 2004 citováno v McQuillan et al., 2008).

Toto pojetí ženy vedlo řadu autorek k polemice nad biologickým determinismem. Podle Chodorow (2000) **je mateřství dáno spíše osobností člověka** (hovoří o intrapsychickém konfliktu a vztahu matka-dcera) než biologickým pohlavím. Stejně tak Nicholson (1999) zmiňuje, že schopnost ženy vyrovnávat se s velkými psychickými změnami jako je mateřství je spíše dána její individualitou a dosavadními životními zkušenostmi než biologickými možnostmi těla. Osobní historii, zkušenosti, vztahovou dynamiku, fantazie a představy zmiňuje také Hollway (2001), která poukazuje na fakt, že tzv. mateřská subjektivita je určující pro individuální mateřství každé jednotlivé ženy. Jejich tvrzení je v souladu s doposud vzniklými kvalitativními studiemi a praxí (např. Donath, 2015; Laney et al., 2015; Stern et al., 1998), které se věnovaly mj. individuálním důvodům k mateřství. Ženy, které o mateřství nepochybovaly a cítily se pro mateřství zrozené, potřebovaly někdy i dlouhý čas a podporu, aby mateřství přijaly a v sobě zaintegrovaly. A naopak ženy, které se matkou stát nechtěly, otěhotněly neplánovaně, jsou velmi milující a spokojené mámy. Donath (2017) doplňuje ještě další cestu k mateřství. Pokud má žena manžela či dlouhodobého partnera, přirozeným nebo donuceným krokem je těhotenství. Není potřeba dělat volby, je to „přirozené“ vyústění vztahu (viz kapitola 2).

1.2 Mateřství jako povinná volba

Pojetí mateřství jako ryze individuálního intrapsychického vývoje ženy a jako výsledek svobodné volby je kontradikcí předobrazu mateřství ve společnosti. Mateřství je pojímáno jako institut, který má dané zákonitosti, strukturu, je čitelný a jasný a žena do něj „přirozeně“, tedy snadno, zapadá bez ohledu na individuální intrapsychické a vnější okolnosti (Featherstone, & Hollway, 1997 citováno v Hollway, 2001)². Tvrzení dokládají sociologická data. Stát se matkou je společenská norma a společností vysoce ceněná hodnota (Nešporová, & Hamplová, 2014; Šamanová, 2006) a naopak zřeknutí se mateřství je nahlíženo jako abnormální (Hašková, 2019; Ulrich and Weatherall 2000 citováno v McQuillan et al., 2008). Podle Haškové (2009, s. 151) je rodičovství „povinně volitelný předmět na cestě k dospělosti“. „Všichni bezdětní, a zejména bezdětné, jsou ‚potenciálně vinnými‘ - svou ab-normalitou“ (Hašková, & Zamykalová, 2006, odst. 15). Na ženy (i

² Autorka kritizuje i psychologii, resp. některé psychology (Kleinová, Winicott), kteří na ženu nahlíží/eli čistě prizmatem matky, kdy matka je vnímána jako objekt, jehož smyslem je uspokojovat potřeby dítěte během jeho vývoje. Matka není jen matka, je člověk, žena, která má i nemateřský život (Hollway, 2001, s. 7-8).

muže) je vyvíjen sociální tlak ve „vhodném“ věku k reprodukci³, který nezřídka nejvíce působí v nejbližší rodině, typicky rodiče čekající na vnoučata. Hašková (2019, odst. 6) zastává názor, že máme ve společnosti „skupinu lidí, kteří se nikdy rodičem stát nechtěli, ale nedokážou odolat tlaku společnosti. V české společnosti je poměrně obtížné překonat normu, že mít dítě je normální. Odmítnutí rodičovství u nás není jednoduché.“

Z výše uvedeného lze tedy předjímat, že rozhodnutí stát se matkou, není vždy záležitostí svobodné volby, pokud vůbec může být. Pojetí ženy, které ji redukuje na matku, a opomíjí, že žena má i nemateřský život, komplikuje debaty na téma mateřství a znemožňuje či při nejmenším znesnadňuje (svobodné) rozhodování ženy, zda se chce stát matkou (Arendell, 2000; Donath, 2017). Vedle toho, že mohou existovat objektivní překážky mateřství (neplodnost, absence partnera, reprodukční věkové limity), je tedy **volba mateřství činěna pod určitým sociálním nátlakem** (nechtít dítě není normální, viz výše) a samy ženy věří, že jejich tělo jim nedává jinou volbu než mít děti. Silným promateřským argumentem jsou také „představy o dítěti jako zdroji štěstí a psychického uspokojení z rodičovství“ (Pakosta, 2009, s. 926). Tyto představy jako žité kulturní a sociální (zprostředkované) normy jsou však vždy neurčité a nerealistické a neodráží mateřskou, resp. rodičovskou realitu (Pakosta, 2009; Slepíčková, & Bartošová, 2008).

³ Který je také normován. Ve společnosti existuje představa ideálního věku k početí dítěte (Hašková et al., 2006).

2 Dobrovolná bezdětnost

V návaznosti na předcházející kapitolu považujeme za vhodné se krátce dotknout tématu tzv. dobrovolné bezdětnosti, které dokresluje rozhodování mladých lidí v současné západní společnosti, zda a proč chtějí být rodiči.

Dobrovolná bezdětnost (dále DB), v angličtině označována pojmem *childfree* je svobodné rozhodnutí ženy či muže nemít žádné děti (biologické ani adoptované), přičemž toto rozhodnutí není vynuceno okolnostmi jako např. neplodnost, absence partnera, v případě homosexuálních párů legislativní překážky (Bish, 2021; Manová, 2014; Vychová, 2020). V zahraniční literatuře se *childfree* (DB) odlišují od *childless* (chtěli by se stát rodiči, ale čelí závažné rodičovství bránící překážce) a *not-yet-parents* (zatím ještě rodiči nejsou, nevylučují možnost, že se rodiči stanou) (Neal, & Neal, 2021). V českých studiích nezřídka skupiny *childfree* a *not-yet-parents* splývají. Hašková (2009, s. 125) tvrdí, že je vzácné, aby člověk usiloval o bezdětnost, je to spíše důsledek běhu života, tedy spíše „ne-volba“. Musíme brát nicméně v potaz, že citujeme data stará 15 let. Aktuálnější data nemáme bohužel k dispozici. Současná generace v reprodukčním věku může být hodnotově jiná⁴, což stvrzují výsledky jedné z posledních studií ohledně situace rodin. Jeden z deseti respondentů uvedl, že žádné děti nechce (Paloncyová et al., 2021, s. 152). Čeští bezdětní a bezdětné, přestože vnímají spíše negativní stránky rodičovství než ty pozitivní, nemají tendenci otázku rodičovství v reprodukčním věku (typicky 30–40 let) definitivně uzavírat (Hašková, 2009; Paloncyová et al., 2021), což může být důsledkem společenského tlaku na rodičovství, viz kapitola 1.2. Pro mladé lidi se může jevit jako společensky přijatelnější a snazší označit se za zatím bezdětné, čímž eliminují následné nepříjemné poznámky a nálepky (Hašková, 2009). Dobrovolně bezdětní jsou totiž podle některých sobci, dost se nesnažili a jsou hodni odsouzení (Hašková, & Zamykalová, 2006), ženy nezřídka dostávají nálepku „zatrpklá a nevrlá“ (Hašková, 2009, s. 155), stejné stigma je popisováno i v zahraniční literatuře (např. Mollen, 2006; Neal, & Neal, 2021; Park, 2002).

Za rozhodnutím nebýt rodičem je vždy více faktorů, které jedinci zvažují. Specifickým důvodem pro odmítnutí rodičovství je touha po zachování svobody. Očekávané důvody pro bezdětnost – kariéra a sobeckost – se nepotvrzují. Pracovní život

⁴ Studie na téma *childfree* ve Spojených státech (Neal, & Neal, 2021) poukazovala na nárůst jedinců, kteří se označovali jako DB. Otázka tedy je, zda stále platí výrok, že v českém prostředí je bezdětnost spíše ne-volba.

bezdětní nevnímají jako konkurenci pro rodičovství⁵ a téměř polovina dotazovaných v citované studii vyplňuje svůj ať už profesní nebo soukromý život péčí o prarodiče, zvířata, potřebné, děti (Paloncyová et al., 2021, viz také Hašková, 2009). Právě důvody pro (dobrovolnou) bezdětnost budou skryty jinde⁶. Podle výsledku kvalitativního výzkumu v rámci absolventské práce uvádí Manová (2014, s. 57) šest nejčastějších důvodů pro dobrovolnou bezdětnost: „zkušenosti s dětmi v okolí, dítě je velký závazek, volba jiného životního stylu, necítí potřebu mít děti, zdravotní potíže a strach z porodu, nedobré vztahy v rodině“ (v primární rodině respondentky).

⁵ Závěry španělské studie o otcích litujících rozhodnutí mít dítě říkají však pravý opak – rodičovství kariéru negativně ovlivňuje (Meil et al., 2023).

⁶ Výsledky michiganské studie mezi dobrovolně bezdětnými nepotvrdily jiné osobnostní rysy, než jaké mívají rodiče. Odlišnost autoři spatřují spíše v oblastech politických názorů a ekonomických podmínek jejich života. Specificky zmiňují důraz na rovnocenné genderové role ve vztahu a snahu přispět svým rozhodnutím nemít děti ke snížení emisí uhlíku (Neal, & Neal, 2021, s. 15).

3 Mateřství

Odborná literatura se zatím tématu psychologie mateřství, resp. rodičovství, dostatečně nevěnuje, na což upozorňují i citované autorky a autoři (např. Donat, 2015; Laney et al., 2015; Orchard et al., 2023; Stern et al., 1998, aj.). Ostatně ani učebnice využívající se při studiu psychologie nezaměřují zvláštní pozornost na mateřství, resp. rodičovství. K tématu se přistupuje okrajově a spíše z pozice, jak se má matka vůči dítěti chovat a jednat, aby dítě nepoškodila. Opomíjí se skutečnost, že matky jsou především individuality mající své potřeby, přání a emoční prožívání, a se svou osobnostní výbavou vstupují do vztahů s druhými jedinci včetně vlastních dětí. Obsahem této kapitoly bude tedy snaha vymezit, jaká je „psychologie“ mateřství. Pokusíme se nastínit, jak se mateřství jako součást sebe sama v ženě vyvíjí prostřednictvím střetávání se přání a představ s mateřskou realitou. Popíšeme, jakou roli hraje osobnost ženy, zatím ne příliš známe psychické a fyziologické změny po narození dítěte a jak důležitá je role vlastní matky, partnera a jiných členů rodiny.

3.1 Vymezení základních pojmů

Považujeme za důležité v prvním kroku alespoň stručně vymezit základní pojmy. I z toho důvodu, že odborná literatura některé pojmy zaměňuje, resp. různé autorky a autoři pracují s různými termíny a definicemi.

Matrescence

Matrescence je proces, kterým žena prochází, aby se stala matkou. Je to vývojová fáze v životě ženy, která zahrnuje období před těhotenstvím, těhotenství, porodu, surogace nebo adopce, až do období po porodu a dále (může pravděpodobně trvat i celý život). U každé ženy trvá různě dlouho a žena jí prochází s narozením každého dítěte. Matrescence zasahuje významně do oblastí bio-psycho-socio-politicko-spirituálních (Raphael, 1973 citováno v Athan, n.d.). Tak jako adolescence připravuje tělo a mozek mladého člověka na dospělost, matrescence připravuje tělo a mozek ženy na mateřství, kterému fáze matrescence předchází (Athan, n.d.; Orchard et al., 2023). V pojetí Orchard et al. (2023) je matrescence období velkých hormonálních a psychologických změn, resp.

neurokognitivních změn trvajících po čas těhotenství do 6. – 8. týdne, event. do 6. měsíce po porodu.

Mateřství

Pojem mateřství používáme jako výsledek ryze individuálního, vnitřního a různě dlouho trvajících dynamického procesu, skrze který žena přijímá ve své jedinečnosti a perspektivě skutečnost, že je něčí matkou bez ohledu na společností přisouzený mateřský status a roli a bez ohledu na to, zda dítě porodila. Mateřství jako nedílná součást sebe sama je výsledkem zmíněného procesu. Zahrnuje jak citovou složku, tedy vztah s dítětem, tak nevztahovou složku, která reprezentuje dlouhodobou péči, práci a úkoly, které matka musí odvést, v ideálních podmínkách ve spolupráci s ostatními členy rodiny, aby byly zabezpečeny všechny potřeby dítěte odpovídající požadavkům sociálně-kulturního prostředí. Své pojetí opíráme o syntézu studií o mateřství pojednávající, které v předkládané práci citujeme.

Mateřské chování

Mateřské chování představuje komplexní intuitivní chování (Stern et al., 1998), neboli nutnou péči, kterou matka poskytuje, aby dítě přežilo. Zahrnuje ochranu dítěte, krmení, zajištění termoregulace, učení základních dovedností atd. Mateřské chování je predisponováno komplexem mnoha faktorů. Počítáme mezi ně faktory genetické, hormonální (estrogen, progesteron, oxytocin, prolaktin, ACTH), vlivy prostředí (vzory rodičovského chování získané od rodičů matky), vývojový a zdravotní stav novorozence (APA, n.d.b; Leckman, & Herman, 2002 citováno v Esel, 2010). Mateřské chování má člověk v sobě geneticky zakódované, probouzí se vlivem hormonálních změn během těhotenství, v čase porodu a těsně po porodu, kdy je výrazně potencováno fyzickým kontaktem mezi matkou a novorozencem těsně po porodu (Brizendine, 2007).

Mateřská role

Mateřskou roli používáme v definici ustáleného a očekávaného vzorce chování a postojů, kterými žena naplňuje specifické postavení ve společnosti (APA, n.d.a; Výrost, & Slaměník, 2020). Součástí je také plnění emocionálních rolových pravidel (*feeling rules*), např. jak odpovídat, pokud se jí někdo na mateřství ptá, jak se chovat ke svým dětem a jaké emoce jim projevovat (Donath, 2017; Hochschild, 1979).

Citované autorky a autoři pojednávající o mateřství používají v souvislosti s intrapsychickými změnami pojmy *mindset* (Stern et al., 1998), Já (v anglicky psaných zdrojích jako „Self“; Baraitser, 2006; Mercer, 2004) a identita (Babetin, 2020; Laney et al., 2015). Naším záměrem je níže tyto pojmy popsat a základně srovnat. Jsme si vědomi velkého zjednodušení, avšak s ohledem na typ a rozsah práce si vystačíme s tímto obecnějším vymezením.

Mindset

Stern (et al., 1998, s. 5) používá pojmem *mindset* jako vyjádření „toho, co nám pomáhá organizovat náš mentální život... a to, co z nás dělá celistvé jedince“. **Mindset určuje, čemu jednotlivec věnuje pozornost** a s jakou intenzitou, na co reaguje citlivě, co člověka děsí, rozčiluje, vzrušuje nebo nudí.

Já

Já je subjektem všeho prožívání a jednání, integrační centrum vnitřní zkušenosti (Geist, 2000, s. 105). Podle Damona a Harta (1988 citováno v Výrost, & Slaměník, 2020, s. 91) je podstatnou vlastností Já jako subjektu, že je činitelem a nositelem vůle a je psychickou kvalitou, která **zajišťuje spojitost a unikátnost osobní zkušenosti**.

Já je také objektem vlastní reflexe. V souvislosti se sebehodnocením musíme tedy také vymezit pojmy sebepoznávání, sebehodnocení a seberegulace. Jak se dále v textu seznámíme, **narození dítěte vede k více či méně významné sebereflexi a nejvýznamnějším činitelem této sebereflexe⁷ vedle vlastního Já je dítě, resp. vztah s dítětem.** Zjednodušeně řečeno, sebereflexe má složku kognitivní, emotivní a konativní. Kognitivní složku představuje sebepojetí⁸, což jsou představy a znalosti vztažené k Já. Sebehodnocení je převážně emoční sebereflexe založená na dílčích a obecných soudech o Já. Jakým způsobem Já jako činitel ovlivňuje jednání a chování, vyjadřuje seberegulace, která zahrnuje i přímé vlivy sebehodnocení a sebepojetí a má vliv na sebereprezentaci. Některé reprezentace Já jsou vázané na společenskou roli, jiné mají spíše pocitový základ. Reprezentace, které jsou jedincem vnímané jako důležité a stabilní, tvoří přirozené jádro sebepojetí. Já může být minulé, současné, budoucí, dobré a špatné⁹ a může být vztaženo

⁷ Souhrnné označení všech aspektů obsahu sebereflexe je sebesystém (Výrost, & Slaměník, 2020).

⁸ Jinak používaný také jako termín „Já jako objekt“ (Výrost, & Slaměník, 2020).

⁹ Zmíněná Já můžeme označit pojmem možná Já (Markus, & Nurius, 1986).

k představám a standardům danými významnými jedinci jako jsou např. rodiče (Výrost, & Slaměník, 2020, s. 91-95).

Identita

Identita¹⁰ předpokládá jistou „stejnost osoby v čase a všech okolnostech“ (Výrost, & Slaměník, 2020, s.109), což je ale v rozporu s využitím pojmu „identita“ v dále citovaných studiích. V nich se hovoří doslova o změně, transformaci či rozšíření identity. Z tohoto důvodu se přikláníme k tzv. měkké koncepci, kdy je identita vykládána jako **„chápání sebe samého a vlastní sociální umíst'ování“** (Brubacker & Cooper, 2000 citováno v Výrost, & Slaměník, 2020, s. 112), které více odráží změny a pojetí sebe sama, které ženy popisují. Příléhavou definicí (s ohledem na kontext použití pojmu identita) by také mohla poskytnout *osobní identita*, tedy „sociálně významné charakteristiky osoby, které jí slouží jako základ či zdroj individuální sebeúcty a respektu“ (Fearon, 1999 citováno v Výrost, & Slaměník, 2020, s. 109), čili ptáme se sami sebe „kdo jsem?“. Identita ženy, matky je také významně ovlivněna tzv. **„kulturním imperativem“**, který je definován jako pojetí sebe sama v kontextu společnosti, která je za toto pojetí odměňuje prostřednictvím projeveného uznání a respektu (Výrost, & Slaměník, 2020, s. 109). Čili lze v tomto případě uvažovat také o sociální identitě, která má jistá „pravidla členství (vyjádřená nebo zamlčená) ... a příslušníci skupiny se budou chovat a konat určitým způsobem“ (tamtéž, s. 112). Domníváme se, že v předkládané práci je vhodné definice osobní a sociální identity sloučit, protože v otázce mateřství budou v našem socio-kulturním kontextu neoddělitelné (což ostatně konstatují i citovaní autoři Výrost a Slaměník).

Mindset a Já chápeme jako do jisté míry synonyma, která se vztahují téměř výhradně k vnitřní celistvosti a prožívání, pomocí kterých si jedinec mimo jiné také utváří vztahy s vnějším světem. Identitu pojmáme jako „rozšířené“ Já/mindset. Jedinec skrze svou identitu sám sebe umísťuje do vztahů s vnějším světem a více či méně v souladu s chápáním sebe sama plní očekávané role.

¹⁰ Užívají se také pojmy sebedefinice, sebevnímání, event. individualita, osobnost (Výrost, & Slaměník, 2020, s. 109).

3.2 Mateřské ideály a očekávání

Mateřství se rodí z **ideálů, fantazií, představ a strachů nutných pro přijetí a vyrovnání se s mateřstvím**, resp. s novou mateřskou identitou (např. Babetin, 2020; Laney et al., 2015; Masopustová et al., 2018; Sterna et al., 1998). Podle Condon a Dunna (1988) přání a fantazie matky mají dokonce vliv na kvalitu attachmentu, obzvláště v rané fázi, tj. první hodiny a dny po narození. Čili v českém prostředí, ve kterém se běžně rodí ve zdravotnických zařízeních, je role zdravotníků opravdu zásadní a mohou nově se rodící mateřství výrazně podpořit nebo naopak poškodit (Mercer, 2006).

Obsahem mateřských idealizací je jednak představování sebe sama jako matky, partnera jako otce a samozřejmě také představy o očekávaném dítěti, které dostává ve fantaziích nastávající matky vlastní identitu (děvče nebo chlapec), jméno, povahové rysy, fyzický vzhled, atd. **Své ideály mateřství ženy konstruuji v souladu se svou osobností** (Babetin, 2020; Laney et al., 2015; Sterna et al., 1998), avšak pod významným **vlivem médií, internetu, obzvláště sociálních sítí, které předkládají nerealistický a idealizovaný obraz mateřství** (je pro ženu přirozené, naplňuje život štěstím) a dokonalé matky. Podle Masopustové et al. (2017, s. 20) je to praktický důsledek skutečnosti, že „výchova dětí a mateřství se v současnosti z velké části odehrávají v soukromí a v relativní izolaci“, a tak jiné předobrazy než v ty médiích, ženy neznají. Během těhotenství se veškerá pozornost rodiny i zdravotníků věnuje téměř výhradně fyzickému stavu ženy a plodu. Podle našeho soudu tato skutečnost je reflektována v poměrně dobré teoretické přípravě žen na fyzické aspekty těhotenství a porodu, což stvrzují výsledky v monografii Jak to mají mámy¹¹ (Masopustová et al., 2018).

V přímém kontrastu s častými kontrolami fyzického stavu je naprosto zanedbaná psychika nastávajících matek¹², přestože **mateřství má na psychiku ženy zásadní, hluboký a trvalý dopad** (Babetin, 2020; Laney et al., 2015; Nicolson, 1999; Steinberg, 2005). Přehlíží se nebo bagatelizují přirozené obavy a strachy z nadcházejících změn, které se objevují vlivem změněné hladiny hormonů, v jejichž důsledku může žena prožívat

¹¹Ze stejné studie však vyplývá, že informace pro období šestinedělí a další etapy života s malým dítětem, které by rodičovský pár alespoň teoreticky připravily na výrazné změny, které budou významně ovlivňovat oba rodiče, stejně tak jako jejich vztah, chybí (Deave, Johnson a Ingram, 2008 citováno v Masopustová, et al., 2018).

¹²V ČR neexistuje systematická a systémově nastavená psychologická péče o psychiku žen matek, která by byla hrazená z veřejného pojištění. Výjimkou je ze soukromých zdrojů hrazená péče v organizaci Úsměv mámy, z.s., která pomáhá ženám s psychickými obtížemi v těhotenství a po porodu. Pokud víme, je jediná svého druhu v ČR.

pocity zranitelnosti a závislosti. To může obzvláště ženy nezávislé velmi vyděsit (Bergum, 1989 citováno v Babetin, 2020; Edelman, 2009). Objevit se může také strach a nečekaný vztek (Trad, 1990). Poslední výzkumy věnující se mateřskému mozku stvrzují, což již dříve popsala Brizendine (2007), a to že vlivem těhotenství, porodu a šestinedělí, resp. matrescence **ženský mozek prochází významnými strukturálními, funkčními a trvalými změnami** (Orchard et al., 2023). Tyto změny také předjímal Stern et al. (1998). Upozorňoval na opomíjené změny v mindsetu matek (viz kapitola 3.4). Podle něj fyzické těhotenství končí porodem a společně s ním je zrozená „fyzická matka“, ta „psychologická“ se rodí později a porod je součástí příprav na její zrození.

3.3 Střet s mateřskou realitou

První týdny a měsíce po porodu, někdy označované jako čtvrtý trimestr, jsou náročné fyzicky i psychicky. Kromě změn tělesných, které vesměs ženy vnímají negativně a které nezhřídka bývají bolestivé, **ženy čelí nové a obrovské kognitivní¹³ a emocionální zátěži, proměňují se sociální vztahy a vazby** (Brizendine, 2007; Orchard et al., 2023, s. 302). Málomterá žena vstupuje do prvních dní a týdnů, neřkuli měsíců a let mateřství opravdu dobře teoreticky připravena a podle Babetin (2020), i kdyby takovou přípravu podstoupila, prvotnímu šoku a překvapení by se nevyhnula. Jak rychle se žena v novém životě adaptuje, záleží na řadě faktorů, více se jim věnujeme v kapitole 3.4 a 3.5.

3.3.1 Kognitivní zátěž

Od prvního dne po porodu dochází ke **kompletní reorganizaci denního rytmu** se sníženými možnostmi plnit své základní potřeby (spánek, jídlo, odpočinek) nezhřídka doprovázených spánkovou deprivací a fyzickou bolestí z poporodních zranění (Babetin, 2020; Stern et al., 1998).

Žena pociťuje velký tlak ze zodpovědnosti za nový život, její pozornost je plně upoutána na novorozence a musí být připravena dvacet čtyři hodin denně plnit potřeby dítěte a zajišťovat jeho/její pohodlí, což prakticky znamená **učit se za chodu řadu nových**

¹³ Jen krátká procházka znamená poměrně složitou přípravu náročnou na paměť. Matka musí držet v paměti seznam věcí, které vezme s sebou – náhradní pleny, ubrousky, náhradní oblečení, oblíbenou hračku, umělé mléko, láhev, pokud nekojí atd. Celá příprava se nezhřídka odehrává za vesměs opakovaného odbíhání k dítěti, které co chvíli něco potřebuje nebo nevydrží ani minutu bez fyzické nepřítomnosti matky. Plánování procházek, nákupů, lékařů a jiných aktivit je nezhřídka řízeno režimovými návyky dítěte.

dovedností jako je tišení pláče, uspávání, kojení, krmení, ošetřování běžných kojeneckých obtíží, přebalování¹⁴, atd. (Northrup, 2005 citováno v Babetin, 2020; Stern et al., 1998; Trad, 1990).

Od matek se očekává, že budou vědět, co mají dělat. **Součástí dnešního mateřství je tzv. task ownership.** Ženy dělají neustále rozhodnutí, na která nejsou připravené, jsou zodpovědné za úspěchy i neúspěchy (Stern et al., 1998). Ze studie Masarykovy univerzity vyplynulo, že většina nastávajících matek nemá reálné ponětí, co péče o dítě obnáší¹⁵ a při zpětném hodnocení prvních tří let života s dítětem by ony i partneři ocenili větší praktickou přípravu včetně podpory z okolí (Deave, Johnson, & Ingram, 2008 citováno v Masopustová et al., 2018). Podle našeho názoru se tento tlak promítá do skutečnosti, že ženy ve své bezradnosti hledají rady a pomoc na sociálních sítích u někdy více či méně dobře informovaných zdrojů.

3.3.2 Emocionální zátěž

S rodícím se mateřstvím se objevují **nové pocity**, které se mohou ze začátku jevit jako nepříjemné, nevlastní, nepoznané, avšak skrze jejich postupné zpracovávání a přijímání dochází k přijetí mateřství, resp. k vytvoření nové identity, mindsetu, který nahrazuje postupně mindset nemateřský, viz dále. Žena si všímá u sebe **nového jednání a chování, má zvýšenou citlivost některých smyslových modalit**, může postupně přehodnocovat některé postoje a životní priority (Babetin, 2020; Laney et al., 2015; Sterna et al., 1998).

Podle Sterna et al. (1998) se opomíjí důležitá složka mateřství, a to **intuice**, jejíž následování může novopečené matce výrazně pomoci. Ze světa racionální kontroly žena přechází do intuice, učí se spontánním reakcím, předvídavosti. Pro některé přijetí intuice, může být snadné pro jiné těžké, obzvláště pokud se okolí intuici vysmívá nebo ji znevažuje.

Babetin (2020, s. 418) zmiňuje zkušenosti svých klientek, které v začátku mateřství prožívaly „**období temna**“. Místo, aby se cítily naplněnými a šťastnými, mohou se cítit naopak traumatizované, nebo že o něco přišly (Donath, 2017). Po porodu jsou nikdo, ztratily samy sebe, mohou prožívat pocit, že na jejich potřebách nezáleží a ve stejném čase

¹⁴ Vlastní zkušenost autorky je, že kojením a dokrmováním svých dvojčat trávila první dva měsíce cca 12-16 hodin čistého času denně.

¹⁵ Celých 69 % žen v psychologickém výzkumu mateřství odpovědělo, že s péčí o dítě před narozením vlastního potomka nemělo žádnou zkušenost nebo malou zkušenost (Masopustová et al., 2018, s.20).

z okolí dostávají zprávu, že je to nejšťastnější období jejich života (Babetin, 2020, s. 412; Laney et al., 2015, s. 131-132; Stern et al., 1998). Kombinace vnitřně prožívané neradosti, pochyb, tápání v sobě sama a vnějších zpráv o štěstí nutně vede k otázce „co jsem to za matku?“, která může ženu ještě více vyděsit a vést k pochybnostem o sobě i o mateřství. Mohou se objevit i úzkosti, obzvláště pokud je žena na péči o dítě sama a je okolím znejišťována, místo aby dostala tolik potřebnou podporu (Babetin, 2020).

Podle některých autorek (např. Babetin, 2020; Laney et al.; 2015, Baraitser, 2006) se žena snaží nejdříve uchránit dříve žitou identitu, která je porušena a potlačována, což je zřejmě důsledek náročné péče o novorozence probíhající dvacet čtyři hodin denně bez ohledu na matčiny potřeby včetně potřeb základních – spánek, pravidelné jídlo. Tomuto tématu se více věnujeme v kapitole 3.4.

3.3.3 Proměna každodenního života a sociálních vztahů

Příchod dítěte je radost, štěstí, naplnění, životní vrchol. Zapomíná se ale, že je to v jistých ohledech i ztráta. **Žena přichází o velkou část své autonomie**, své pohodlí, své stereotypní návyky (Nicholson, 1999; Stern et al., 1998; Trad, 1990). Musí se naučit jinak zacházet s časem, **proměňují se její sociální vazby**, má méně času na rodinu, přátele, musí omezit ne-li úplně eliminovat své koníčky. Zcela **přichází o placenou pracovní část svého života** (Babetin, 2020; Trad, 1990). Unikum v České republice je, že jsme zemí s nejdelší placenou¹⁶ mateřskou, resp. rodičovskou dovolenou (Cukrowska-Torzewska, Lovasz 2020 citováno v Pospíšilová et al., 2022) a doba mateřské/rodičovské dovolené se dokonce v posledních letech prodlužuje. Přímým důsledkem „intenzivního mateřství“¹⁷ je mimo jiné ekonomická závislost na partnerovi, dlouhé přerušení nebo úplná ztráta zaměstnání, které žena mohla zároveň vnímat jako sebenaplňující (Hašková et al., 2015).

Od matky se očekává, že dítě bude ve středu jejího zájmu, bude mu plně věnovat veškerou svou pozornost, bude trpělivá, milující, pečující, zodpovědná a vždy ví, co dělat bez ohledu na to, jak ona sama se v daný okamžik cítí, co si myslí nebo ví a umí z dítěte vychovat dobrého člověka (Babetin, 2020; Donath, 2017; Laney et al., 2015; Stern et al., 1998; Trad, 1990). Stejná očekávání vůči sobě mají i ženy, které **jsou zaskočený, že se**

¹⁶ Při srovnání průměrného příjmu ženy s tříletým rodičovským příspěvkem klesne ženě měsíční příjem průměrně o 70 % (ČSÚ, 2023; výpočet autorky).

¹⁷ Intenzivní mateřství „předpokládá podřízení života a zájmů matky zájmům dítěte, maximální časově a ekonomicky náročné zaměření na dítě, jeho potřeby a rozvoj v souladu s nejnovějšími expertními poznatky“ (Hays, 1996 citováno v Hašková et al., 2015).

jejich očekávání a představy mívají s jejich pocity a realitou, někdy i s nastavenými očekáváními společnosti. Navíc pokud dostávají z okolí místo tolik potřebné podpory zpětnou vazbu, že něco nedělají správně, je velmi snadné začít o sobě pochybovat a pečlivě připravené představy a ideály se sesypou jako domeček z karet.

3.4 Mateřství jako transformační zkušenost

Obecně se má za to, že žena se stává matkou okamžikem porodu. Řada autorek a autorů (Babetin, 2020; Laney et al., 2015; Mercer, 2004; Stern et al., 1998) se však shoduje, že tělesný přerod, tedy těhotenství a především **porod, se může s přerodem psychologickým překrývat, ale také může být od něj zcela oddělen**. Zdá se, že přijetí mateřství v ženině identitě vyžaduje jistý individuálně dlouhý čas, kterému předchází období matrescence, které iniciuje řadu význačných změn v ženině mozku (Athan, n.d.; Orchard et al., 2023). Čas a změny vyvolané matrescencí společně s osobností ženy a proměňujícími se vztahy v nejbližším okolí představují faktory a vlivy, které spoluformují představy, přání, následně mateřskou realitu a tvoří základ pro intrapsychické změny probíhající po narození dítěte.

3.4.1 Osobnost ženy

Podstatnou roli, ne-li tu nejdůležitější v celém procesu zastává **osobnost ženy**, její ní vnímaná identita, prožívání, chování, postoje k sobě samé a k mateřství, připravenost na mateřství, její fantazie a přání, která si formovala před a během těhotenství (Babetin, 2020; Donath, 2017; Laney et al., 2015; Mercer, 2004; Nicholson, 1999; Stern et al., 1998). A právě **střetávání reality a přání společně s novými silnými emocemi na podkladě osobnosti ženy je určující pro integraci mateřství do identity ženy** (Babetin, 2020; Donath, 2017; Laney et al., 2015; Stern et al., 1998). Zdá se, že tato nová mateřská realita utvářená skrze osobnost a ideály ženy, tedy změny psychologické mají i biologický podklad, tj. význačné hormonální změny, které zatím nejsou zcela pochopeny a popsány.

3.4.2 Hormonální změny a jejich dopad na fungování mozku matek

Podle několika málo existujících odborných textů, dochází během těhotenství a po porodu k významným hormonálním změnám, které mají zřejmě velmi zásadní a

dlouhodobé dopady na fungování mozku a v konečném důsledku na osobnost, resp. identitu žen, které se staly matkami. Podle Brizendine (2007, s. 131) se **ženský mozek vlivem mateřství mění strukturálně i funkčně**. Její slova stvrzuje nejnovější studie věnující se období matrescence (Orchard et al., 2023, s. 302).

Mezi šestým a devátým měsícem těhotenství se některé části ženského mozku zmenšují pravděpodobně vlivem přestavby některých neuronálních okruhů a metabolických změn zapříčiněných hormonálními změnami (zvýšená koncentrace oxytocinu, progesteronu, estrogeneru) a do šestého měsíce po porodu se velikost mozku dostává do původní velikosti (Brizendine, 2007, s. 137). Nejvýraznější změny (při doposud provedeném zkoumání vlivu matrescence na kognici) vykazuje hipokampus. Během těhotenství dochází k redukci šedé hmoty, a naopak po porodu (do cca 6. měsíce věku dítěte) k jejímu nárůstu (Orchard et al., 2023, s. 305). **Dosažené změny v neuroplasticitě mozku jsou trvalé po zbytek života ženy**. Významně zvýšená kognitivní zátěž společně s novým a komplexním prostředím, ve kterém žena nově funguje (viz kapitola 3.3), mají zřejmě pozitivní dlouhodobý a protektivní účinek na jejich mozek a schopnost jeho regenerace¹⁸ (tamtéž, s. 302).

3.4.3 Ukotvení mateřství v identitě ženy

Žena tedy po narození dítěte má přisouzenou roli matky, ale **mateřství ve smyslu vnitřního přijetí, že je něčí matkou, je výsledek někdy více či méně náročného transformačního procesu**, který započal během těhotenství a končí týdny, měsíce, někdy i roky po porodu dítěte (Babetin, 2020; Laney et al., 2015; Mercer, 2004; Nicholson, 1999; Stern et al., 1998).

Přijetí dítěte do svých intrapsychických hranic některé matky popsaly **jako přirozené splnutí, jiné jako vnitřní konflikt** (Laney et al., 2015, s. 132). Babetin (2020, s. 411) na přijetí mateřství nahlíží jako na redefinici identity. Obdobně Laney et al. (2015, s. 143) používá pojem transformace identity, jejíž součástí je rozšíření vědomí, nastavení nové hranice „Já“. Pojem nové pojetí sebe sama používá Mercer (2004, s. 226). V zásadě všechny autorky mateřství chápou jako výsledek unikátního transformačního procesu, jímž **žena přijímá nové pojetí sebe sama a dítě je nedílnou součástí její identity**. Lehce

¹⁸ Podle Orchard et al. (2023, s. 302-303) velká kognitivní zátěž v začátcích mateřství společně s nově vytvořeným komplexním prostředím a změnami (fyzickými, emocionálními, sociálními) vytváří tzv. kognitivní rezervu, což je schopnost mozku vyrovnávat se s poškozením, negativními dopady různých onemocnění, se zhoršením kognitivních funkcí prostřednictvím dříve osvojených kognitivních procesů.

odlišné vysvětlení nabízí Stern et al. (1998), který mateřství vnímá jako **koexistenci dvou paralelních mindsetů** – původního a mateřského. Po porodu původní mindset je výrazně utlumen, leckdy na celé roky (ale nevytrácí se). Naopak mateřský mindset je velmi intenzivní a vše překrývající. S rostoucím věkem dítěte se stává více selektivním, a vynořuje se v plné síle, pokud je její dítě nemocné, v ohrožení nebo se trápí bez ohledu na věk dítěte. Původní mindset zesiluje výrazně při návratu matky do nemateřského života. Jak se budou postupem času oba mindsety alternovat, je veskrze individuální záležitostí. Mateřství je v této definici výsledkem procesu, na jehož konci vzniká vztah s dítětem a jako důsledek vztahu paralelní vzorec prožívání, chování, který žena volí v případě zaměření na potřeby dítěte (Stern et al., 1998).

Pokud **k přijetí mateřské reality nedojde, žena zůstane uvězněna ve svých představách doprovázených pocity viny** (Arendell, 1999; Phanco, 2003 citováno v Laney et al., 2015). Naopak pokud žena projde úspěšně transformačním procesem a své mateřství plně přijme¹⁹, cítí se ve své podstatě opravdu šťastná, a lze takové mateřství označit za **dobré mateřství**, které s sebou nese řadu benefitů nejen pro samotné dítě. Mateřství má dlouhodobý růstový potenciál, nasvítí to dobré i špatné. Pokud je žena schopna vidět alespoň částečně svět dětskýma očima, je pak schopna i vnímat vlastní vady a nedokonalosti a pracovat s nimi. (Laney et al., 2015).

3.5 Sociální faktory ovlivňující mateřskou transformaci

V této kapitole zmíníme hlavní sociální faktory a vztahové osoby, které mají významný vliv na mateřskou transformaci, a tedy přijetí mateřství.

3.5.1 Matka a partner

S novým mateřstvím je žena nucena přehodnotit také své dosavadní pojetí, kým je a paralelně kým je ve vztahu k druhým lidem (Steinberg, 2005). Proměňuje se její vztah s partnerem ale i s její matkou, u kterých vyhledává pocit bezpečí, neboť vlivem hormonů může prožívat pocity zranitelnosti (Edelman, 2009).

¹⁹Největších změn doznávají ženy, které jsou matkou poprvé, u vícenásobných matek jsou změny identity výrazně menší (Laney et al., 2015).

Žena má nastavená **očekávání, jaký otec by její partner měl být** a po narození dítěte od něj **očekává spoluúčast na péči o dítě a podporu**. Pokud se otec dostatečně do péče nezapojuje, může jeho nečinnost ztěžovat přijetí ženina nového mateřství (Wolf, 2011 citováno v Babetin, 2020). Jejich vztah se kvalitativně proměňuje, přibývá do něj nová rodičovská role, mají na sebe méně času, někteří muži mohou špatně snášet nedostatek sexu a pozornosti ze strany partnerky, mění se vztah jejich vzájemné závislosti v neprospěch ženy²⁰ (Stern et al., 1998).

Podle Sterna et al. (1998) je významnější vztah s vlastní matkou než s partnerem, neboť **matka své dceři vtiskuje vzory mateřství**. Například reakce matky na vizuální a sluchové podněty dítěte může odrážet kvalitu rodičovské péče, jakou obdržela sama jako dítě (Elmadih, & Abumadini, 2019). Vztah matky a dcery je doživotně součástí identit obou. Jejich pouto se vlivem narození vnoučete může prohloubit a zlepšit (Deutsch, 1944; Benedek, 1959; Bassin, Honey, and Kaplan, 1994 citováno v Steinberg, 2005), může být však také zdrojem smutku. Jejich vztah nově ovlivňuje mateřství dcery, které s sebou nese ze strany dcery **očekávání psychické podpory**, pomoci a poskytnutí zkušeností ze strany matky (Edelman, 2009; Stern et al., 1998). Může vzniknout nový druh pozitivní závislosti mezi dcerou a její matkou. Péče babičky poskytuje matce tolik potřebný čas na odpočinek nebo plnění pracovních povinností a dítě s babičkou navazuje citový vztah prospěšný pro oba zároveň²¹ (Gattai, & Musatti, 1999). Důležité je **ujištění ze strany matky, že nejistoty, které její dcera prožívá, jsou normální**. Pokud matka z jakéhokoliv důvodu v životě dcery–čerstvé matky absentuje, může tento fakt prohlubovat ženinu nejistotu a pocity osamění (Edelman, 2009; Stern et al., 1998).

3.5.2 Allomateřství

Těhotné ženy a čerstvé matky intuitivně vyhledávají pomoc i jiných žen, nejen vlastní matky. Podle Northrup (2005 citováno v Babetin, 2020, s. 422) se tato primární potřeba spouští vlivem porodu, který aktivuje stejné hormony, které se vyměšují do těla u novorozence. S pokročilým těhotenstvím žena více vnímá, ať už vědomě či nevědomě, jiné těhotné ženy a matky s dětmi, a sleduje, jak se k dětem chovají. Jak a jakým tónem s nimi mluví, jaká je jejich mimika, obecně jak ke svým dětem přistupují a srovnává tuto viděnou

²⁰ České studie zmiňují nejčastěji dlouhodobou ekonomickou závislost ženy na muži, která může ovlivnit potenciál výskytu násilí mezi partnery (Křížková et al., 2017 citováno v Hašková et al., 2015).

²¹ Stejně jako mateřství, prarodičovství ženu mění. Stát se babičkou má pro ženu potenciál měnit její sebeobraz (Gattai, & Musatti, 1999).

realitu se svými představami a přáními (Bergum, 1989 citováno v Babetin, 2020). **Přirozené mateřství je komunitní záležitostí** (Brizendine, 2007, s. 114) a zkušenější matky dodávají tolik potřebnou a specifickou podporu a jistotu (Stern et al., 1998).

Bez komplexní podpory ze strany rodiny a komunity hrozí, že žena může trpět úzkostí, nejistotou a její pocity se přenesou na dítě, které následně může vykazovat znaky deprese. Péče poskytována dítěti někým jiným, než je matka, typicky otec, prarodiče, členové rodiny, komunity, tedy **allomateřství je velmi podpůrný a důležitý faktor pro vznik nového mateřství**. Přesto v západní společnosti chybí (Brizendine, 2007; Donath, 2017; Abraham, & Feldman, 2018; Stern et al., 1998). Česká republika není výjimka. Každá nastávající matka by měla vědět, že na mateřství by neměla být sama, že bude potřebovat vydatnou pomoc okolí. Podle Brizendine (2007, s. 155) pokud dokážeme zajistit bezpečné a spolehlivé prostředí pro mateřský mozek, můžeme zabránit domino efektu, kdy se stres matek přenáší na děti, které jsou v důsledku také stresované a nejisté. Pomoc ze strany rodiny, přátel, komunity také výrazně podporuje a upevňuje pozitivní vztah mezi matkou a dítětem (Cozolino, 2006 citováno v Babetin, 2020).

Bez adekvátní pozornosti je role zdravotníků v psychologických procesech čerstvé matky. Separace matky a dítěte těsně po porodu zapříčiněná standardizovanými postupy porodnice bez medicínského důvodu může vést k devastujícím efektům na vztah matky a novorozence (Verny, 1981 citováno v Babetin, 2020). **Porodnice je místem, kde dochází k prvnímu střetu očekávání s realitou**. Proto mají porodní asistentky a neonatologické sestry klíčovou roli a možnosti, jak nové matce pomoci s nejistotou, strachem, s novými dovednostmi, jak ji podpořit v jejím křehkém mateřském sebevědomí a nastartovat a povzbudit rozbíhající se proces změny identity ženy (Mercer, 2006). Jejich nevhodný přístup naopak může psychický stav ženy zhoršit a ztížit i její poporodní hojení (Wolf, 2001 citováno v Babetin, 2020).

3.5.3 Sociální prostředí a normy

Současné mateřství se odehrává v poměrně velké izolaci, a tak předobrazy mateřství do značné míry vytváří a ovlivňuje sociální (kulturní) prostředí (Masopustová et al., 2018). Donath (2017, s. 40) tvrdí, že izraelské reklamy nejenže prodávají inzerovaný produkt, ale prodávají veřejnosti také předobraz správných žen, které mají schopnost vychovávat děti

přesně tak, jak společnost požaduje a podsouvá jim i chtěné a očekávané emoce radosti a spokojenosti

Podle Hochschild (1979) sociální prostředí reguluje lidské emoce, kdy jedinec dodržuje tzv. **pocitová pravidla** nebo normy (*feeling rules*)²². Ve standardizovaných situacích projevuje city, které se očekávají, a ne které skutečně pociťuje. Od matek se očekává, že budou dítě milovat, budou se cítit šťastné, naplněné a hrdé (Donath, 2017; Hašková, & Zamykalová, 2006; Hare-Mustin & Broderick, 1979; Marshall, 1991 citováno v Laney et al., 2015; Stern et al., 1998). Avšak mateřství je také spojeno s řadou nepříjemných nebo ambivalentních pocitů, obojí představují ve společnosti tabu. Jedinou akceptovanou výjimkou je poporodní deprese, více v kapitole 3.7.1 (Donath, 2017; Nicholson, 1999; Parker, 2005). Pokud žena zpochybňuje společností normované a standardizované parametry mateřství včetně emocí, zpochybňuje ikonický obraz mateřství. Regulačním nástrojem společnosti pro takové ženy je nálepka špatné matky. Důsledkem takového hodnocení je, že ženy své „pravé“ emoce vymění za ty, které cítit mají a dlouhodobě pak **žijí v konfliktu skutečných pocitů a pocitů navenek projevovaných** (Donath, 2017, s. 39; Hochschild, 1979). Mateřství je veřejný statek pod drobnohledem společnosti. Je značně **normováno, standardizováno** a zároveň **ikonizováno**. Má až skoro mýtickou sílu a mateřské lásce jsou přisuzovány téměř až nadpřirozené schopnosti (Apter, 1993 citováno v Nicholson, 1999; Parker, 2005).

Z uvedených psychologických, sociálních a časových faktorů lze předjímat, že **přijetí mateřství je vždy individuální, nelineární, spirálovité a postupné**. I přesto si některé ženy přesně vybavují moment prvního uvědomění si, že jsou něčí matkou (Laney et al., 2015). Nebývá to však moment porodu (Babetin, 2020; Laney et al., 2015; Mercer, 2004; Stern et al., 1998).

3.6 Mateřství se staršími dětmi

Na úvod jsme uvedli, že mateřství se nevěnuje dostatečná odborná pozornost a pokud ano, i náš text demonstuje, že je zaměřena na rané mateřství s malými dětmi. Jak studie Donath (2017), tak náš výzkum zahrnuje matky, které mají i děti větší či dospělé. Pokud

²² Hochschild (1979) se dotazovala studentek a studentů, jak se zachovali v situaci, kdy pociťovali společensky „nenormované“ emoce; 32 % žen odpovědělo, že vědomě změnily své emoce (raději než aby změnily situaci), u mužů stejná odpověď představovala 13 %.

využijeme klíčových slov mateřství, rodičovství psychologie/ psychologický, pocity a starší děti či jejich různou kombinaci, zobrazí se nám vesměs články na téma raného mateřství a rodičovství, porodu nebo rodičovství ve vyšším věku. Nomaguchi (2012) se zabývala well-beingem rodičů v závislosti na věku dětí. Mimo jiné taktéž upozorňovala, že věk dětí je aspekt, který se ve výzkumech o rodičovství opomíjí. Došla k závěru, že **rodiče starších dětí (školní děti a starší) jsou méně spokojení ve vztahu se svými dětmi než rodiče malých dětí**. Je však potřeba vzít v potaz rodičovství jako celek a zkoumat nejen vztahovou stránku, kterou rodiče obecně vnímají jako odměňující, ale také zátěž, kterou rodičovství především s malými dětmi představuje. Podle Pearlina (1983 citováno v Nomaguchi, 2012) **psychická zátěž z rodičovství je celoživotní**, avšak mění s ohledem na věk dětí. Rodiče dětí ve školním věku a starším stojí nezdůvěhodně před výzvami jako výchovné problémy, nevhodné party, užívání alkoholu, aktuálně také významné psychické obtíže (NÚDZ, 2023). V pozdějším věku rodičů (65 let a více) představuje způsob, jak potomci s rodiči zacházejí společně s negativními životními zkušenostmi dětí, významné faktory ovlivňující psychiku rodičů (Milkie et al., 2008). Zatímco zátěž plynoucí z rodičovství má tendenci přetrvávat (mění se její podoba), **psychologické benefity či odměny rodičovství mají s věkem dětí tendenci spíše méně působit**. Nomaguchi (2012) si to mimo jiné vysvětluje tím, že rodiče ztrácí s věkem dětí fyzickou blízkost. Zátěž a stres je dle očekávání ještě signifikantnější u single rodičů (Crouter, & Booth, 2004 citováno v Umberson et al., 2010). Rodičovství v rámci manželství, podpora rodiny a samozřejmě gender rodiče, tedy obecně **psychosociální aspekty hrají i v rodičovství se staršími dětmi stále vlivnou roli** (Umberson et al., 2010).

Podle Nomaguchi (2012) se dá obecně tvrdit, že rodičovství s menšími dětmi má potenciál vytvářet mezi-rolové konflikty vyplývající z přetížení způsobeného náročnou psychickou i fyzickou péčí o dítě. Typicky se projevuje jako konflikty ve vztazích rodičů či horší sladění rodičovského a pracovního, případně společenského života. Kdežto rodičovství se staršími dětmi má potenciál vytvářet mezilidské konflikty mezi rodiči a dětmi jako důsledek obav rodiče vyplývajících z chování dítěte.

3.7 Mateřské emoce

Podle psychoevoluční teorie emocí je hlavní funkcí emocí **obnovovat stav rovnováhy**, který je narušován z vnějších nebo vnitřních příčin. Vnější nebo vnitřní impuls vede ke

kognici (uvědomění si, zpracování, rozpoznání nebezpečí neboli narušení rovnováhy), což vede k emoční reakci, která vyvolá akci (chování vedoucí k obnově nerovnováhy). Požadovaná akce však nemusí být přímá či cílená. (Plutchik, 2001).

Ženy v průběhu těhotenství vedle idealizací svého mateřství také formulují představy o emocích, které s mateřstvím přijdou. V souladu s představami společnosti, jaké mateřství je (viz předchozí), matky očekávají nepoznanou lásku, zahlcující radost. Nezřídka se dostávají i **negativní pocity** jako je rozčarování, nevyznání se sama v sobě, osamění, strach, frustrace, vztek, opuštění, bezradnost, které jsou často živěné spánkovou deprivací (Babetin, 2020; Donath, 2017; Laney et al., 2015; Matley, 2020; Trad, 1990). Podle organizace Mamio, která pomáhá budovat síť kontaktů mezi matkami, **pocit osamělosti doprovází 81 % žen pečujících o dítě v rámci tzv. rodičovské dovolené** (Hronová, 2023).

3.7.1 Emoční ambivalence je přirozenou součástí mateřství

Společností akceptovanou výjimkou je poporodní deprese, která je však vnímaná jako patologie (F53.0; MKN-10, 2024). Nicholson (1999) na poporodní depresi nahlíží jako na přirozený proces sžívání se s mateřstvím. Žena porodem objektivně nejen získává, ale také ztrácí, a tak je podle ní **poporodní deprese zdravá reakce**. Autorky a autoři, kteří mateřství pojímají jako transformaci identity, „netypické“ **emoce zármutku a truchlení připisují prožívané bolesti ze ztráty bývalého já** (Babetin, 2020; Stern et al., 1998; Wolf 2011 citováno v Baraitser, 2006).

Komplex emocí, který je pro mateřství přirozený, potřebný, avšak zároveň neočekávaný, nepříjemný a nezřídka vyčerpávající, je ambivalence. V jeden okamžik žena pociťuje lásku i nenávisť, harmonii a konflikt, touhu po blízkosti a zároveň touhu někam utéct a být sama (Donath, 2017). Parker (2005, s. 7) **ambivalenci pojímá jako „dynamickou zkušenost konfliktu“, který má tendenci podléhat vývoji dítěte**. Děti na jedné straně v matkách vzbuzují silné pozitivní emoce, na druhé straně jsou to zároveň ty samé děti, které na své matky křičí, že je nemají rády, kousají, ubližují, i přes zákazy se vrhají do nebezpečných situací, opakovaně dělají věci, které matku unavují a vyčerpávají (Hollway, 2001; Parker, 2005). **Mateřství je řízené frustrací** (Ferenczi, 1926 citováno v Parker, 2005, s. 8) **a frustrace vede k ambivalenci**. Podle Donath (2017) ambivalenci prohlubuje také tlak z přesvědčení, že matky ví vždy lépe než otcové, co dělat a

dichotomické soudy o matčině péči (stará se málo – moc, ochraňuje dítě málo – moc, je s dítětem příliš – málo).

Ambivalenci je nutné přijmout jako běžnou součást mateřství, nepřijetí vede k pocitům viny a úzkosti (Donath, 2017; Hollway, 2001; Parker, 2005). Mateřská ambivalence a jmenovitě nenávist jsou nejen nevyhnutelné, ale jsou dokonce velmi důležité pro vývoj dítěte (Winnicott, 1947; Raphael-Leff, 1991; Benjamin, 1995; Parker, 1995; Kraemer 1996 citováno v Steinberg, 2005, s. 174). **Přijetí ambivalence vede k poznání a pochopení vztahu sama k sobě i ve vztahu k dítěti** (Donath, 2017; Parker, 2005). Umožňuje matce, a co je důležitější – i dítěti, dojít k **poznání, že emoce mají mnoho podob a odstínů, že nikdo není dokonalý a s tímto poznáním se k sobě navzájem chovat** (Hollway, 2001, s. 15; Parker, 2005). Děti si od rodičů a jejich chování přebírají „návody“, jak zvládat konflikty, frustrace, dostávají základy pro rozvoj morálky, sebeúcty, svědomí, empatie (Thorová, 2015). Pokud rodiče dokážou vhodnou formou verbalizovat emoce dítěte a emoce druhých včetně sebe, podporují tím rozvoj emoční inteligence u svých dětí (Vágnerová, 2014).

3.7.2 Nové emoční zkušenosti a sebereflexe

Mateřství život ženy obohacuje o **rozšířený repertoár emocí**. Objevují se emoce nové, komplexní a doposud nepoznané. **Prožívání emocí se významně prohlubuje**, např. silnější a hlubší radost a vedle ní nové úrovně smutku, bolesti i strachu. **Emoce mohou mít intenzivnější tenacitu**. S mateřstvím přichází také častější náhlé afekty s tendencí přecházet od jedné polarity ke druhé. Nežádoucí jsou odrazem emočního naladění dítěte, vyčerpání, aktuálním zdravotním a psychickým stavem matky (Donath, 2017; Laney et al., 2015).

Přijetí změn emočního prožívání je cesta k hlubšímu napojení mezi matkou a dítětem. Žena si v sobě postupně buduje schopnost na prvním místě myslet na dítě a anticipovat jeho/její potřeby a v konečném důsledku může být i schopna propojit se s emočním prožíváním dítěte, event. pociťovat stejné emoce jako dítě. Reakce dítěte si interpretuje jako odraz svého prožívání a chování, což vede k tendenci své chování přehodnocovat a učit se rozumět svým emocím, tedy k sebereflexi. Všechny popsané změny pomáhají ženě mateřství přijmout a mají také dlouhodobý pozitivní dopad i do „nemateřského“ emočního života. Naopak, pokud matka nežádoucí chování spojuje se svébytností dítěte, tedy není

schopna se do dítěte vcítit, o tuto příležitost sebereflexe přichází (Sacks, 2017 citováno v Babetin, 2020; Hollway, 2001; Laney et al., 2015; Stern et al., 1998).

Zvládání emocí a afektů je výrazně usnadněno, resp. umožněno zapojením druhého rodiče do péče o domácnost i dítě, allomateřstvím²³, podporou komunity, tj. širší rodina, přátelé, sousedé, specializované organizace jako je např. Úsměv mámy (Brizendine, 2007; Donath, 2017; Stern et al, 1998).

²³ V našich zemích dříve velice časté allomateřství, tj. zapojení babiček do péče o dítě, se z naší společnosti prakticky vytratilo. Rodiče a děti žijí někdy i stovky kilometrů od sebe, ženy odcházejí do důchodu v současné době až kolem 63. roku a chtějí se realizovat konečně i jinak než jako věčné pečovatelky a hlídačky dětí.

4 Lítost jako mateřská emoce

V existujících studiích a textech o mateřských emocích do roku 2015, kdy vyšla analýza izraelské socioložky Orny Donath, chyběla lítost. Do té doby se emoce lítost v souvislosti s mateřstvím používala výhradně jako výhružka ženám, které matkami být nechtěly, že „jednou budou litovat“²⁴. Donath proto napadlo ověřit, zda existují i ženy, které naopak litují, že se matkou staly. Vedla rozhovory s dvaceti třemi ženami různého věku, s různě starými dětmi (včetně dětí dospělých a včetně žen majících již vnoučata), které se samy identifikovaly jako mateřství litující. Kdyby se mohly vrátit zpátky v čase, matkou by se nestaly.

V reakci na její analýzu zkoumali litování mateřství, resp. rodičovství i v jiných zemích primárně se základní zjišťující otázkou, zda i německé, polské, britské a jiné matky také pociťují lítost. Přestože k dnešnímu dni (červen 2024) nebyla doposud v České republice zveřejněna studie na téma litování mateřství, víme z internetových diskusí, článků (např. Sladká, 2023; Zídková, 2016) a z absolventské práce (Holemá, 2023), že se litování mateřství týká i českých žen. Z doposud existujících zjištění, se tedy potvrdilo, že litování mateřství není jen záležitostí Izraele, ale také že **ženy z různých zemí podobně prožívají mateřskou lítost, zakouší podobné emoce a problémy bez ohledu na kulturní a sociální kontext** (Donath, 2017; Garncarek, 2020; Heffernan, & Stone, 2020; Matley, 2020). A dokonce se litování mateřství týká i společností, které jsou vnímané jako velmi rovné z pohledu postavení muže a ženy včetně postavení na pracovním trhu, tj. finská, švédská a islandská (Bodin, 2024; Johnson, & Pétursdóttir, 2023). Finské autorky Sihto a Mustosmäki (2021) zjistily, že lítost je pro tamější matky obrovské tabu a zdráhají se mluvit i proto, že cítí jakousi nepatřičnost. Žijí ve společnosti, která je ve světě vnímaná jako velmi rovná z pohledu srovnání postavení muže a ženy, mají dobré možnosti sladování soukromého a pracovního života. Autorky upozorňují, že i přes tyto skutečnosti je péče o domácnost a děti stále spíše záležitostí finských žen než mužů. Čili tento fakt nás jemně navádí k myšlence, že lítost může souviset s přetížením vyplývajícím z genderové nerovnosti. V neposlední řadě je vhodné doplnit, že lítost není jen záležitostí matek, ale také otců (Meil et al., 2023).

²⁴ Sama autorka jako bezdětná tuto větu poměrně zhusta slýchávala od žen i mužů.

V dalším textu se budeme držet struktury prvních kapitol. Poznatky o mateřské lítosti záměrně uvádíme souhrnně na jednom místě, abychom lépe docílili základního pochopení zkoumané problematiky a znalosti o ní netříštili do různých částí textu.

4.1 Důvody pro mateřství

Izraelská společnost, byť se řadí k západním společnostem stejně jako ta česká, vykazuje několik podstatných odlišností. Ty nejvýraznější vyplývají z faktu, že náboženství je vlivným aspektem prostupujícím všemi složkami života a dále že stát Izrael je v podstatě kontinuálně nucen bránit svou existenci. Z toho vyplývá tlak na izraelské ženy rodit co nejvíce dětí a tento tlak se promítá jak do veřejného, tak soukromého života projevujícího se mimo jiné reprodukčním násilím (Donath, 2017). Specifikum má i islandská společnost, která žije na ostrově a není příliš populačně početná. Potřeba genetické různorodosti zesiluje tlak na místní ženy stran mateřství (Johnson, & Pétursdóttir, 2023). Práce Holemé (2023) byla zpracována na základě výpovědi tří matek, dvě z nich otěhotněly před rokem 1989, kdy rodičovství bylo státem velmi podporované a do jisté míry povinné. Těhotenství všech tří bylo nečekané a neplánované a neukončení těhotenství bylo podpořeno i názorem otců dětí, že je jejich povinností se oženit a dítě přivést na svět.

Další zmíněné důvody se už příliš neliší od těch uvedených v první kapitole, tedy že mateřství je normální a pro ženu přirozená věc smysluplně naplňující její život, představuje pokračování přirozeného vývoje vztahu nebo vůbec podmínku jeho pokračování, může zajistit lepší ekonomické a sociální podmínky či jako terapie vlastního dětství a vztahů. Některé ženy měly jasno už jako děti, že matkou nechtějí být, přesto se jí staly (Bodin, 2024; Donath, 2017). Donath (2017, s. 21) to vysvětluje jako projev **institucionalizované vůle** představující spojení společenského očekávání a zdánlivě vlastních tužeb vznikajících na podkladě přesvědčení, že jedině mateřství může dodat pro život ženy potřebný klid, přijetí a pocit celistvosti. Ačkoliv žena ví, že mateřství není slučitelné s její osobností a pojetím života, stejně dlouhodobě k mateřství spěje, protože je od dětství konfrontována s ve společnosti žitým přesvědčením, že žena je k mateřství předurčena, zrozena a teprve s mateřstvím dosáhne nepoznaného štěstí a naplnění. Pokud navíc žije ve vztahu s partnerem, který si přeje rodinu založit, je těžké až skoro nemožné se matkou nestát. Děti, pokud bylo uvedeno, byly vesměs chtěné a plánované.

4.2 Jak ženy prožívají mateřství?

O některých respondentkách izraelské studie a všech třech zpovídaných českých ženách víme, že **pocházely z komplikovaných rodinných poměrů**. Buď měly ne dobře hodnocený vztah s matkou nebo otcem, nebo otec z důvodu odchodu od rodiny nebyl vůbec přítomný (Donath, 2017; Holemá, 2023). Tento fakt do jisté míry formuje postoje k rodičovství (rodičovství jako terapie vlastního dětství, útěk z primární rodiny atp.).

Postoje k mateřství byly v případě izraelských žen pozitivní, negativní i ambivalentní či žádné (Donath, 2017). Švédské matky ve studii Bodin (2024) měly k mateřství postoj veskrze negativní, a to z různých důvodů strachu: z porodu, ze single rodičovství, vyplývající z nevědomosti, jak se k dětem chovat, z pocitu určitého nepohodlí v přítomnosti dětí. Měly i představu toho, jak mateřství omezí jejich život a svobodu. Přesto se matkami staly a jejich zdůvodnění kopíruje důvody uvedené v izraelských datech.

Ženy mateřství hodnotí spíše negativně. Mají pocit, že samy **nesou břemeno zodpovědnosti a doživotní závazek**, o které nestály nebo si neuměly představit. Péče a výchova dětí je utrpení, otroctví, dřina, žádný den s dětmi není jednoduchý, je plný rozhodování, které nikdy nekončí. Povinnosti spojené s rodičovstvím nedávají smysl, existuje řada jiných smysluplnějších aktivit, které však s dětmi nejdou dělat (např. Bodin, 2024; Donath, 2017, s. 60-71; Garncarek, 2020; Sihto, & Mustosmäki, 2021). Ženy se vymezovaly vůči **nespravedlivému a nerovnému přístupu k matkám a otcům**, kdy na muže se nahlíží s větší shovívavostí. Společnost jim toleruje, že o děti nepečují, odchod od rodiny, matce však nikoliv, byť matka svůj odchod od rodiny vyhodnotí jako nejlepší řešení i pro děti. Mateřská láska a péče je povinná, ta otcovská je něco jako „bonus“ (Donath, 2017, s. 111, 145).

Jako zatěžující také vnímaly, že **mateřství je neustále v mysli ženy přítomné**. Když je matka bez dětí, stále na ně myslí, „přítomnost“ mateřství v mysli ženy nekončí ani s případnou předčasnou smrtí dítěte. S věkem dětí roste strach o ně. Výhodu mateřství některé spatřovaly v jistotě, že z pohledu měřítek izraelské společnosti nejsou outsidersy (Donath, 2017, s. 121-123, 138, 145).

Je důležité zdůraznit, že lítost necítí ve vztahu ke svým dětem. Děti cítily jako součást sebe sama. Opakovaně v rozhovorech **vyjadřovaly ke svým dětem lásku**, obdiv k jejich

osobnostem, schopnostem, označovaly své děti za úžasné, krásné, talentované, oceňovaly blízké vztahy se svými dětmi, cítily se s nimi propojené, dětem, příp. vnoučatům, se aktivně věnovaly (Donath, 2017, s. 71-76). Shodly se, že **díky vztahu se svými dětmi jsou lepšími lidmi**, jsou trpělivější, empatičtější, vyzrálejší, soucitnější, méně povrchnější ve smyslu, že jsou schopny hlubšího pohledu. Zdravé a hezké vztahy s potomky jim dodávají pocit vyzrálosti. Mateřství umožňuje zažít ohromující pocit nepodmíněné lásky, kterou nikdo jiný, než vlastní dítě dát nedokáže. Je zdrojem štěstí, hrdosti a jedinečného pocitu blízkosti mezi matkou a dítětem. Bez mateřství by toho, podle svých slov, nedosáhly (tamtéž, s. 91-93).

Pouze polský článek zmiňoval také matky, které nemají s dětmi hezký vztah, dokonce je nemilují a litují nejen mateřství, ale také toho, že mají své děti (Gancarek, 2020, s. 87), což je v rozporu s ostatními zde citovanými texty. Ty ať už explicitně či implicitně zmiňovaly matky, které litují mateřství, avšak ne existence svých dětí.

Ženy litující mateřství pociťují ztrátu sebe sama, **boj mezi dvěma identitami**, resp. přáním nemít mateřskou identitu, nebýt ničí matkou. Nepřijaly či se neztotožnily s mateřskou rolí, mateřský život je jim cizí, cítí, že do něj nezapadají (Bodin, 2024; Donath, 2017, s. 119-138; Gancarek, 2020; Holemá, 2023; Matley, 2020; Sihto, & Mustosmäki, 2021). V souladu s tvrzeními uvedenými v 3. kapitole je také závěr analýzy Donath (2017, s. 96), že **individuální přijetí mateřství je výslednicí osobnosti, zkušeností, potřeb, hodnot, okolností a vnímání**. Jako **nejdůležitější podmínky ovlivňující mateřství** z vnějšku se jeví podpora otce dětí a jiných členů rodiny, možnost rozložit svůj čas mezi péči a práci doma a placenou práci mimo domov, dostatečné finanční zázemí (Donath, 2017, s. 196; Gancarek, 2020).

Matky volily v zásadě **dvě strategie přístupu k mateřství**. Buď se nadstandardně věnovaly dětem a vzdělávaly v otázkách mateřství a vztahu s dítětem (četly knihy, studovaly psycho-sociální vývoj dítěte) a v konečném důsledku byly vnímané i okolím jako velmi milující a pečující nebo měly tendenci více do péče zapojit partnera či ji úplně přenechat jiným členům rodiny. Jen vzácně matka volí strategii úplného odchodu od rodiny (Bodin, 2024; Donath, 2017; Holemá, 2023).

4.3 Lítost

Pocit lítosti se vynořoval v různých fázích mateřství. Některé ho pocítily během těhotenství, po porodu, nebo dny, týdny, měsíce a jiné dokonce roky po narození dětí. **Situace, při kterých si lítost uvědomily, byly také různé** (Bodin, 2024; Donath, 2017). Jedna z žen uvedla, že uvědomění se objevilo, když se vrátila do práce, jiná zase když si přiznala, že vždy bude v životě dítěte „něco“ (nejdříve kojení a bolesti bříška, zuby, puberta, vstup do armády, ...). Další cítila, že něco není v pořádku a nedokázala to pojmenovat. Po přečtení článku o mateřské lítosti si uvědomila, že lituje, že je matka. Některé ženy cítily, že udělaly chybu už s prvním dítětem, jiné až s druhým nebo dalšími. Jedna z žen popsala, že moment uvědomění přišel, když stála se synem v náruči před porodnicí a kdy ji naskočila myšlenka, že je to nevratné. (Donath, 2017, s. 77-88). Na počtu dětí nezáleželo.

Na otázku, jak si vysvětlují, že si dříve neujasnily, že pro ně mateřství není životní cesta, odpovídaly s pochybností o své přičetnosti, nebo že rodiče prostě konspirativně mlčí o tom, jaké rodičovství opravdu je. Je snadné začít si myslet, že člověk není v pořádku, když všichni kolem sdělují pocity radosti a on sám/sama se cítí úplně jinak (Donath, 2017, s. 84). **Je proto důležité, aby se hovořilo o skutečných pocitech a skutečném mateřství,** aby další generace nebyly lapeny ve stejných pocitech. Pokud totiž **chybí slovník pro jakýkoliv problém, těžko se vyjadřují emoce,** a naopak lehko se dojde k přesvědčení, že problém jsem já sama, je to ve mně (Donath, 2017, s. 87).

Další negativně prožívané emoce, které matky zmiňovaly, byly **pocity smutku, vzteku, viny, studu a nedostatečnosti** (Donath, 2017; Garncarek, 2020; Matley, 2020; Sihto, & Mustosmäki, 2021).

Donath (2017) pocity lítosti vysvětluje tlakem patriarchální společnosti na ženy, skrze který se ženám předává předobraz mateřství jako povinnosti ženy, které z ní učiní kompletního člověka. Podle Sihto a Mustosmäki (2021) pocit lítosti u finských matek souvisí s intenzívním mateřstvím. Po ženách a matkách se toho zkrátka vyžaduje příliš.

5 Vymezení lítosti a základní charakteristika

Závěrem považujeme za vhodné vymezit, jakému typu lítosti se v našem výzkumu věnujeme a charakterizovat emoci lítost a popsat její složky.

Lítost je v češtině používána ve třech základních významech – jako soucit (anglicky *sympathy* nebo *compassion*), jako reflexe vlastního chování nebo jednání (*remorse*) a konečně jako racionální zhodnocení v minulosti učiněných kroků s hodnocením sebe sama (*regret*). Na výhradně emocionálním podkladě vzniká v prvních dvou uvedených případech.

Když litujeme, **soucííme s druhou osobou** (případně zvířetem, případně neživým objektem – může nám být líto zničení vzácné památky), vnímáme její bolest a žal. Jsme vnějším pozorovatelem.

Etická, morální lítost **vyjadřuje reflexi našich činů vůči jiným subjektům**²⁵. Někdo trpí, trápí se v důsledku našeho chování nebo jednání. V takovém případě je lítost doprovázena naším pocitem viny, výčitkami svědomí (Fjelstad, 2015; Landman, 1987; Wellner-Pospíšil et al., 2009; Nakonečný, 2012; Wehmeier, 1998; Ústav pro jazyk český, n.d.).

Společné mají všechny lítosti, že je **vždy doprovází smutek** (Nakonečný, 2012, s. 366). „Nejhlubší lítost ... je vyjádřena formulí ‚co jsem to za člověka, že jsem mohl učinit něco takového‘“ (Schopenhauer citováno v Nakonečný, 2012, s. 366). A smutek pomáhá vyrovnávat se sám se sebou a s pocitem viny (Scheler, 1916, citováno v Nakonečný, 2012, s. 366).

Lítost vznikající na kognitivním i emocionálním podkladě jako **reflexe našeho v minulosti učiněného rozhodnutí**²⁶, **chování je vztažena čistě k sobě sama**, k pocíťovaným důsledkům a může být doprovázena pocitem ztráty, sebepoškození, sebeobviňování (Fjelstad, 2015; Landman, 1987; Wellner-Pospíšil et al., 2009; Nakonečný, 2012; Wehmeier, 1998; Ústav pro jazyk český, n.d.). Kahneman (2012, s. 370) o lítosti mluví jako o „formě trestu, který sami sobě udělujeme“.

²⁵ Podle Plutchika (2001) vzniká na podkladě základních emocí smutku a odporu.

²⁶ Podle Ordóñeze a Connollyho (2000) lítost ale může být pocíťována i bez v minulosti učiněného rozhodnutí.

Kognitivní složka

Teorie lítosti vzniknuvší v rámci ekonomických teorií říká, že špatné rozhodnutí učiněné v minulosti má vliv na rozhodování v budoucnosti v podmínkách nejistoty. Rozhodování je zvažování alternativ v podmínkách nejistoty a realizované rozhodnutí pak sebou nese buď emoci radosti (dobré rozhodnutí), nebo emoci lítosti (špatné rozhodnutí). **Ten, kdo pociťuje lítost, jednak konfrontuje sám sebe s poznáním, že se měl v minulosti rozhodnout jinak, a jednak se může sebeobviňovat za špatný úsudek** (APA, n.d.c; Loomes, & Sugden, 1982), event. může být lítost důsledek uvědomění si, že v čase rozhodování zde byly i jiné alternativy, které se z jakéhokoliv důvodu nepodařilo realizovat nebo zvolit. Podle Dijka a Zeelenberga (2005) je podkladem lítosti možnost srovnávat v přítomnosti aktuální (faktické) a hypotetické. Pokud aktuální situaci předcházely pozitivní zkušenosti, vstupují do procesu srovnávání (jedinec srovnává minulé pozitivní se současným a hypotetickým) jako vnímaný kontrast přítomného (negativního) a minulého (pozitivního) (Tversky, & Griffin, 1991 citováno v Dijk, & Zeelenberg, 2005).

V tomto pojetí je tedy lítost výsledkem vlastního (kritického) úsudku, zhodnocení nebo indukce, tedy vyšších kognitivních procesů (Landman, 1987) a je tzv. kontrafaktická (hypotetická). **Vede k úvahám a srovnáním, jaké by to mohlo být, kdybychom zvolili jinou alternativu** (Kahneman, 2012).

Emoční složka

Nicméně nahlížet na lítost jako na čistě kognitivní emoci je nedostatečné. Lítost je nejen výsledkem kognice, ale také výsledkem našeho sebehodnocení, sebevědomí, sebereflexe, vnímaného sebepoškození (James, 1890, s. 323 citováno v Landman, 1987), je ego-vztažná (Nakonečný, 2012, s. 366). Podle Schlera (1916 citováno v Nakonečný, 2012, s. 366) slouží lítost také ke zmírňování pocitu viny a pomáhá tak člověku vyrovnat se sám se sebou. **Jedinec, který cítí lítost, hodnotí a soudí sám sebe „při plném odhlédnutí od úsudku našeho prostředí“** (Nakonečný, 2012. s. 366), **člověk se prohřešil „proti hodnotě vlastního já“** (Lersch, 1970, s. 334, 252 n. citováno v Nakonečný, 2012, s. 366). A toto hodnocení jej může dovést **k úvahám nad možnými „já“**, což jsou kognitivně/afektivní reprezentace self, které se vztahují k našim minulým self (jací jsme byli) nebo budoucím self (jací budeme nebo chceme být) nebo self, z kterých máme obavy, čili vstupuje do nich i aspekt (sebe)hodnocení (Markus, & Nurius, 1986). A sebehodnocení, jak uvádím výše, může vyvolat pocit lítosti.

Lítost, kterou se chceme zabývat, je lítost vztažená k sobě samé, tj. litování svých minulých činů a rozhodnutí, které může vést k pocitům smutku bolesti nebo hněvu vztaženo však výhradně vůči sobě, tedy anglicky *regret*. Lítosti ve smyslu pocitu viny jako důsledek ublížení druhé osobě (*remorse*; Wehmeier, 1998) se věnovat nezamýšlíme, ačkoliv musíme i tento druh lítosti mít na paměti, neboť se může objevit jako pocit zpovídané matky vůči svému dítěti.

VÝZKUMNÁ ČÁST

6 Předmět výzkumu, cíle a výzkumné otázky

Předmětem předkládané práce je **prožívání mateřství žen, které litují, že se staly matkami**. Mateřství je individuální zkušenost, která vychází z osobnostního nastavení ženy. Zrod mateřství může, ale také nemusí být snadný. Žena psychologický přerod v matku může vnímat jako životní zkušenost bolestnou a nelehkou bez ohledu na výsledek, tedy přijetí mateřství. Mateřství přináší do života ženy celý komplex emocí, pozitivních a negativních. Odborná i laická veřejnost uznává poporodní depresi, méně se už hovoří o mateřské ambivalenci a v tuto chvíli naprosto tabuizovaným tématem je skutečnost, že existují v naší společnosti ženy, které, pokud by se mohly rozhodnout znovu, matkou by se nestaly. Od mateřství a emocí nelze z podstaty oddělit vztah k dítěti, který nemusí být negativním prožíváním mateřství zasažen a může být funkční a láskyplný.

V teoretickém úvodu jsme popsali, jak může probíhat proces psychologického zrodu matky, jak je reflektován z pohledu žen i odborníků, jaký vliv má mateřství na život ženy a jaké emoce do jejího života přináší. V poslední části teoretické části jsme shrnuli dosavadní poznatky o litování mateřství.

Respondentky jsou ženy, které prožívají pocit lítosti z mateřství a samy tento pocit v sobě identifikují. Pokud by se mohly vrátit v čase, matkami by se znovu nestaly. **Cílem práce je (1) zachytit a popsat individuální zkušenost žen s mateřstvím a (2) definovat základní kořeny lítosti.**

Jak upozorňuje Glaser (1992 citováno v Řiháček et al., 2013), výzkumnou otázku bychom neměli stanovovat tzv. “od stolu”. V praxi tento přístup znamená, že nejdříve se seznámíme s problematikou přímo v terénu. **V rámci čtyř pilotních rozhovorů jsme měli možnost ptát se a naslouchat, jaké pocity z mateřství matky mají.** Mluvili jsme se ženou, která mateřství lituje, ale nelituje existence svých dětí. Vyslechli jsme i příběh ženy, která litují mateřství jen u posledního dítěte a lituje i jeho existence. A v neposlední řadě jsme mluvili se dvěma ženami, které pociťovaly nebo pociťují mateřskou ambivalence a zklamání z mateřství, ale mateřství nelitují a své děti milují a zcela přijímají.

Na základě uvedeného předmětu a cílů práce jsme stanovili tyto **výzkumné otázky (VO) a vedlejší otázky (VV)**:

- VO1: Jak prožívají mateřství ženy, které sebe identifikují jako mateřství litující?
 - VV1: Identifikují samy sebe jako matku?
 - VV2: Jaký mají vztah ke svým dětem?
 - VV3: Jak mateřství hodnotí?
- VO2: Jaké jsou hlavní důvody pro pociťovanou lítost z mateřství?
 - VV4: Jaké byly důvody pro mateřství?

7 Výzkumný přístup a typ výzkumu

Vybrané téma je velmi citlivé, intimní, tabuizované. Naším záměrem je porozumět ženám, které tento pocit prožívají, a získat základní pochopení dané problematiky, která je determinována především individuální a nepřenositelnou zkušeností prožívání mateřství, které je ovlivňováno řadou intrapsychických procesů a vnějších faktorů. Je proto na místě zvolit **kvalitativní přístup** umožňující na téma nahlédnout holisticky a jako na doposud nepoznaný fenomén (Ferjenčík, 2000; Strauss, & Corbinová, 1999).

7.1 Design výzkumu

Předkládané téma v čase vzniku této práce není až na pár výjimek v odborné literatuře prakticky nijak zachyceno. Nabízí se proto využít **metodu zakotvené teorie**, kterou volíme i jako metodu analýzy dat²⁷. Jak uvádí Řiháček et al. (2013), metoda zakotvené teorie představuje komplexní přístup, skrze který lze řídit celý výzkumný proces od hledání výzkumné otázky, přes zpracování dat až po publikaci výsledné teorie a její další rozvíjení. Cílem tohoto přístupu je **zkonstruovat teorii zakotvenou v datech**, tedy daný jev popsat, pojmenovat, konceptuálně uchopit. Z uvedených důvodů se nám metoda zakotvené teorie jeví jako nanejvýše vhodná.

Výhodou metody zakotvené teorie je možnost pružně reagovat na průběžná zjištění vyplývající ze shromažďovaných dat v průběhu výzkumu. Konečným výstupem bude **teoretický koncept**. (Hendl, 2005; Řiháček et al., 2013; Strauss, & Corbinová, 1999).

7.2 Teoretická citlivost

Specifickou a nezbytnou součástí metody zakotvené teorie je **teoretická citlivost**. Ta představuje schopnost dosáhnout dostatečného vhledu, porozumění dané problematiky. Toho výzkumník dosáhne tak, že je schopen odhalit, co je podstatné, rozlišit detaily, a vše průběžně a tvořivě propojovat (Miovský, 2006). Podle Strausse a Corbinové (1999)

²⁷Miovský (2006) metodu zakotvené teorie neřadí mezi typy výzkumu ale mezi metodu analýzy kvalitativních dat.

teoretická citlivost pramení buď z teoretických znalostí, z profesních nebo osobních zkušeností, a ze samotné analýzy zkoumaných dat.

Realizátorka předkládané práce teoretickou citlivost čerpá z odborné literatury, z osobní zkušenosti mateřství a v neposlední řadě ze samotné analýzy výzkumu.

Realizátorka se k mateřství stavěla vždy spíše rezervovaně, uměla si představit život bez dětí. Rozumí proto nátlaku, který je na ženy činěn v souvislosti s mateřstvím a jak jsou ženy nuceny se obhajovat, proč děti nemají nebo nechtějí. Větu, že bude jednou litovat, že děti nemá, slyšela mnohokrát. Její těhotenství bylo neplánované, přesto od počátku přijaté. Narozená dvojčata jsou v tuto chvíli šestiletá dcera a syn, oba bez speciálních potřeb. Za posledních šest let prožila pocit ztráty sebe sama dvakrát. Poprvé po porodu dětí. Podruhé mnohem intenzivněji a bolestněji, když ji zemřel v průběhu psaní této práce bratr, s kterým měla velmi blízký vztah. Zhruba do dvou a půl let věku dětí prožívala silnou mateřskou ambivalenci. Zhruba ve stejný čas vnitřně přijala mateřství. Mateřství je její přirozenou součástí. Pokud by se mohla vrátit v čase a znovu se o mateřství rozhodovat, stala by se matkou. Občas přesto mateřství zalituje, protože si je vědoma obrovského strachu o život a zdraví dětí, které ji činí doživotně zranitelnou a ohroženou. Tento pocit před dětmi neměla.

Odborné zdroje teoretické citlivosti jsou především tyto:

- Babetin, K. (2020). The Birth of a Mother: A Psychological Transformation. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health*, 34(5), Fall 2020.
- Donath, O. (2017). *Regretting Motherhood. A Study*. North Atlantic Books.
- Holemá, A. (2023). „I Just Hated Being a Mother“. *Stories of Czech Women who Experienced Motherhood Regrets*. [Diplomová práce, Linköping University]. DiVA Linköping University.
- Laney, E. K., Lewis Hall, M. E., Anderson, T. L., & Willingham, M. M. (2015). Becoming a Mother: The Influence of Motherhood on Women's Identity Development. *Identity*, 15(2), 126-145. doi: 10.1080/15283488.2015.1023440
- Stern, D., Bruschweiler-Stern, N., & Freeland, A. (1998). *The Birth of a Mother: How the Motherhood Experience Changes You Forever*. Basic Books.

Uvedené zdroje jsou také samozřejmě uvedeny v seznamu literatury.

Významně nám teoretickou citlivost zvyšovala samotná analýza a rozhovory s dalšími matkami. Analytické zpracování pilotního interview nám poskytlo základní (pre)koncepty.

Měli jsme tak hrubé povědomí o aspektech, které budou mít vliv na pocit lítosti z mateřství. Při zpětném a opakovaném hodnocení naší teoretické citlivosti jsme si poměrně jasně uvědomovali, že v této fázi jsme čerpali především z osobní zkušenosti realizátorky. **Již během pilotního interview jsme vnímali nuance v přístupu k mateřství jako instituci ze strany respondentky a realizátorky.** Na druhou stranu **ve vztahu k dětem a popisu mateřských emocí vztažených k dětem realizátorka se všemi respondentkami vnitřně rezonovala** a měla pro jejich emoce velké pochopení a porozumění. Drželi jsme se proto doporučení Strausse a Corbinové (1999), že je potřeba, jak sami expresivně uvádějí, rýpat se ve svých zkušenostech a myslet na to, že sami jsme sítkem, přes které slova, věty a významy druhých jsou filtrovány. Pilotní interview jsme proto podrobili jednak detailnější analýze některých výroků, které se autorky osobně nějak dotýkaly, a ta jim mohla přikládat zvláštní význam (typicky výroky o strachu a o mateřských očekáváních), a jednak jsme porovnali pilotní interview s rozhovory s dalšími třemi ženami. Ani jedna nelitovala mateřství jako takového. První litovala, že přivedla na svět své poslední páté dítě, další dvě litovaly některých momentů mateřství, možná jeho brzkého načasování, ale nikoliv mateřství samotného.

Pozornost jsme věnovali ve všech interview tzv. **červeným praporkům**. Jak uvádí Strauss a Corbinová (1999), je to technika, která nám pomůže vidět v údajích kulturně podmíněné výroky a domněnky, tedy výroky, o kterých realizátorka může přemýšlet stejným způsobem, a tak neupoutají její pozornost. Červený praporek by nás měl upozornit na slova a fráze jako „nikdy“, „všichni“, „každý to ví“ a přitáhnout tak naši pozornost k výroku, který tato slova a fráze doprovází.

Na závěr cítíme ještě potřebu dodat poznámku, že pokud by realizátorka byla bezdětná žena (bez/dětný muž), výsledek analýzy by zřejmě získal na jiné kvalitě.

8 Projekt výzkumu

V této kapitole rozebereme projekt výzkumu. Stanovíme si charakteristiky respondentek a stanovíme metody pro jejich výběr, specifikujeme zvolenou metodu pro tvorbu dat a metodu zakotvené teorie pro zpracování a analýzu dat. Nedílnou součástí bude etický rámec výzkumu. Součástí přípravné fáze byl také ideový a technický plán, který však nepovažujeme za nutné zde uvádět i z toho důvodu, že bylo nutné jej flexibilně upravovat v průběhu realizace.

8.1 Strategie výběru výzkumného souboru

Zvolený kvalitativní přístup a design výzkumu nám předurčují **nepravděpodobnostní metodu výběru**. Miovský (2006) v kontextu kvalitativních výběru hovoří o tzv. **teoretickém výběru** jako o obecném principu. Tento přístup v praxi realizace výzkumu znamená, že na začátek výzkumu stanovíme strategie a metody výběru respondentek a dle průběžně získávaných a analyzovaných dat můžeme tyto strategie a metody měnit až do momentu, kdy dosáhneme **saturace dat s dobrou explanační silou**. Saturaci dat jsme dosáhli, pokud další získaná data nepřinášejí nové poznatky. **Saturace dat nám bude určovat i konečný rozsah souboru**. Jeho konečný rozsah tedy nestanovujeme, avšak nastavujeme minimální rozsah výzkumného souboru na pět respondentek.

S ohledem na zaměření výzkumu a citlivost tématu, kdy můžeme předpokládat, že může být obtížnější potenciální respondentky oslovit, volíme několik strategií výběru. V průběhu realizace výzkumu jsme už další metody nezařazovali:

- **metoda výběru souboru samovýběrem,**
- **metoda prostého záměrného (účelového) výběru,**
- **metoda příležitostného výběru,**
- **výběr vzorku metodou sněhové koule.**

Metoda samovýběru

Metoda samovýběru je postavená na oslovení potenciálních respondentek v našem případě skrze facebookové a diskusní skupiny, které využívají matky. Velkou výhodou metody je, že ženy samy a proaktivně vyjadřují ochotu se do výzkumu zapojit. Další

výhodou je, že bylo osloveno velké množství potenciálních respondentek, které měly možnost výzvu k zapojení do výzkumu dál sdílet. Jako vedlejší efekt jsme získaly zpětnou vazbu, jak v mateřských diskusních skupinách je téma vnímané. Očekávali jsme v souladu se zkušeností ze zahraničních studií i nenávistné komentáře. Neobdrželi jsme ani jeden. Ženy pod tématem příliš nediskutovaly, ale příspěvky sbíraly poměrně velké množství tzv. „lajků“.

Nejprve jsme vždy oslovili správkyň skupin soukromou zprávou a požádali o svolení zveřejnění příspěvku. Jednalo se o facebookové skupiny Úsměv mámy, Lituji, že jsem rodičem, Matky a zmatky, Česká ženská lobby, Everyday Patriarchy Bullshit, Protivný sprostý matky #PSM. Všechny správkyň zveřejnění povolily, až na Protivný sprostý matky #PSM s vyjádřením, že s tématem sice nemají problém, ale jejich zásada je nezveřejňovat příspěvky, které sbírají respondentky do výzkumu.

Metoda prostého záměrného výběru

Metoda záměrného (účelového) výběru je postavena na cíleném vyhledávání účastníků výzkumu podle definovaných kritérií. V našem případě jsou to matky, které samy sebe identifikují jako litující mateřství. Charakteristiku výzkumného souboru podrobně rozebíráme v kapitole 8.3. Dle doporučení Miovského (2006) je vhodné tuto metodu doplnit dalšími metodami s cílem dosáhnout teoretické saturace.

Na internetu je několik článků na námi zkoumané téma. Prošli jsme diskusi pod články a našli několik žen, které se vyjadřovaly o mateřství dle námi definovaných charakteristik. Ženy jsme oslovili soukromou zprávou s představením výzkumu a s dotazem, zda by byly ochotné se výzkumu zúčastnit.

Metoda příležitostného výběru

V průběhu realizace výzkumu můžeme využít situace, kdy se nám naskytne příležitost oslovit potenciální participanty výzkumu, např. typicky pro neformálních rozhovorech, kdy hovoříme o svém výzkumném záměru. Riziko chudého vzorku budeme mít ošetřeno kombinací s jinými strategiemi.

V přípravné i realizační fázi jsme téma výzkumu představovali při různých příležitostech v rodině, mezi známými, přáteli, kolegy i sousedy. Ani jednu respondentku jsme nezískali tímto způsobem. Domníváme se, že důvody mohou být dva. S ohledem na

citlivost tématu ženy nechtějí své pocity ohledně mateřství ventilovat, nebo ženy litující mateřství v našem okolí nemusí být.

Metoda sněhové koule

Využití dříve zmíněných metod představuje tzv. nultou fázi, v rámci které jsme byli v kontaktu s respondentkami. Ty, na základě představení výzkumu a jeho požadavku, mohou doporučit další potenciální účastnice výzkumu a tento proces lze opakovat až do momentu, kdy máme saturovaná data.

Už v této fázi budeme maximálně dbát na anonymitu a pocit bezpečí potenciálních respondentek. Více v kapitole 8.5 Etické hledisko a ochrana soukromí.

8.2 Strategie tvorby dat

Pro získání a tvorbu dat se nabízí **polostrukturované interview**. Jak uvádí Miovský (2006), polostrukturované interview překlenuje nevýhody strukturované a nestrukturované varianty. Zvolený typ nám umožňuje vést interview poměrně přirozeným způsobem s možností pořadí otázek zaměňovat, event. drobně modifikovat styl a znění otázek, a zároveň se držet připravených okruhů, aniž bychom narušili plynulost interview. Nezbytná je proto příprava tazatele, která představuje vydefinování tzv. schémat, která nám determinují okruhy otázek. V našem případě bylo polostrukturované interview rozděleno do těchto okruhů, které vyplynuly ze základní literatury a pilotního interview:

- 1. Splnění kritérií pro zařazení do výzkumu**
- 2. Individuální formování mateřství a vztah k mateřství**
- 3. Emoční prožívání mateřství**
- 4. Prožívání lítosti a kořeny jejího vzniku**
- 5. Vztahy s dětmi**
- 6. Sebevnímání**
- 7. Důvody k mateřství a představy o mateřství**
- 8. Vztahy s vlastní matkou, partnerem, rodinou a jejich podpora.**

Připravené okruhy a otázky, jejichž znění uvádíme v příloze jako přílohu č. 1, tvoří tzv. **jádro interview**, což je jakési povinné minimum, na které se v rámci interview ptáme. Na jádro se nám přirozeně nabalují doplňující otázky a témata, která, jak upozorňuje Miovský

(2006), se při analýze obvykle jeví jako velmi užitečné a nápomocné pro pochopení námi studované problematiky. Miovský (2006) také doporučuje využívat během interview tzv. **inquiry**, kdy v našem případě formou parafrázování a shrnutí jsme se ujišťovali, že jsme odpověď správně pochopili. Během samotného dotazování jsme vždy začínali okruhem č. 1, který jako jediný společně se závěrečnými dvěma otázkami je pevně daný. Dále jsme navazovali tématem, které buď respondentka sama během prvních odpovědí začala, nebo jsme volili okruh otázek týkající se mateřství. Okruhy a otázky týkající se lítosti, vztahů a emocí jsme volili spíše až pro druhou část rozhovoru. Na úvod jsme respondentkám vždy nabízeli, co potřebují a chtějí vědět o tématu samotném a o tazatelce. Na závěr jsme vždy pokládali dvě otázky. První otázkou jsme se ujišťovali, zda zaznělo vše podstatné a je potřeba ještě cokoliv doplnit. Druhou otázkou na zpětnou vazbu na rozhovor a tazatelku jsme se ujišťovali, zda respondentka potřebuje nějakou formu psychické podpory, viz kapitola věnující se etice výzkumu.

S ohledem na citlivost tématu jsme výběr formy interview, místa a času nechávali na respondentkách, aby se cítily maximálně komfortně. Interview se odehrála online nebo tváří v tvář, těch byla většina. Jako místa si respondentky nejčastěji volily kavárny, v jednom případě jsme navštívili respondentku přímo u ní doma. Během interview jsme měli k dispozici **záznamový arch**, do kterého jsme zaznamenávali základní sociodemografické údaje a osnovu se základními okruhy a otázkami. Získaná data jsme **fixovali na diktafonu a záznamníku mobilního telefonu**. **Délka interview byla v rozmezí 60-120 minut**. Všechna interview se odehrála během března až května roku 2024.

8.3 Charakteristika výzkumného souboru

Na začátku realizace výzkumu, jsme stáli před otázkou, jak v populaci matek definovat ty, které litují mateřství. Ukázalo se, že nápomocná byla především studie Donath (2017) a také facebooková skupina „Lituji, že jsem rodičem“ a články v různých internetových periodikách (Elšíková, 2022; Sladká, 2023; Zídková, 2016). V nich matky vyjadřovaly, jak litují svého mateřství a v zásadě se opakovaly následující výroky nebo vyjádřené emoce:

- Vyjádření emoce lítosti ve vztahu k mateřství nebo mateřské roli, k učiněnému rozhodnutí stát se matkou. „Lituji, že jsem matka/ mám děti/ rozhodnutí mít dítě“.
- Vyjádření emoce nenávisti či nesnášení mateřství nebo mateřské role. „Nenávídím/ nesnáším mateřství/ být matkou“.
- Výroky, že pokud by se mohly vrátit v čase, pro mateřství nebo děti by se nerozhodly. „Kdybych se mohla vrátit zpátky v čase, tak bych se matkou nestala/ děti bych neměla/ pro mateřství bych se nerozhodla“.
- Výroky, které vyjadřují ztrátu sebe sama. „Ztratila jsem sebe sama. Chci zpátky své staré já“.
- Zhodnocení mateřství jako negativní zkušenosti. „Mateřství je velká chyba/ trauma/ tragédie“.

Důležitým kritériem je vlastní sebeidentifikace jako matky litující mateřství vyjádřena pocitem nebo výrokem vztaženým k rozhodnutí stát se matkou, event. zhodnocení mateřství jako negativní zkušenosti.

Donath (2017) upozorňuje, že může dojít ke zkreslení výzkumného souboru potenciálními respondentkami, které pociťují mateřskou ambivalenci. **K rozlišení lítosti od ambivalence použijeme stejná kritéria, která byla zvolena v izraelské studii.** Položíme ženám následující tři otázky a dle jejich odpovědí je zařadíme do výzkumného souboru.

- Otázka č. 1: Pokud byste se mohla vrátit v čase a se zkušenostmi, které máte, rozhodla byste se znovu stát matkou?
- Otázka č. 2: Má z vašeho pohledu mateřství výhody?
- Otázka č. 3: Převažují z vašeho pohledu výhody nad nevýhodami?

Do výzkumného souboru byla potenciální respondentka zařazena, pokud odpověděla na otázku č. 1 „Ne.“ V případě, že byla její odpověď vyhybavá nebo neurčitá, rozhodovali jsme se na základě odpovědí na 2. a 3. otázku. Pro zařazení bylo v takovém případě rozhodující, zda **na otázky č. 2 a 3 odpověděla taktéž negativně.**

Doplňujeme, že v začátku výzkumu jsme si dali závazek, že s ohledem na citlivost tématu neodmítneme rozhovor s žádnou ženou. Rozhovory byly provedeny se všemi

ženami, které měly zájem. Do výzkumu byly zařazeny jen ty, které splňovaly kritéria vymezená výše.

V tabulce č. 1 uvádíme jména a základní údaje o respondentkách. **Křestní jména respondentek byla po dohodě s nimi změněna** a jimi odsouhlasena, nejedná se tedy o jejich pravá jména. Věk uvádíme jen přibližný, stejně tak věk dětí. Smyslem tohoto opatření je maximálně zabezpečit anonymitu žen. Všechny respondentky jsou cis ženy, jedna participantka se identifikuje jako homosexuální, jedna jako bisexuální a zbylé jako heterosexuální. Všechny bydlí ve městech s počtem obyvatel nad sto tisíc.

Tabulka 1: Základní sociodemografické charakteristiky respondentek

Jméno	Věk	Počet dětí	Věk dětí	Rodinná situace	Vzdělání
Amálka	40–50	2	14–20 let	žije s otcem dětí, 1 dítě se speciálními potřebami	VŠ
Petra	25–35	1	6–24 měsíců	žije s otcem dítěte	SŠ s maturitou
Lucie	35–45	2	2–8 let	odloučení s otcem dětí	VŠ
Lenka	35–45	1	3–8 let	odloučení s otcem dítěte	VŠ
Katka	25–35	1	3–8 let	samoživitelka	VŠ
Martina	35–45	3	7–15 let	žije s otcem dětí	VŠ
Gábina	50–60	2	16–24 let	samoživitelka, 1 dítě se speciálními potřebami	SŠ s maturitou

Pět respondentek jsme získali metodou samovýběru a další dvě metodou prostého záměrného výběru. Metodou sněhové koule jsme získali výpověď ženy, kterou jsme využili v naší analýze pro porovnání získaných dat a pro zvýšení teoretické citlivosti. Dvě ženy (jedna metodou samovýběru, jedna metodou prostého záměrného výběru) jsme nakonec do našeho vzorku nezahrnuli, neboť obě mají závažné psychopatologie²⁸.

²⁸ Jedna se svěřila předem a interview se proto ani neuskutečnilo, druhá tuto skutečnost zmínila až během interview.

8.4 Zpracování a analýza dat

Pořízené nahrávky zafixované na diktafonu a mobilním telefonu byla **přepsány do textového editoru**. Ukázka přepisu části interview je uvedena v příloze č. 2. Následně jsme **provedli redukci prvního řádu**, což transkripci učiní pro naše další zpracování plynulejší (Miovský, 2006). Odstranili jsme tzv. slovní vatu a části interview, které nejsou pro náš výzkum nijak podstatné. Pro další práci s přepisy jsme zvolili program Atlas.ti běžně využívaný pro kvalitativní výzkum, který nám značně usnadnil analytickou práci s daty.

Předmětem našeho výzkumu je téma, které je v čase vzniku předložené práce nepopsané, nepochopené a žitá zkušenost matek je v rozporu s obecným narativem o mateřství. Stejně tak obecné aspekty psychologie mateřství, které by nám pomohly téma jako takové konceptuálně uchopit, jsou podle našeho názoru odborně podhodnocené a nedostatečně popsané. Stojíme tak v zásadě před **zkoumáním „nového“ jevu, který je potřeba teoreticky uchopit a vytvořit pro něj i pojmový aparát**. Nabízí se nám jako přílehavá metoda zpracování celého výzkumu **metoda zakotvené teorie** (dále GTM dle anglické zkratky *grounded theory method*). Jak uvádí Strauss a Corbinová (1999), GTM je vědeckou metodou, jejímž aplikováním vzniká teorie (příp. teoretický koncept) o zkoumaném jevu, která je postupně odhalována a vytvářena systematickým shromažďováním a zpracováváním údajů a jejich následnou analýzou. Tento přístup nám bude proto vyhovovat. Bez předchozí dobré teoretické znalosti tématu začínáme zkoumáním daného fenoménu a v průběhu realizace necháváme vynořit to, co je podstatné a významné (Miovský, 2006). Samotná podstata GTM je tak zároveň její velkou předností. Umožňuje nám tvůrčím, a přesto vědeckým způsobem nahlížet na zpracovávanou látku jako na „nepopsaný list papíru“.

V následujících odstavcích probereme důležité aspekty a fázování GTM, kterého se v průběhu realizace budeme držet. Důležitým principem GTM je tzv. **teoretické vzorkování**. Po prvotním shromáždění dat a jejich analýze další respondenty vybíráme na základě konceptů a dimenzí, které se nám v průběhu prvotního zpracování vynořily (Hoodová, 2007 citováno v Řiháček et al., 2013). Popsaný proces opakujeme a v případě potřeby se k jednotlivým fázím a částem výzkumu můžeme vracet, dokud nemáme dostatečně saturovaná data. Podle Řihačka et al. (2013) není tento proces ale nikdy zcela u konce, protože se nám mohou stále vynořovat nové kategorie a detaily. Je na

výzkumníkovi, aby v určitý moment tento proces, který je ve své podstatě aplikací **hermeneutické spirály**²⁹, začal uzavírat a formulovat teoretický koncept.

Hlavní analytickým nástrojem je tzv. **kódování**. Dle definice Miovského (2006, s. 228) tento pojem vyjadřuje postupy, pomocí kterých jsou námi získaná data analyzována, konceptualizována a seskládána novým způsobem. Rozlišujeme tři typy kódování, a to **otevřené, axiální a selektivní**. Typ kódování volíme pro následující fáze analýzy takto:

1. Při tvorbě konceptů, což je první krok GTM, volíme otevřené kódování.
2. Pro fázi hledání teoretických vztahů mezi koncepty nejčastěji volíme kódování axiální.
3. A v konečné části nazvané volba ústředního konceptu a formulace teorie, resp. v našem případě teoretického konceptu využíváme kódování selektivní.

Podle Strausse a Corbinové (1999) lze v praxi mezi jednotlivými typy kódování přecházet, obzvláště mezi otevřeným a axiálním. Nicméně dva zmíněné typy kódování jsou i nápomocné ve fázi selektivního kódování, protože pomáhají dopracovat některé pojmy.

Otevřené kódování

V dále popsaném postupu se držíme doporučení Řiháčka et al. (2013). **První rozhovor, označený jako pilotní rozhovor, jsme podrobili otevřenému kódování.** Otevřené kódování představuje první analytický krok v naší práci. Během této fáze vytváříme pojmy a kategorie. Vytváříme postupy a klademe si otázky. To vše s cílem maximálně proniknout do hloubky problematiky. Využívali jsme maximálně také možnost vpisování poznámek, tzv. memes, obzvláště u pasáží, u kterých jsme se více zastavovali a kladli si otázky Co tím respondentka myslela? Co to znamená? S čím může její odpověď souviset? Výstupem našeho prvního kódování bylo 51 pracovních konceptů a obecných kategorií. Ukázka výsledků je v příloze č. 3.

Podle načrtnutého **vztahového diagramu**, uvádíme v příloze jako č. 4, vidíme už i náznak axiálního kódování, neboť máme schematicky zaznamenané vztahy mezi obecnými kategoriemi a pracovními koncepty. Zběžným náslechem dalších dvou interview jsme se

²⁹ Skrze pochopení celkových souvislostí můžeme pochopit jejich dílčí části a pochopením dílčích částí získáváme hlubší a kvalitnější porozumění celku (Hroch, 1998 in Miovský, 2006).

ujistili, že schématické vztahy vyplývající z prvního interview jsou významně zastoupeny i v dalších dvou. **Všechna interview, včetně pilotního jsme podrobili nové analýze** a zaměřili jsme se na před vybrané obecné kategorie. Výsledkem byly tzv. jednotky analýzy čili předmětem našeho analytického postupu nebyla už jednotlivá interview, ale významové celky utvořené ze všech interview. V tomto momentě jsme opustili práci v programu Atlas a přesunuli jsme se do tabulkového procesoru Excel. Vytvořili jsme si **tabulku 1**, uvádíme její ukázkou v příloze jako č. 5, do které jsme nakopírovali jednotky analýzy, přidali jsme sloupceky Popis pro naše popisné shrnutí významových jednotek, Kategorie a Koncepty. Vzniklo nám 15 kategorií a 141 konceptů. Dále jsme pomocí **metody neustálého porovnávání** mezi sebou systematicky porovnávali jednotlivé koncepty. Výsledkem byla přiléhavější a obecnější pojmenování jednotlivých kategorií a konceptů včetně jejich vlastností a dimenzí. Pokud bylo třeba, vraceli jsme se k primárním datům. Tímto postupem nám vznikla **tabulka 2** obsahující Popis, Kontext, Kategorie, Koncepty, Vlastnosti a dimenze, její část vkládáme do příloh jako č. 6. Zredukovali jsme počet kategorií na 13 a konceptů na 91. Výsledkem dalšího kroku byla již obecnější **tabulka 3**, která zachycovala obecný popis 9 kategorií a 31 subkategorií s definovanými vlastnostmi a dimenzemi. Uvádíme ji v příloze jako č. 7. Konečně poslední **tabulka 4** představovala náš základní zdroj pro axiální kódování s 3 kategoriemi a 6 subkategoriemi. Jsou součástí kapitoly 9.1 Otevřené kódování.

Axiální kódování

V této fázi jsme mohli přistoupit k **axiálnímu kódování** (Strauss, & Corbinová, 1999), tedy hledání teoretických vztahů mezi jednotlivými kategoriemi a koncepty. Výstupem této fáze kódování je **paradigmatický model**:

(A) příčinné podmínky → (B) jev → (C) kontext → (D) intervenující podmínky → (E) strategie jednání a interakce → (F) následky (Strauss, & Corbinová (1999)).

Jak upozorňuje Řiháček et al. (2013), v této fázi je potřeba zvážit, zda jsme dosáhli tzv. teoretické nasycenosti. S ohledem na opakující se témata a odpovědi v interview je tedy finální velikost souboru sedm respondentek. Nicméně povšimli jsme si, že všechny respondentky mají zkušenost s psychoterapií, případně terapií, a všechny žijí na české poměry ve velkých městech a nemáme mezi participantkami ani jednu s vyučením. Další zajímavou skutečností je, že tři ze sedmi mají diagnostikovanou neurodivergenci a dvě

mají dítě se speciálními potřebami. Uvedené skutečnosti mohou naznačovat, že máme ve výzkumném souboru pouze určitý typ žen.

Selektivní kódování

Výstupem poslední fáze **selektivního kódování je teorie, resp. v našem případě spíše pracovní model**. V rámci procesu selektivního kódování jsme si stanovili **centrální kategorii**, která se nám plně vynořila až v posledních fázích kódování. Centrální kategorie je hlavním tématem (jevem) v datech a je provázána s ostatními koncepty. Ústřední jev je dimenzí samotného problému a nejlépe ze všech konceptů jej vysvětluje (Glaser, 1978 citováno v Řiháček et al., 2013, s. 52). Je nezbytné jej konceptualizovat, tzn. vytvořit jeho **kostru**, popsat jej pomocí dimenzí a propojit vztahově s pomocnými kategoriemi dle vzoru paradigmatického modelu. Využijeme také možnosti přeuspořádání jednotlivých kategorií a popisu jejich vztahů, provedeme tzv. redukci druhého řádu (Miovský, 2006).

Dle doporučení Strausse a Corbinové (1999 citováno v Řiháček et al., 2013) výsledky převedeme do tzv. **narativní podoby**. To znamená, že hlavní myšlenky a výstupy uspořádáme do pro čtenáře dobře pochopitelného příběhu a ten použijeme jako úvod při souhrnu našich výsledků. Prezenci výsledků doplníme o diagram.

8.5 Kritéria validity

Podle Čermáka a Štěpaníkové (1997 citováno v Miovský, 2006, s. 259) je validita výzkumu závislá na skutečnosti, **jak moc výsledky výzkumu odráží zkoumaný jev**. Její techniky a metody validity rozčleňují do několika skupin (např. získávání dat, role výzkumníka, analýza dat a jejich interpretace). **Obecným nástrojem kontroly validity je triangulace**, tedy využití tří a více různých metod, zdrojů dat, měření atp. (tamtéž, s. 264). Dle pravidla přiměřenosti odpovídající charakteru výzkumné práce, jejímu předmětu a designu, volíme adekvátní metody a techniky kontroly validity (Miovský, 2006). **Kontrolu validity výběru souboru** máme ošetřenu stanovením čtyř metod výběru souboru (samovýběr, záměrný výběr, příležitostný výběr a sněhová koule). Dle povahy výzkumu a účelu výzkumu volíme pouze metodu polostrukturovaných interview. Z pohledu technik **kontroly validity vzorku** musíme dbát na jeho reprezentativnost, tedy v našem případě že

ve výzkumném souboru máme zařazené participantky, které reprezentují zkoumaný jev. Pro ověření využijeme výstupy z rozhovorů s matkami, které mateřství nelitují.

Specificky pro metodu zakotvené teorie Charmaz (2006, s. 182-183) vymezuje čtyři kritéria kvality: (1) kredibilita, (2) originalita, (3) rezonance, (4) užitečnost. Výzkum splňuje podmínku **kredibility**, pokud dokážeme v co největší možné míře vysvětlit zkoumaný problém a máme naše tvrzení dostatečně podložena v datech. Podmínka **originality** je naplněna, pokud výzkum rozšiřuje současné poznatky, či je zpochybňuje nebo přináší poznatky zcela nové. Splnění kritéria **rezonance** znamená, že vytvořené kategorie reprezentují celistvost zkoumaného jevu, účastníkům výzkumu dávají smysl a v ideálním případě poskytuje pozitivní vhled do jejich životů. A konečně **užitečnost** představující praktickou využitelnost a případnou inspiraci pro další výzkumy.

8.6 Etické hledisko a ochrana soukromí

Jako naprosto zásadní součást našeho výzkumu jsou etická pravidla. Předkládané téma je extrémně citlivé a dotýká se nejniternějších emocí a sebepojetí účastnic výzkumu. Mateřské emoce, které nesplňují parametry předobrazu vždy šťastné a spokojené matky, nejsou ve společnosti vždy přijímány a ženy, které mají odvahu o svém skutečném mateřství hovořit veřejně, bývají nezřídka uráženy a různě hanlivě označovány. Z těchto důvodů bylo naší prioritou **maximálně zabezpečit anonymitu respondentek** tak, aby nebyly rozpoznány po přečtení předložené práce ani svými nejbližšími. Všechny respondentky jsou v předkládané práci pod jiným jménem, které si samy vybraly nebo jej odsouhlasily. Jejich věk je uvedený jen přibližný, stejně tak věk jejich dětí. Informace v přímých i nepřímých citacích uvádíme jen ty, z kterých nelze respondentku poznat. Použité citace jsou před odevzdáním zaslány všem respondentkám, aby měly možnost některé pasáže vyřadit.

Uvědomovali jsme si, že můžeme být prvními, s kým respondentka na toto téma hovoří, a tak mohla nastat nečekaná emocionální reakce. Pociťovali jsme velkou zodpovědnost zúčastněné ženy **nepoškodit a v případě potřeby jim poskytnout základní krizové ošetření**. K tomu nám byla nápomocná znalost základní krizové intervence. Po ukončení interview byly účastnicím nabízeny i kontakty na základní krizovou pomoc, a

pokud si přály, i kontakty na ověřené terapeutky s volnou kapacitou. Dbali jsme na to, aby potenciální respondentky byly ženy bez viditelné psychopatologie.

S aspektem anonymity a předcházení duševního poškození souvisí **zachování pocitu bezpečí respondentek** před, během i po interview. Respondentky ještě před interview dostaly informace o autorce výzkumu s možností doptat se na její soukromí a postoje k mateřství, bylo jim představeno téma výzkumu. Některé ženy tuto část nevyužily, jiné ano. Zajímalo je, proč si realizátorka výzkumu vybrala předložené téma, zda má děti, či jak se o daném tématu dozvěděla a zda sama lituje mateřství. Domníváme se, že tento typ otevřenosti může být nápomocný pro dobré navázání vztahu s respondentkou a v konečném důsledku posiluje pocit bezpečí respondentky.

Respondentky obdržely **informovaný souhlas**, ten uvádíme v příloze jako přílohu č. 8. Důležitou součástí je pasáž s poučením práv respondentky a jak budeme s daty nakládat, viz dále. Jak upozorňuje Miovský (2006), nelze informovaný souhlas obcházet a musíme zabezpečit, že účastníci výzkumu rozumí povaze výzkumu, možným důsledkům a nevýhodám, které mohou pro participanty výzkumu vyplývat. Respondentky dostaly prostor informovaný souhlas si v klidu přečíst. Poté jsme obsah informovaného souhlasu prošli společně. Následně byly vyzvány, zda se chtějí na cokoliv zeptat, zda je potřeba cokoliv více vyjasnit. Pokud bylo v průběhu interview potřeba, jejich právo na přerušení a ukončení interview jsme připomněli. V některých případech opravdu došlo k přerušení interview a nahrávání z důvodu rozrušení, poté se však všechny rozhodly v interview pokračovat a dokončit jej. Nezbytnou součástí informovaného souhlasu je také kontakt na realizátorku předkládané práce a jméno vedoucího práce.

Nedílnou součástí etických pravidel musí být i zodpovědné **nakládání s osobními a citlivými osobními údaji a s pořízenými daty**. Jak jsme uvedli na začátku této kapitoly, osobní údaje pro účely výzkumu plně anonymizujeme. Zopakujeme, že interview byla fixována na diktafon a mobilní telefon. Datové soubory jsme co nejdříve po pořízení interview vložily na univerzitní účet OneDrive, který patří realizátorce výzkumu. Z mobilních nosičů byla poté data okamžitě smazána. Ze získaných nahrávek byla pořízena transkripce, která taktéž je uchována pod zaheslovaným účtem OneDrive. Datové soubory se záznamy interview budou po obhajobě předkládané práce trvale smazány.

9 Výsledky analýzy

V této kapitole podrobně rozebereme zjištěné výsledky naší analýzy včetně jednotlivých kroků postupu dle metody zakotvené teorie. Jelikož zkoumáme doposud nepopsaný jev, naše analýza obsáhne všechny tři obvyklé fáze kódování.

9.1 Otevřené kódování

Výsledkem první fáze analýzy, otevřeného kódování, byly tři kategorie: Mateřský mindset, Mateřství jako role, Vztah s otcem dětí. Pro pojmenování a popis první kategorie jsme použili pojem Daniela N. Sterna, který se nám jevil jako nejpriléhavější s ohledem na vlastnosti dané kategorie. Mateřský a nemateřský mindset podle Sterna et al. (1998) vedle sebe koexistují, nelze je oddělit a ten mateřský vyjadřuje veškeré intrapsychické procesy matky vztažené vůči dítěti.

9.1.1 Mateřský mindset

Kategorie Mateřský mindset v sobě integruje **sebereflexi a přijetí dítěte jako přirozenou součást sebe**, což je zároveň důsledkem i příčinou dlouhodobé sebereflexe. Nese s sebou významné vztahové vlivy s rodiči a vlastními dětmi. Představuje jakýsi „koloběh“ sebehodnocení a prožívání a hodnocení vztahů, který, zdá se, se nikdy nekončí a stále se vyvíjí. **Sebehodnocení a vztahy sebe navzájem podmiňují a mění.**

Po narození dítěte a někdy už v těhotenství procházely respondentky intenzivní sebereflexí, která probíhá i roky po porodu. Nelze jednoznačně určit, co konkrétně ji spustilo, vliv však mají nečekané a **negativně pocíťované emoce** jako nedostatek radosti, smutek, vina, vztek, lítost, ztráta **vztahované nejdříve sama k sobě**, své situaci, životní etapě (já to dítě mít neměla). Později, kdy je dítě součástí mateřského mindsetu, emoce konfrontují s milujícím vztahem k dítěti (co jsem to za matku, že cítím tyto emoce; co jsem to svému dítěti provedla) a oddělují je od dětí a přisuzují je mateřství jako „instituci“ nebo roli. Mix emocí se mohl u jednotlivých žen lišit. Společnými vlastnosti sebereflexe byla také **dobrá sebeznalost** a s tím související **postoj k mateřství**. V rámci sebereflexe mají významný vliv **vztahy s rodiči**. Koloběh úvah nad sebou vedl k funkčnímu řešení nebo minimálně návrhům a nápadům, jak svou situaci změnit a zlepšit. Pro tento proces a

zároveň vlastnost sebereflexe používáme pojem **sebeterapie**. U všech respondentek byla sebeterapie patrná. Motivací byl vztah s dětmi.

Své děti všechny respondentky vnímaly v superlativech. Pokud byl vztah něčím zatížen (speciální potřeby dítěte), byla patrná snaha pracovat na zlepšení ze strany matky. **Vztahy s dětmi hodnotily pozitivně**, vyjadřovaly jim lásku i skrze přesah sebe sama (obětují raději svůj život), nezřídka se s dítětem identifikovaly (je jako já; je jako já, když jsem byla dítě). Pociťovaly štěstí a vděk za zdravé a úžasné děti. Děti vnímaly jako partnery. **Jediná negativní emoce, která se objevovala čistě ve vztahu k dětem, byl strach o jejich život** (i ve smyslu, jak život prožijí) a zdraví.

Tabulka 2: Kategorie Mateřský mindset

Kategorie	Subkategorie	Vlastnosti	Dimenze
Mateřský mindset	sebereflexe	nečekané emoce (negativně vnímané)	hodně – málo
		ztráta (sebe sama, svobody)	ano – ne
		sebeznalost před dětmi	ano – částečně – ne
		postoj k mateřství	negativní – ambivalentní – pozitivní
		srovnání se se vzorem matky/otce	ztotožnění se – vymezení se
		vztah s dítětem vede k sebe terapii	ano – částečně – ne
	přijetí dítěte do mindsetu	sebe překračující vztah	ano – částečně – ne
		lásky	ano – částečně – ne
		štěstí	ano – částečně – ne
		spokojenost	ano – částečně – ne
		strach o život a zdraví dítěte	ano – částečně – ne

Sebereflexe

Ženy, bez ohledu na nynější věk dětí, popisovaly obecně **vnímaný pocit něčeho ztraceného nebo skončeného** – pocit ztráty sebe sama, svobody, volnosti, možnosti rozhodovat jen sama za sebe, svobodně volit, kam se má ubírat jejich život, konec zájmů, koníčků, přátelských vztahů.

– Gábina: „Teď bych si přála, abych dostala zpátky ten svůj život, který jsem měla předtím. [] rozhodovat si sama o sobě, věnovat svůj čas jenom sobě.“

– Lucie: „[Já] jsem přišla sama o sebe, hlavně sama o sebe, o svůj život, o všechno. Upřímně jsem byla bezdětná o dost spokojenější, než jsem teď.“

S tím úzce souviselo **nenaplnění svých potřeb** (základních, fyzických, psychických, sociálních) nebo minimálně jejich omezování. Bezdětný život byl vnímán jako naplněný, šťastný, usazený a nekomplikovaný. Vnější faktorem, která intenzitu těchto pocitů prohlubuje, je podpora ze strany partnera, vlastní matky, resp. rodičů a celé rodiny.

– Petra: „Najednou moje potřeby jsou úplně upozaděny na poslední místo... Vlastně jsem ztratila víceméně svůj život ... je dítě, pak je samozřejmě manžel, který chodí do práce, o kterého se tím pádem musím taky starat a já jsem pak až na posledním místě.“

Respondentky srovnávaly sebe a svůj život před dětmi a po dětech. Dokázaly sebe vystihnout a popsat v minulém čase, v přítomnosti a měly i poměrně jasnou představu o své budoucnosti. **Dobrá sebeznalost se odrážela i v postoji k mateřství**, jak zmiňujeme dále.

– Martina: „Ta hlavní identita moje je, že jsem impulzivní žena. A k tomu mi ta matka trochu nejde, že jo, protože matka je někdo, představuji si tu kvočnu, pečující maměnkou, která je tam pro ty kuřátka, a já mám pocit, že ty kuřátka spíše vlajou za mnou, musejí to trochu stíhat, abychom to nějak zvládli.“

– Amálka: „[Já] jsem vždycky chtěla dělat to obrácený, co všichni ostatní. A možná i z toho pramení všechny moje záliby..., že jsem chtěla být vlastně jiná. Možná s tím souvisí i ty děti.“

Zdá se, že sebeznalost je i dobrým intuitivním vodítkem, jak se s vlastními pocity vyrovnat a jak najít pro sebe realizovatelná a funkční řešení a jak do nich ideálně zakomponovat i děti.

– Martina: Pak jsem si pro sebe vypěstovala metody, které mi pomáhají, [vyjmenovává metody], mám své věci, které jsou úplně nedotknutelné, musím je mít, kdyby mi je někdo sebral, tak si myslím, že se vrátím do toho módu sebelitování a zoufalství. Něco jsem si vypěstovala, jsem sama se sebou šťastnější a jsem tím pádem i šťastnější matka a myslím, že i radši trávím čas s těmi dětmi.“

Ženy, které se staly **matkami v mladším věku**, zmiňovaly, že v čase, kdy otěhotněly, **nevěděly, kým jsou nebo neměly dost informací** na to, aby dokázaly vše posoudit.

– Katka: „Já si nemyslím, že jsem to věděla předtím, kdo jsem, myslím si, že já to mám tak, že se k sobě dopracovávám postupně, k nějakým svým věcem. [Já] jsem vlastně

ztratila možnost nad tím přemýšlet ... Už člověk řeší takových maličkostí, že ztratí privilegium zabývat se sám sebou, ne jako narcistním způsobem, ale čistě pro to, aby mohl být lepším člověkem, lépe se stavět k okolí, lépe se o sobě něco dovědět.“

– Gábina: „Já si myslím, že jsem nebyla tolik zranitelná [před dětmi]. [] Mě strašně fascinoval nedávno jeden billboard na pěstounskou péči, obrovský billboard, mateřství je pohádka. A myslím si, že je to manipulativní. Takže já si myslím, že opravdu nějaké objektivní informace, třeba i statistiky, přístup k relevantním objektivním informacím [jak vypadá skutečné mateřství].“

Postoje k mateřství byly před dětmi **negativní, případně ambivalentní**.

– Amálka: „[] já jsem děti nikdy nechtěla, ... ale pak jsem poznala svého manžela a ten děti chtěl a já jsem chtěla jeho, takže ta volba byla jasná.“

– Petra: „Já jsem do svých [věk] let děti nechtěla, ... nechtěla jsem se ani vdávat, chtěla jsem jen najít někoho, s kým budu do konce života, zestárneme spolu vedle sebe, ale pak jsem poznala manžela, který má trochu jiné priority, než mám já.“

Jediná respondentka děti chtěla. Měla je v mladém věku, zpětně však hodnotí, že neměla **dostatek informací** o mateřství. Další měla k mateřství negativní postoj, ale pak z nějakého pro ni nevysvětlitelného důvodu se pro dítě rozhodla.

– Katka: „Když to řeknu trochu blbě, tak mi trochu přeskočilo. Já jsem do nějakých [věk] let prohlašovala, že dítě mít nebudu, že to je blbost, že dítě mít nechci. [] Mně to opravdu přešlo a v [věk] letech jsem to dítě vlastně chtěla, opravdu chtěla.“

Přesto všechny děti všech respondentek byly **chtěné a plánované**. Důležitou roli hrál **postoj partnera k rodičovství** a případné podmíněné pokračování vztahu založením rodiny.

Vztahy s rodiči a primárně s vlastní matkou respondentky spontánně zmiňovaly v souvislosti s mnoha tématy – sebehodnocení, postoje, mateřství, vztah k dětem. Obzvláště dobře dokázaly propojit své vnímané obtíže v mateřství s rodičovskými vzory. **Rodiče respondentek a jejich citový vztah k dětem představují jakýsi protipól, vůči kterému se ženy vymezovaly.** Ve většině rodin panovala citově chladná výchova. Rodiče zajistili "technickou" rodičovskou péči, podpora, zájem a projevovaná láska chyběly.

Mateřství jako cit bylo popisováno skrze vymezení se vůči mateřství svých matek. Vřelé citové vztahy v některých rodinách suplovaly **babičky nebo tety**.

– Amálka: „Já si myslím, že všechno pramení už od mojí matky, moje matka taky neměla mateřský pud, ani teď nemá ty babičkovské, pořád jsou jí přednější jiné věci. Takže to je nějaký vzor, který já jsem viděla, tudíž my jsme často byli s babičkou nebo tetou...“

– Katka: „...máme strašně komplikované vztahy s mámou, je to podpora, kdybych už neměla na jídlo, neměla kde spát, tak jo, ale není to šťastný vztah, že bych cítila bezpečí, zázemí, jsou tam nedořešené věci, je tam hrozně moc bolesti.“

Výjimku tvořily dvě respondentky, které měly **s matkou hezký vztah**, avšak komplikovaný vztah s otcem a vnímaly intenzivně nezdravý vztah rodičů. Jejich postoj k mateřství byl spíše ambivalentní než negativní. Všechny respondentky zmiňovaly zpětně i určitou míru pochopení pro chování svých matek. Nejčastěji zmiňovaly nedostatek spánku, odpočinku, omezení sebe sama v některých rodinách v absolutní podobě a velkou kognitivní, emoční i fyzickou zátěž, kterou mateřství přináší. V takových situacích dokázaly pochopit a odpustit svým vlastním matkám.

– Martina: „[] jak děti rostly, ... vlastně jsme se ještě více sblížily, já jsem víc začala rozumět jí, ona začala více rozumět mně, začala se mi omlouvat za její selhání jako v roli matky, a já jsem jí to velice ráda a procítěně odpouštěla, protože jsem sama chápala ty situace, takže jsme se dostaly do bodu úplného míru a absolutní lásky a odpuštění, velkého odpuštění.“

Vztah s dětmi a mateřství respondentky vnímaly jako **sebeterapeutický**. Mateřství nasvědčuje, i když bolestivě, jejich staré rány, traumata, nutí je být lepšími a na sobě pracovat. Díky tomu, že samy mají děti, vidí vztahy a pocity v mnohem větší hloubce a intenzitě, což samozřejmě nejdříve prohlubuje negativní emoce, avšak dlouhodobě vede k pochopení a postupnému smířování se sama se sebou skrze vztah s dětmi.

– Lucie: „...s dětmi se člověk dostává do mnohem intenzivnějších emocí, takže ho to vede více k sobě sama. Otevírám v sobě více témat a vystavuji se mnohem víc konfrontacím sama se sebou...“

– Lenka: „Je moje malá [dětská] verze, povahou, temperamentem, očima. Tak mi to přijde, že se uzdravuje i to moje malé já.“

Přijetí dítěte do mateřského mindsetu

Láska k dětem je nezpochybnitelná, vyjadřována pocity pochopení, obdivu, hrdosti, osobnosti dětí jsou vykreslovány v pozitivním světle. Svou lásku a přijetí vůči dětem vyjadřovaly respondenty různými způsoby.

– Katka: „[] já myslím, že máme spolu krásný vztah, myslím, že je to až léčivé. [] ten vztah, co mám s dítětem, opravdu čistou lásku, někdo má problém, že to své dítě nemiluje, to já nemám, já ho miluji, jen to mám vlastně technicky oddělené, to dítě, od toho mateřství, od té role.“

– Lenka: „Jestli mi mateřství opravdu něco dalo, tak věc, ze které jsem měla ze začátku strach, a která se vlastně nestala, tak že to dítě má se mnou hrozně hezký vztah a je tam ta opravdová láska. [] Já jsem [dítě] vždycky milovala a byla jsem si tím jistá. [] Jsem ráda hrozně, že [dítě] mám. Je to pro mě nejdůležitější člověk. A vždycky už bude.“

V úvodu interview se většina vymezila, že své děti milují, a proto pociťované **emoce považovaly za paradoxní** a některé zmínily, že své emoce před dětmi maskují.

– Lucie: „Doufám, že oni to ze mě necítí, dělám maximum pro to, aby ne. Přijde mi, že mám tak skvělé děti, že vlastně by bylo na místě si to mnohem více užívat, ... oni by si to zasloužily [abych si mateřství užívala] a není to jejich chyba.“

– Martina: „[] A říkám si: to dítě to z tebe nesmí poznat. A protože s tím bojuju o to více se snažím [ve vztahu ke svým dětem maskovat emoce, aby děti nic nepoznaly].“

Všechny připouštěly malou či větší **snahu s dětmi o svých pocitech mluvit**, aby jednou jejich děti nebyly lapeny ve stejných pocitech.

– Katka: „...jsem k [dítěti] naprosto upřímná v těchto věcech, samozřejmě s ohledem na věk.“

– Amálka: „Teď za mnou přišel/a [dítě] a ptal/a se mě, jako vy, jestli bych je chtěla mít znova, kdybych si mohla vybrat? Myslím, že jsem [dítěti] řekla, že ne. Ale snažila jsem se to [dítěti] vysvětlit.“

Hezké vztahy s dětmi v kombinaci s nedostatkem prostoru pro své zájmy vedou k zapojování dětí do oblíbených činností, což má potenciál vzájemný vztah posilovat. Samotný vztah s dětmi, očištěný od mateřských povinností a strachů, se jevil jako čistý, láskyplný a partnerský. Se svými dětmi se cítily propojené.

9.1.2 Mateřství jako role

Hledali jsme výstižné pojmenování této kategorie. Nakonec jsme zvolili Mateřství jako role, byť v našem kontextu se jedná primárně **o plnění role jako práce a péče o dítě včetně psychické a fyzické zátěže, kterou mateřství s sebou nese**. Do jisté míry **u některých žen tako kategorie splývá s rolí v jejím běžně používaném významu** (očekávané vzorce chování a postoje, kterými žena naplňuje specifické postavení ve společnosti). Lze ji také chápat jako to, co „zbyde“ z mateřství, pokud z ní vyjmeeme cit a vztah.

Kategorie Mateřství jako role zahrnovala její **hodnocení a emoce podmiňující její nepřijetí**. Zajímavé je, že se jedná o paralelu k mateřskému mindsetu, který je představován subkategoriemi sebereflexe a přijetí dítěte do mateřského mindsetu. Mateřství jako roli **respondentky hodnotily celkově spíše negativně**. Z postupných kroků analýzy vyplývalo, že **respondentky vnímají mateřství jako rozdělené na dvě části**. Jedna složka mateřství reprezentována citovým poutem s dětmi a součástí jejich mindsetu. Ta druhá, „nevztahová“, představuje **hodnocení mateřství jako péče, práce, psychické a fyzické zátěže**. **Ta u většiny respondentek přijata nebyla, u jedné byla přijata částečně**. Na otázku, zda se cítí být matkou odpovídaly negativně nebo to cítily tak „napůl“.

V neposlední řadě významně na tuto kategorii působí, jaké reálné **možnosti mimo rodinné péče o děti a seberealizace mimo domácnost má žena k dispozici**. U dvou respondentek bylo zcela patrné, že nepřijetí mateřství jako role znesnadňuje sebeobraz, který není vědomě kompatibilní s „typickou“ rolí matky. Intervenujícím faktorem i v této kategorii je **otec dětí, od něhož se očekává míra zapojení, která je přímo úměrná hodnocení role**.

Tabulka 3: Kategorie Mateřství jako role

Kategorie	Subkategorie	Vlastnosti	Dimenze
Mateřství jako role	hodnocení role	zatěžující	hodně – středně – málo
		náročné	hodně – středně – málo
		stresující	hodně – středně – málo
		nesoulad očekávání a reality	hodně – středně – málo
		naplnění rovnováhy mezi mateřským a nemateřským životem	hodně – středně – málo
		zbavuje osobní svobody	hodně – středně – málo
		smysluplné	hodně – středně – málo
		narušuje sebeobraz	hodně – středně – málo
	nepřijetí role	lítost	hodně – středně – málo
		vzteky	hodně – středně – málo
		smutek	hodně – středně – málo
		vina	hodně – středně – málo

Hodnocení role

Všechny bez výjimky se shodly, že mateřství je **zatěžující** psychicky i fyzicky.

– Martina: [O mateřství, co jí na denní bázi způsobuje] „jsem úplně mrtvá... jsem vyčerpaná, hotová, naštvaná, ublížená, ... [] je to extrémně zatěžující, jak je to v naší společnosti prostě úplně udělaný, že je s nimi člověk pořád sám, hrozného času. [] Mateřství je pro mě těžký, je to zátěž.“

– Gábina: „[] dopad [mateřství], si myslím, že může být devastující. Když člověk ty děti má a něco se zvrtné, tak ten dopad pak může být devastující. A nevím o tom, že kdybych ty děti neměla, že by to pro mě mělo být devastující.“

Některé respondentky mluvily také o zátěži nejen ve smyslu péče, ale i ve významu, že **být matkou je doživotní závazek** spojený se strachem a obavami a tlakem sama na sebe ze zodpovědnosti, jak jejich děti život prožijí. I s dospělými dětmi je žena stále matkou. Sice už nevěnuje dětem téměř žádnou „fyzickou“ péči, ale ta psychická zůstává a může být i někdy tíživější.

– Amálka: „[] já jsem matkou pořád, nezmění se vůbec nic, pořád to tam bude. Já ... jsem ty děti fakt nikdy neměla mít, protože já se z toho nikdy nedostanu. I kdybych se sebrala a odjela žít do té chatrče na severní pól, tak pořád to tam bude, to už nezmizí.“

Dvě respondentky samoživitelky zmiňovaly budoucnost dětí a tu svou. Tíha, že je matka na vše sama, že musí na sebe dávat pozor, že kromě ní děti nikoho jiného nemají, je extrémní forma zátěže, která se s jejich narůstajícím věkem a věkem dětí bude spíše prohlubovat.

– Gábina: [Mateřství] je dlouhodobý závazek a obrovská zodpovědnost. Já bych řekla, že to je to nejtěžší, co si člověk může vybrat.“

Další významnou vlastností nevztahové stránky mateřství je jeho dlouhodobá **náročnost a potenciál vyčerpat fyzické i psychické zdroje ženy**, což má dopad na zdraví a zhoršuje prožívání mateřství.

– Katka: „Nemyslím si, že vás mateřství může jakkoliv udělat zdravější, spíše vám to zdraví bere, ať už je to v těhotenství, nebo po. Zuby, křeče, vše, o čem se moc nemluví, je to takový rozklad [] já jsem si sáhla na dno [kvůli náročné práci, s kterou je péče o dítě spojená] a mé kapacity jsou vyčerpané a budu se z toho sbírat X let.“

Vyčerpání, s menšími dětmi podpořené spánkovou deprivací a nutností být neustále přítomna, vede k většímu tlaku na ženu stran zodpovědnosti a pocitu, že musí všechno vydržet, být zdravá, aby mohla o děti pečovat. **Tlak je ještě horší, pokud je žena na péči o děti sama** a musí zabezpečit i plně ekonomickou stránku, nebo má sice partnera, ale ten se do péče nezapojuje. Jediná žena, která tuto vlastnost neakcentovala, měla (jako jediná) partnera, jenž se do péče rovnocenně zapojoval.

– Gábina [] když máte postižené dítě, tak vlastně ten život je finančně náročný, psychicky náročný, fyzicky náročný. Když na to člověk zůstane sám, myslím si, když má člověk nějaké starosti, tak pak i člověk špatně spí, a když špatně spí, tak se to projevuje do jeho zdraví.“

Dlouhodobé přetížení spojené s řadou omezení a pocitem zodpovědnosti vede ke stresu, který při dlouhodobém působení, zesiluje zpětně faktory, které jej způsobily. **Vzniká tak začarovaný kruh přetížení a stresu.**

– Martina: „[] vyvinulo [péče o děti a rodinu] hrozně stresu, křiku, šílených situací, snad už je to za námi. ...kolem té první třídy toho nejmladšího dítěte se to začalo lámat. A poznala jsem to na tom, že předtím, kdy jsme se s těmi dětmi oblékaly, tak mně už se z toho začalo dělat špatně, špatně od žaludku, prostě horor.“

– Katka: „Je tam spánková deprivace, strašný stres, srovnatelný s tím ležet někde v zákopu, ale zemřít nemůžete, protože máte dítě.“

Na hodnocení toho, jak moc je mateřství zatěžující, náročné a omezující měl u všech respondentek **vliv faktor očekávání**. Respondentky byly připravené se nějakým způsobem omezit, částečně obětovat. Přesto realita předčila jejich očekávání v negativním slova smyslu. Velmi je zaskočilo, jak skutečné mateřství vypadá a jak extrémně omezující pro ženu je. Zajímavé bylo, že toto vnímání měly i ženy s už většími dětmi.

– Petra: „...to, co přišlo potom [po těhotenství a porodu], bylo tisíckrát horší, nikdo mě na to nepřipravil, nikdo o tom nemluvil... Takže možná, kdyby mi to někdo řekl, co mě čeká, tak možná bych se s tím vyrovnala i líp.“

– Lucie: „No představovala jsem si to jednodušší. Ne o tom, že dítě odložím a bude volno, ale myslela jsem si, že bude mnohem snazší zapojit moje děti do mého starého života.“

Některé zaskočila i míra toho, kam až jejich **ztráta osobní svobody** může zajít. Jedna z žen dokonce použila příměr, že mateřství je jako vězení. Dalším aspektem tohoto vnímaného omezení bylo, že u téměř každého vážnějšího rozhodnutí musí matka brát v potaz, jak ovlivní její mateřský život a její dítě.

– Katka: „Člověk nemůže jednat sám za sebe, vždycky musí jednat i trochu za to dítě. A ta ztráta té svobody je něco, co pro mě byla vždy nejvyšší hodnota. Připravila jsem se o ni.“

Některé také hovořily o omezeních a následných nepříjemných pocitech způsobených **střetem očekávání**, jak se má matka chovat, co má cítit, s jejich autentickou potřebou se zachovat jinak a s emocemi, které se proto obávaly projevit (např. pocit, že se málo radují, strach se vrátit do práce, protože se bály odsouzení, že jsou špatné matky).

– Amálka: „Cítím i vinu za ty pocity, který, si já myslím, nejsou takový, jaký by měly být.“

Nedostatečný prostor a čas pro sebe vytvářel následnou potřebu hledat **rovnováhu mezi časem stráveným péčí o děti a časem pro sebe**, kam řadili profesní realizaci, trávení volného času. V případě menších dětí čas pro sebe znamenal i naplňování základních potřeb jako je spánek, odpočinek, udržování alespoň minimálních sociálních

kontaktů. Míra potřeby se tedy lišila s ohledem na věk dětí, avšak i v případě dětí starších hrála roli, ale byla už více zaměřena na odpočinek, vlastní volný čas a seberealizaci mimo rodinu.

– Lucie: „[] když bylo první [dítě], tak jsem si to užívala, ... ale pak se to postupně lámalo, jak jsem byla víc sama ... na tu péči, neměla jsem prostor, nemohla jsem do práce, sociální kontakty jsem měla velmi očesané, tak tam se to začalo spíše horšit. Nemám pocit, že by to bylo od začátku.“

Jedna z respondentek srovnávala své možnosti času pro sebe s partnerovými možnostmi. Snaha vydobýt si prostor, který potřebovala, se u něj nesetkala s pochopením.

– Martina: „[] bojovala jsem totálně za sebe a pořád jsem vymýšlela, jak bych se od těch dětí mohla dostat a doma jsem dostala nálepku toho, kdo ... furt utíká. Paradoxně, ono to vypadalo tak, že jsem toho času měla málo a i to málo bylo neuvěřitelně ostrakizovaný. Pořád tam visela nějaká výčitka ve vzduchu. To bylo to nejtěžší.“

Další se pozastavovala nad tím, že partner považuje péči o domácnost a nákup potravin za její odpočinek.

– Petra: „Manžel, když může, tak pomůže. Někdy přijde domů dřív, když je o víkendu doma, tak jí uspává. Ale mezitím já jdu zase vařit, uklízet, takže on si myslí, že pro mě je to relax, ale pro mě to relax není.“

Specifikum dvou respondentek s malými dětmi bylo, že byly od kojeneckého věku dětí pracující. Jedna z důvodu absence partnera a druhá z důvodu absence péče partnera, ačkoliv v té době žili ve společné domácnosti. Výjimku tvořila respondentka, která sice omezení svého času zmiňovala, ale nepřikládala mu takovou váhu. Důvodem zřejmě je, že její partner se do péče o děti zapojoval od samého počátku rovnocenně a umožnil jí se realizovat, jak potřebovala.

– Amálka: „[] když si člověk udělá vše, jak potřebuje a jak chce, tak o tohle ani nepřijde. Může s sebou děti brát kamkoliv, může s nimi cestovat, dělat s nimi spoustu věcí. ... to je mýtus, že by děti člověka omezily, nebo minimálně ne tak hodně, jako já jsem si myslela, že se to má stát.“

Co se smysluplnosti týká, pro některé je mateřství smysluplné, pro jiné nikoliv. Všechny se shodly, že by **smysluplnost svého života dokázaly uspokojivě naplnit i jiným způsobem** než realizací v mateřství.

– Martina: „Já bych nikdy netrpěla něčím, že bych jako neměla v něčem smysl. Mně dávalo smysl vždycky hrozně moc věcí.“

– Gábina: „[] já si myslím, že bych našla spoustu věcí, které by mi mohly dávat smysl [namísto mateřství].“

Některé respondentky zmiňovaly, že **role matky pro ně není**. Nezapadá jim s tím, kým jsou nebo kým by chtěly být, kdyby matkou nebyly.

– Katka: Já jsem se vlastně stala někým, kdo se hrozně plácá v nějaké nové škatuli té matky, kde vlastně vůbec nechci být. [] Když nebudu mít dítě vůbec, tak samozřejmě bych byla nejbliž svému vlastnímu pocitu o tom, co je moje role ve světě a co bych já měla dělat. [] je to vlastně pro mě hrozně cizí ten rodičovský život, cítím, že tam vlastně vůbec nepatřím.“

Nepřijetí role

Tak jako sebereflexe a vztah s dítětem vedl k přijetí dítěte do svého mindsetu, **tak hodnocení mateřství jako role či instituce vyústilo k jeho nepřijetí**, což jsme vyzorovali téměř u všech respondentek. Jedna z nich mateřství nazvala dokonce jako „*sociální produkt*“. Výjimkou je jedna z žen, která, má mateřství částečně přijaté, což je výsledek dlouhodobé sebeterapie a navštěvované profesionální psychoterapie.

– Lenka: „Já jsem nikdy nepochybovala o tom, že [dítě] miluji, nešlo o to, že bych nemilovala [dítě], ale nemilovala jsem tu roli, roli matky.“

– Amálka: „[] naopak si pamatuji do teď momenty, kdy jsem si říkala, do háje, vždyť já jsem máma, uvědomila jsem si, teď ty děti tam jsou a já jsem jejich máma. Do dneška mě to vlastně i překvapí. [] pořád si ještě neuvědomuji, že jsem prostě ta matka. A že jim tu matku mám dělat.“

Role se pojí s emocemi jako vztek, lítost, smutek, strach, vina, a nedostatečná radost. Nevztahová stránka mateřství představuje, jak jsme popsali výše, péči od zajištění základních potřeb dítěte, výchovu, vzdělání, finanční zajištění, být dobrým vzorem, vést je

k dospělosti tak, aby v životě obstály, až po připravenost být tady vždy pro své děti a pomocí a podporou. To vše vždy bez ohledu na své vlastní potřeby a možnosti.

Smutek byl pociťován jako důsledek jiných emocí – lítosti, viny. Zároveň se nám při pohledu z vnějšku jevil jako katalyzátor pro změny a proces sebeterapie a případné psychoterapie. Byl vztahován k sobě, k partnerovi a vztahu, který se rozpadnul.

– Lucie: „Je to smutek nad tou situací hlavně, že se tak stalo. Možná smutek sama nad sebou, nad tou rodinou situací. ... možná i smutek nad tím, že nejsem tím, kým bych chtěla být, tou mámou, kterou bych chtěla být. Že nejsem taková, koho by si děti zasloužily.“

Stejně tak **vztek**, který byl nejvíc propojený s negativně vnímanou situací. Byl vztahován jednak vůči sobě samé a jednak vůči partnerovi. Nikdy ne vůči dětem.

– Katka: „Já se můžu rozčilovat jenom sama na sebe. Já si nemyslím, že za to kdokoliv jiný může, že jsem se tak rozhodla.“

– Martina: „[] když toho bylo moc, ... tak se ve mně vzbouzel ohromný vztek, pocit bezpráví, zas*anej patriarchát, který způsobuje tohle u mě doma. V tom mém intimním prostoru.“

– Lucie: „Vztek na to, že jsem si přišla vlastně nechaná v té situaci a řeš si jí, starej se. Hlavně vztek na partnera.“

Významnou emocí u jedné z respondentek byla **vina a posilovala pocit lítosti**. Cítila vinu za to, že děti přivedla do komplikovaného světa, za obtíže svých dětí i za nedostatek mateřských emocí.

Ve výpovědích respondentek bylo patrné, že pociťování lítosti u všech procházelo vývojem v čase a měnil se i objekt, ke kterému se emoce vztahovala. Nejprve se lítost projevovala jako **pocit zpronevření se sama sobě** ve smyslu, co jsem to sama sobě udělala. Tento pocit se mohl projevit i s odstupem času, jak žena jako osobnost dozrávala a došla k hlubšímu a lepšímu sebepoznání, že mateřství není role pro ni.

Lítost byla zmiňována i ve smyslu **chybného rozhodnutí** stát se matkou nebo ve smyslu rozhodnutí učiněného v nepravý čas nebo bez dostatku informací.

– Katka: „Začala jsem toho strašně litovat, že jsem se připravila vlastně o mládí, že jsem přivedla dítě na svět, do tak jako nejisté situace, kdy já opravdu to nedávám, jako ostatní mámy.“

– Gábina: „[] lituji, že jsem neměla více informací a nemohla jsem se rozhodnout více objektivně.“

Později, jak respondentky navazovaly přirozeně vztah s dítětem, se lítost pojí s **kritickým sebeobrazem a se strachem**, čemu děti vystavily.

– Katka: „To je ta lítost vůči tomu dítěti, které si upřímně zaslouží lepší mámu, lepší zázemí, prostředí, situaci.“

– Amálka: „Mám strach, co bude s [dítětem; následuje výčet z čeho má strach ve vztahu ke speciálním potřebám dítěte]. [] Ta lítost je nejvíce spojená s tou budoucností, že oni to vidí, že to bude špatně a já vlastně nevím, co jim na to mám říct. Kdybych si mohla znovu vybrat, tak nepřivedu další dva lidi do těchto pocitů [obtíže, které děti vnímají].“

– Lenka: „S tou lítostí, já jsem vždycky největší strach měla z toho, přesně z toho, co se mi stalo teď, že se ze mě stane singl máma.“

Na prohlubování lítosti mají tedy vliv pochybnosti o sobě samé, strach o děti, vina, **přetížení**, které jednu z respondentek ve fázi zpětně hodnoceného největšího psychického i fyzického přetížení dohnalo až k sebelítosti.

– Martina: „Tak nějak docházím k tomu, že ta lítost, sebelítost a tyhle pocity zoufalství, že to nezvládnou, a že to byl blbý nápad, tak byly vesměs reakcí spíše na přetížení, než na princip, že mateřství jako takové mě minulo.“

Ženy, které byly pevně rozhodnuté nemít děti, cítily **lítost už v těhotenství** nebo těsně po porodu. Dokázaly si vybavit i moment, s kterým měly pocit lítosti spojený (nedostatek radosti po narození dítěte, problémové a omezující těhotenství).

– Petra: „Kolikrát večer jsem brečela a litovala jsem toho, že jsem těhotná. Protože mi bylo strašně zle.“

– Lenka: „[O lítosti v těhotenství] měla jsem spoustu problémů a nebyla tam jistota v tom, jak se ten partner k těm věcem postaví, tak jsem určitě měla strach, litovala jsem toho v těhotenství.“

Ženy, které **pocítily lítost až později**, měly k mateřství ambivalentní nebo mírně pozitivní postoj (ovlivněný dalšími okolnostmi jako postoj partnera, náhlá touha stát se matkou).

9.1.3 Vztah s otcem dětí

Kategorie Vztah s otcem dětí zahrnovala dvě subkategorie: **důvody vedoucí k rozhodnutí mít dítě a opora v péči o dítě**. Důležitost této kategorie spočívá v jejím **potenciálu usnadňovat nebo naopak ztěžovat hodnocení ostatních kategorií**, a to i u žen samoživitelek, protože absence dalšího pečovatele znamená výrazně vyšší zátěž na matku. U většiny respondentek **vztah s partnerem představoval hlavní motivaci pro rozhodnutí mít dítě**.

Tabulka 4: Vztah s otcem dětí

Kategorie	Subkategorie	Vlastnosti	Dimenze
Vztah s otcem dětí	důvody vedoucí k rozhodnutí být matkou	pokračování vztahu podmíněno rodičovstvím	ano – částečně – ne
		dohoda s partnerem o podmínkách péče	ano – částečně – ne
	opora v péči o dítě	dodržení dohody o péči	ano – částečně – ne
		otec se zapojuje do péče	ano – částečně – ne

Důvody vedoucí k rozhodnutí být matkou

Partner chtěl děti a respondentky **vztah s partnerem považovaly za natolik důležitý, že se rozhodly pro založení rodiny**, i když jejich postoj k rodičovství byl opačný.

– Amálka: „[] dospěla jsem do fáze, že když manžela miluji, tak je to další krok, který se dělá, ale nevzešlo to ode mě. Takže spíše jako povinnost, nebo jako správná věc, co se má udělat.“

– Martina: „Ten hlavní důvod u mě byl, že já jsem strašně stála o partnerství s mým mužem. Byl to složitý vztah. [] můj muž už chtěl děti. A v tom poblouznění jsem si říkala, to je jasný, na co budu čekat. To je moje životní láska, budeme spolu a vůbec jsem nepřemýšlela nad důsledky.“

U některých párů bylo **pokračování vztahu podmíněno založením rodiny**.

– Lenka: [] já jsem děti nechtěla, měla jsem obavu z partnerů. On [otec dítěte] se tvářil, že pro něho byla rodina alfa a omega. [] byl hodně jiný, než byli moji předchozí

chlapi, ... a já jsem si myslela, že je spolehlivý a že mu můžu důvěřovat. [Otec dítěte] mi řekl, že buď to dítě jo anebo že se rozejdeme no.“

– Petra: „On [partner] má rodinu na prvním místě, on mi vlastně řekl, že kdybychom neměli děti, tak by se mnou asi nezůstal. Ale nechci říct, že na mě tlačil ohledně dítěte. [] Já jsem se dostala do bodu, že mě práce přestala naplňovat, ... asi jsem byla trochu vyhořelá, že jsem spíše měla změnit práci, ale byla to nějaká souhra náhod, co zapříčinilo to, že jsem to dítě chtěla.“

V případě dvou respondentek, které vychovávají děti samy, sice nelze popsat vztah s otcem dětí, ale zůstávají i pro ně platné subkategorie důvody, které je vedly k tomu být matkou a kdo je pro ně oporou. Jedna z žen nejdříve děti nechtěla, ale pak z nějakého i pro ni nevysvětlitelného důvodu se matkou stala a druhá děti chtěla.

– Katka: Začala jsem být vlastně úplně posedlá tím, že chci dítě a chci ho hned. Lepší ho mít mladá, než pak ve čtyřiceti a tak. A pak jsem to dítě tedy jako měla, šíleně jsem propálila svoje možnosti, všechny, fyzický a veškeré možnosti.“

– Gábina: „[] já jsem vlastně chtěla ty děti, ne ten partner. On se o ně nikdy nezajímal.“

Ze strany některých žen rozhodnutí mít dítě bylo podmíněno **dopředu učiněnou dohodou o rozdělení péče.**

Opora v péči o dítě

Po narození dítěte vždy **dochází ke změně dynamiky vztahu.** Respondentky, které žijí nebo žily s otcí svých dětí, až na jednu výjimku všechny zmiňovaly proměnu partnerského vztahu spíše k horšímu. **Partner byl vnímán jako opora, a to i jako psychická, pokud se zapojoval do péče o děti.**

– Lucie: „[] muž se s dětmi hodně změnil. [] Čím horší byl náš vztah, tím hůře jsem se já cítila v mateřství. [] Kdybych měla fungující vyrovnaný příjemný vztah, kde bychom byli my dva partneři a k tomu přibylo dítě, tak si myslím, že bych vnímala mateřství hodně jinak. Kontinuálně se to měnilo i s tím, jak ten vztah byl horší a horší. Přišla jsem si na to všechno vlastně sama a přehlcená.“

– Martina: „Nám se dlouho nedařilo tohle nastavit rovnoprávně v tom vztahu tu péči o dítě vs. práce. To bylo naše téma a je to až doteď a to má obrovský vliv na tu moji lítost... Ten nejvíc hustej čas přišel po narození toho třetího dítěte.“

Nezapojení partnera do rodičovských povinností bylo vnímáno negativněji, pokud si partneři předem dohodli, že matka nebude jediný a hlavní pečovatel.

Jediná respondentka vyjadřovala **spokojenost se zapojením partnera** a také jako jediná nevnímala mateřství tolik jako osobní svobodu omezující.

Naopak jiná respondentka dávala do přímé souvislosti rozpad vztahu a zapojení otce dětí, byť se nejednalo o důvod jediný. Její nespokojenost s nedodržením dohody o péči promítnuta do velké zátěže se dlouhodobě promítala do jejího zdraví, prožívání mateřství i partnerského vztahu.

– Lucie: „Mám pocit, že díky dětem mě to stálo vztah, který do té doby byl moc hezký a myslela jsem, že je to něco speciálního.“

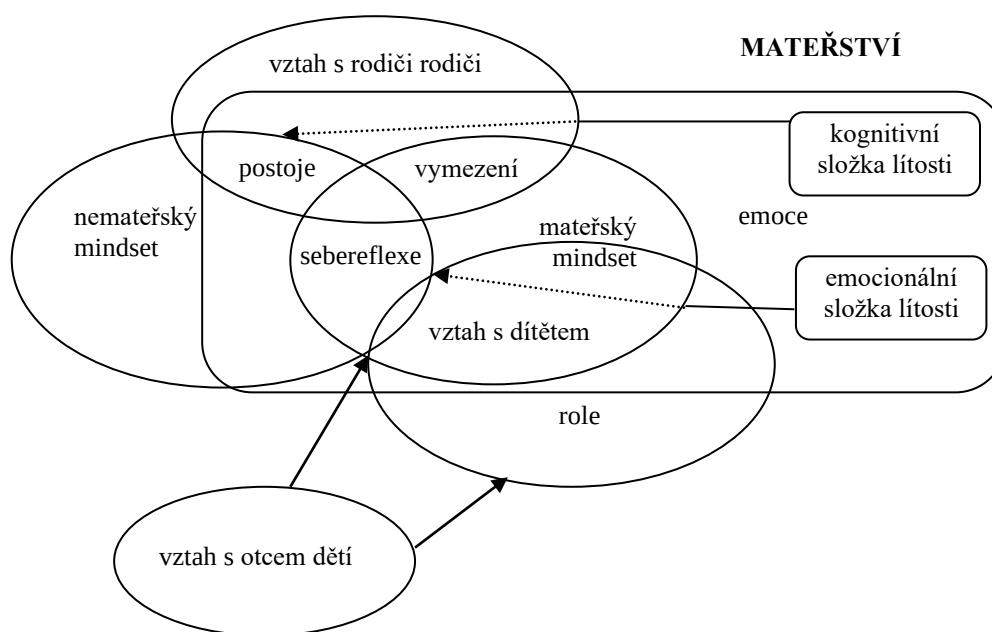
V případech, kde otec dětí absentoval, mohou **funkci opory zastávat jiné vztahové osoby** ať už z okruhu rodiny nebo přátel.

– Katka: „Největší podporu mám asi v kamarádkách, to mám jako svojí takovou rodinu.“

9.1.4 Výsledek otevřeného kódování

Pro naše lepší pochopení vzájemných vztahů jsme si vytvořili diagram znázorňující souvztažnost popsanych kategorií a subkategorií.

Diagram 1: Vztahy mezi kategoriemi a subkategoriemi



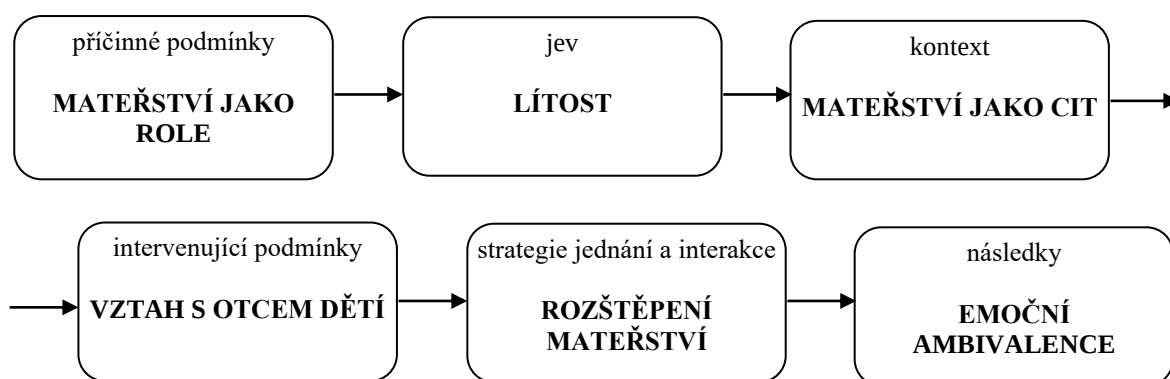
Z diagramu je patrné, že na **sebereflexi** mají **nejvýznamnější vliv střet nemateřského a mateřského mindsetu**, který ženy pojmenovávaly jako ztrátu sebe sama, identity či bývalého života. Proces zrození a vývoje mateřského mindsetu a role probíhá na podkladě **ambivalentního emočního prožívání** (láska, radost, štěstí, ztráta, vztek, strach, lítost). Rodící se mateřský mindset, později již existující a plně integrovaný do intrapsychických hranic matky, je primárně ovlivňován pozitivními emocemi (láska k dítěti) a vymezením se vůči, případně ztotožněním se s rodičovstvím vlastní matky, případně otce. **Vztah s rodiči** sebereflexi ovlivňuje i skrze postoje k mateřství, které rodiče spoluformovali. **Nepřijetí či částečné přijetí mateřské role** je znázorněno jako ne plně integrované do mateřství. V neposlední řadě má na sebereflexi vliv i **vztah s otcem dětí**.

9.2 Axiální kódování

V rámci axiálního kódování jsme se museli nejprve vypořádat se vzájemností a provázaností vztahů popsaných kategorií. Sebereflexe a emoční prožívání dle výpovědi respondentek je neustále probíhající proces, kdy jednotlivé kategorie a subkategorie na sebe navzájem působí. Současně jsou nutnými vlastnostmi mateřského mindsetu i nepřijetí mateřství jako role. U některých se lítost projevila už během těhotenství u jiných až po narození dětí, i s odstupem měsíců či krátkých let. V čase, kdy jsme interview realizovali, měly všechny vytvořené láskyplné citové pouto s dětmi. A naopak více či méně bojovaly s nepřijetím mateřství jako role, vyjádřené mimo jiné i účasti ve výzkumu a odpovědí na úvodní otázku interview, že pokud by se mohly vrátit v čase, matkou by se znovu nestaly. Právě nepřijetí role jsme použili jako výchozí příčinné podmínky pro vytvoření základního paradigmatického modelu.

Výsledný paradigmatický model identifikoval u jevu **lítost** jeho příčinné podmínky, a to **mateřství jako role**. Kontextem je **přijetí mateřského mindsetu**, složený ze sebereflexe a přijetí dítěte do svých intrapsychických hranic jako přirozenou součást sebe sama. Intervenujícími podmínkami je **vztah s otcem dětí**, který představuje jednak důvody pro mateřství a jednak oporu v mateřství. Strategií, kterou ženy volí je **rozštěpení mateřství** na vztahovou (citovou složku) a nevztahovou složku reprezentovanou rolí. Následky tohoto rozštěpení je pociťovaná **emoční ambivalence** ve vztahu k mateřství jako celku (tedy vztahové i nevztahové složky). Její součástí je také lítost.

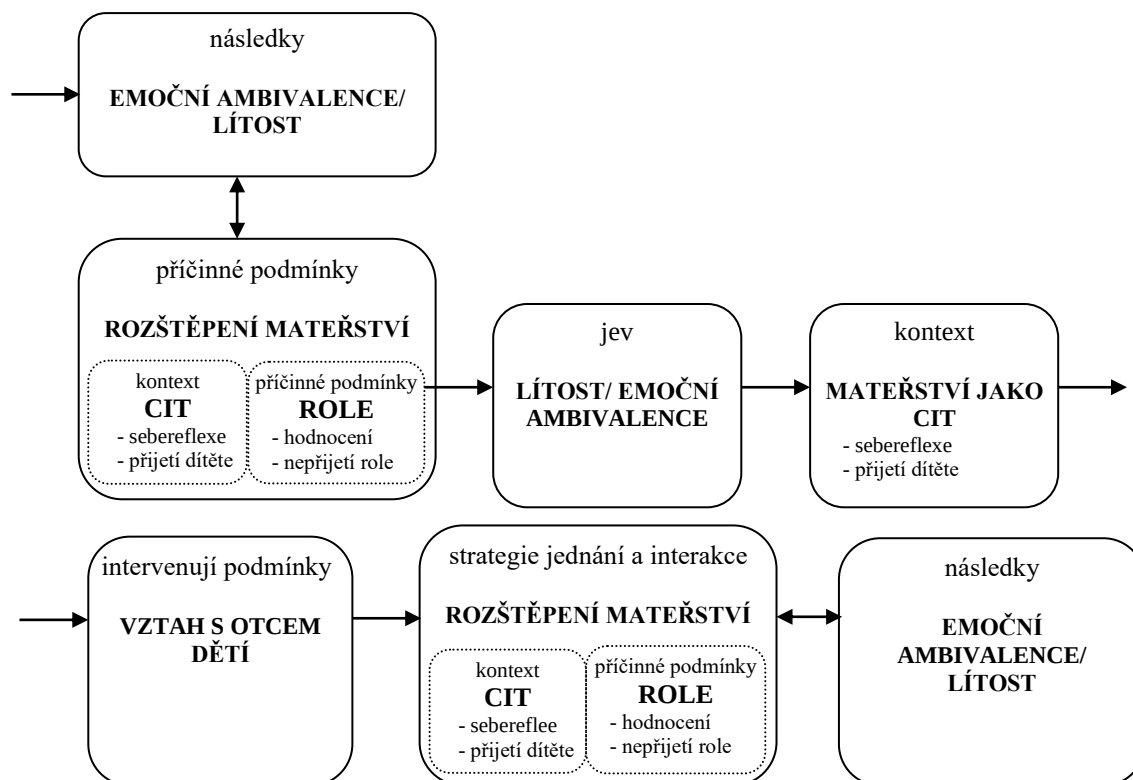
Diagram 2: Základní paradigmatický model



Paradigmatický model v podobě výše je tedy jakýmsi statickým a obecným vyjádřením vztahů. Musíme však vzít v potaz, že jak sebereflexe, tak emoční prožívání, včetně vztahů s otcem dětí jsou **dynamicky a neustále se proměňující a navzájem se ovlivňující**

složky modelu. Proto níže uvádíme ještě rozšířenou variantu paradigmatického modelu, který zachycuje vzájemné vazby mezi jednotlivými složkami modelu.

Diagram 3: Rozšířený paradigmatický model s vyznačením vzájemných vazeb



Rozštěpení mateřství, resp. nepřijetí mateřství jako role a zároveň láska a blízkost k dítěti vede k pociťování **složitých a protichůdných emocí**.

– Lenka: „Já z toho mám dost ambivalentní pocity, když se řekne mateřství, tak to pro mě z nějaké části znamená dobré věci, tak ve strašné spoustě i špatné věci, špatné pocity, ... i tu lásku s tím dítětem, což je hrozně hezké, ale v tom kontextu těch dalších věcí, dohromady, je to celkem divoká kombinace, ne úplně jednoduchá.“

Emoce jako vztek, smutek, vina zesilovaly pociťovanou lítost. Ve výpovědích bylo patrné, že nejdříve byla **lítost vztažena ke špatnému rozhodnutí, kterým ženy porušily svůj postoj a přesvědčení (kognitivní složka)**. Ten mohl být, jako v případě Katky a Gábiny a částečně Martiny, zformulován i zpětně. V době, kdy měly první dítě, byly mladé a znalost sebe sama chyběla. Zpronevěřily se tedy i samy sobě. Později, kdy už měly své děti přijaté do intrapsychických hranic, což se projevuje láskou k dětem, **hodnotily lítost jako důsledek špatného rozhodnutí, jehož následky nesou jejich děti (emoční složka)**.

– Amálka: „Samozřejmě, když žena obecně řekne, že nechce mít děti, tak si lidi začnou představovat tu sobeckost. Jasně, že na to taky myslím, že kdybych ty děti neměla, tak že bych mohla [vyjmenovává aktivity, které by mohla dělat], i tyhle pocity tam jsou. Nejsou tak silný jako ty druhé pocity, ty pocity z toho, co jim tady chystáme za život. [] ... mě trápí, co ty děti čeká. [] ... já jsem nechtěla ty děti tomuto vůbec vystavovat. Kdybych si mohla znovu vybrat, tak nepřivedu další dva lidi do těchto pocitů.“

Důsledkem popsaných sebereflexivních procesů na podkladě vytvořeného vztahu s dítětem je rozdělení mateřství na cit a roli. Jedna z respondentek to dokonce přesně takto popsala.

– Katka: „...jen to mám vlastně technicky oddělené, to dítě, od toho mateřství, od té role. Feministicky to je vlastně práce versus cit.“

Ani jedna z respondentek nebyla s rolí matky plně ztotožněná. Některé se matkou cítily být částečně, jiné vůbec.

Tento dokola se opakující proces všechny respondentky dříve či později dovedl k úvahám, co a jak začít v mateřství měnit, **jak na sobě pracovat**, což jsme nazvali sebeterapií.

– Martina: „[] je to velká cesta, překvapuji se pořád. I to přehodnocování některých pocitů z minula, to mám pořád. Je to proces, který jsem si, doufám, nějak osvojila, že je to pořád vývoj.“

Co se intervenujících podmínek týká, může tato kategorie být modifikována tak, že **druhý rodič zcela absentuje**, a tudíž jeho úplná nepřítomnost má potenciál o to silněji působit na hodnocení mateřství a nepřijetí jeho nevztahové stránky. Další variantou je, že „**opora v péči o dítě**“ může být **naplňována jinými vztahovými osobami**, např. vlastní matkou nebo kamarádkami.

Aplikace paradigmatického modelu

Na závěr aplikujeme vytvořený paradigmatický model na jednu z respondentek. Petra má jedno dítě ve věku 6–24 měsíců. S otcem dítěte žijí ve společné domácnosti. Petra je toho času na rodičovské dovolené, má však možnost dát dítě do jeslí/ mateřské školy. Petra se plně stará o dítě i domácnost. Manžel pracuje.

Petra pociťovala lítost už v těhotenství. Litovala, že se pro mateřství rozhodla, věděla, že by dokázala svůj život naplnit i jinak. Děti nechtěla, je doted' přesvědčená, že patří mezi ženy, které by nikdy neměly děti mít. Její partner rodinu chtěl. Jak sama říká, zřejmě souhrou několika faktorů se nakonec pro dítě sama rozhodla. Významný vliv na její sebereflexi mají pocit ztráty sebe sama a vztahy s oběma rodiči, významněji s matkou. Vedle lítosti pociťuje také smutek, lásku, radost a vděk za zdravé dítě. V čase interview litovala mateřství především proto, že měla obavu, zda bude dobrá matka.

Mateřství jako role (příčinné podmínky). Mateřství Petra hodnotila negativně, nemá podle jejich slov žádné výhody vyjma vztahu s dítětem. „Já se cítím nenaplněná, samozřejmě svoje dítě miluji, starám se o [dítě] se vším všudy, ale nedělá mě to šťastnou.

Její život mateřství omezilo natolik, že v denním režimu nikde nezůstal prostor pro ni samotnou, včetně jejich potřeb jako spánek, odpočinek, jídlo atd. Chybí ji kontakt s lidmi, čas na koníčky, chybí jí jistá míra volnosti a svobody, je plně závislá na partnerovi. „Ztratila jsem svobodu, ... obecně mě to omezuje ve všem, na co jsem byla zvyklá nebo co jsem brala jako samozřejmě. ... Najednou moje potřeby jsou úplně upozaděny na poslední místo, na prvním místě je dítě, s tím jsem počítala, ale nepočítala jsem s tím, že to bude tak náročný.“

Ví, že by jí velmi pomohlo vrátit se do práce a věnovat čas i jiným aktivitám než jen péči o dítě a domácnost. „... asi bych potřebovala od každého trochu. Být máma, ale i chodit do práce, myslím, že to by mě naplnilo.“ Má možnost dítě dát do jeslí/ mateřské školky, ale udělat to nechce. Necítí, že by dítě na to bylo připravené a nesouhlasí s tím její matka a zbytek rodiny. „Je to vlastně paradox, že já jsem nešťastná na mateřské, ale na druhou stranu [dítě] nedám do těch jeslí, protože to ještě necítím, že je na to připravený/á.“

Je tak lapená v pasti, nebo jak sama řekla ve vězení, ze kterého se nedokáže dostat ven.

Lítost (jev). Na otázku, zda by se Petra stala znovu matkou, kdyby se mohla vrátit v čase, odpověděla jednoznačným „ne“. Lítost se u ní objevila už v těhotenství, což si sama odůvodňovala tím, že děti nikdy nechtěla a bývalo jí špatně, těhotenství měla komplikovanější. „[] bylo mi hrozně špatně, celý den jsem nemohla jíst, pít, v noci jsem nemohla spát a pamatuji si, že jsem takhle kolikrát večer brečela a litovala jsem toho, že jsem těhotná. Protože mi bylo strašně zle.“

Po porodu litovala, že má dítě. Jak její dítě rostlo a tvořil se mezi nimi vztah, pocit lítosti pramenil z obavy, zda bude dobrou matkou a zda jako matka neselže, což srovnávala se vztahy s vlastní matkou. „[] pokládám si hodně často otázku, jestli to byl dobrý nápad to dítě mít [pláč]. Ne že bych toho vyloženě litovala, ano, ze začátku jsem toho asi opravdu litovala, že [dítě] mám, ale teď je to spíše takové, jestli to byl opravdu dobrý nápad, jestli budu dobrá máma.“

V částech interview, kdy více hovořila o lítosti, plakala a vyjadřovala nepochopení sebe sama, proč lituje mateřství, když k dítěti cítí opravdovou lásku a sama jej nakonec chtěla. Proto je to pro mě vlastně tak těžký, vždyť jsem to dítě chtěla, tak proč toho vlastně lituji, že to dítě mám.“

Když sama nahlas uvažovala, odkud se pocit lítosti bere odpověděla, že: „Možná jsem někde uvnitř to dítě fakt nechtěla a bylo to opravdu to chvilkové pobláznění. [] Někdy si říkám, že jsem na sebe fakt pyšná [následuje výčet těžkostí, které musela v mateřství překonat]. Ale pak mám chvíle, kdy si říkám, že jsem to nezvládla.... A do toho si ještě občas říkám, že lituji toho, že mám to dítě. Je to dobrá otázka, co se vlastně stalo.“

Mateřství jako cit (mindset; kontext). V čase interview měla Petra stále pocit ztráty sebe sama. „Možná to tak vyzní, že nejsem ráda, že jsem máma, to určitě nechci, ale ta ztráta sama sebe, s tím jsem se nevyrovnala.“

Když hodnotila mateřství zmínila jedinou pozitivní stránku, a to vztah s dítětem. Vztah s dítětem je pro ni velmi důležitý, je pro ni motivací na sobě pracovat, chce být dobrou mámou. Má pocit, že díky vztahu s dítětem se učí nové dovednosti a prohlubuje některé schopnosti jako je např. trpělivost. „Strašně moc [dítě] miluji. Ta láska tam je velká. Chci pro [dítě] být dobrou mámou [pláč]. Je to paradox, že vlastně chci být bez [dítěte], ale zároveň nechci.“ Srovnávala sebe se svou matkou i otcem, z pozice matky nerozumí zpětně chování svých rodičů k ní. „[] nechci, aby kvůli mně někdy brečel/a tak, jako já jsem brečela kvůli mojí mámě, nechci, aby si někdy myslel/a, že jí/ho nemám ráda, tak jako to mám já ve vztahu k mojí mámě. ... To je taková výstraha, na čem já chci zapracovat.“

Byla si vědoma, že vztah s dítětem ji vede k úvahám nad vlastním dětstvím a vztahem s rodiči. Stejně tak dokázala dobře zachytit vazbu na výchovu rodičů a jejich vtisknuté

vzory v jejím chování, jednání a pocitech. Zvažuje psychoterapii především proto, aby si srovnala v sobě vztah s rodiči.

Vztah s otcem dětí (intervenující podmínky). Partner si rodinu přál, sice na ni netlačil, ale vyrozuměla, že pokud by děti neměli spolu, partner by možná od ní odešel. S ohledem na charakter práce partnera je většina zátěže a péče na Petře. „Já se ho vlastně ale vždycky musím zeptat, jestli malou pohlídá, když chci někam na půl hodiny jít. A on tohle vlastně nedokáže úplně pochopit.“ Partner pocitům Petry příliš nerozumí. „...jemu strašně dlouho trvalo, než fakt pochopil, že nejsem úplně psychicky v pohodě, že mám fakt stavy, kdy fakt brečím, ale já vlastně ani nevím, proč brečím. Kolikrát brečím a řekla jsem mu, že nejsem ráda, že tu malou máme, že mi to hodně vzalo.“ Je přesvědčený, že mateřství je pro ženu přirozená a samozřejmá věc. „On vyrůstal v tom, že žena se rodí jako matka.“

Žijí daleko od její i partnerovy rodiny, Petra tak nemá oporu v péči o dítě v jiných členech rodiny. Vztah se po narození dítěte zhoršil.

Rozštěpení mateřství (strategie jednání a interakce). Celým interview s Petrou prostupovaly paradoxy, protichůdné strategie jednání a ambivalentní emoce. Petra sama několikrát použila slovo paradox a neporozumění sobě samé. Na jednu stranu nedokáže dát dítě do jeslí/školky, aby získala trochu času prostoru na sebe a na jiné aktivity a mohla se vrátit do práce, aby došla sama alespoň částečného vnitřního uspokojení. Když je výjimečně na pár okamžiků od dítěte pryč, stýská se jí, na dítě intenzivně myslí. Na druhou stranu má pocit vězení, ztráty svobody, má významnou potřebu dělat i jiné činnosti, než se starat o dítě a domácnost. Když popisovala, jak se o dítě stará a měla by se starat, srovnávala se s vlastními rodiči a sourozencem. Zmiňovala jejich rady, jak má péče o dítě vypadat. Sice se vůči nim vymezovala, ale zároveň jejich rady a příklady následovala, což ji však nevyhovovalo. V těchto částech se také nejvíce rozpovídala o lítosti a o tom, jak ji mateřství omezuje a že není vhodným typem ženy pro mateřství. „...já si docela často říkám a zastávám názor, že ne každá žena by měla být matkou, že ne každá žena je předurčena být matkou a já si myslím, že jsem jedna z nich.“

Pokud však hovořila o vztahu k dítěti a o emocích, které cítila, byla si velmi jistá, jaké emoce cítí, neváhala, vše vycházelo z ní. To, co její dítě dokázalo, naučilo se, jak reagovalo v pozitivním slova smyslu, propojovala s jejich vzájemným vztahem, který si

velmi cení a je za něj ráda. Taktéž se vymezovala vůči rodičům, především vůči matce a vyjadřovala nepochopení, v jaké míře a jakým způsobem Petře projevovala lásku.

Matkou se cítí být tak napůl. „...to, že se mi narodila, tak jsem byla vhozena do té role mámy, ale jestli to úplně vnitřně cítím, tak spíše tak napůl.“

Následky (emoční ambivalence). Emoce, které Petra zmiňovala, byly vedle lítosti také smutek, strach, radost, láska a vděk za zdravé dítě. Jí pozitivně hodnocené emoce podle jejich slov převažovaly. V částech interview, kdy se odkláněla od mateřské role a více hovořila o vztahu vždy mluvila o lásce, štěstí, vděku a strachu o zdraví dítěte. Pokud hovořila o nevztahové stránce mateřství, zmiňovala nejčastěji smutek a lítost. „Občas je to smutek. ... Občas je to i podrážděnost, nebo nuda, nevím, jak to říct, ale každý den je stejný, možná nějaká otrávenost.“

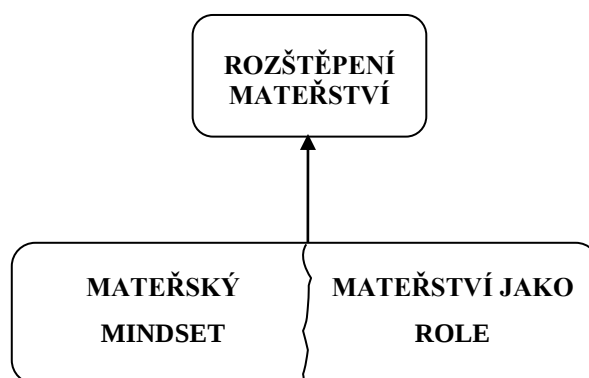
9.3 Selektivní kódování

Hlavní příběh zapojených respondentek spočívá v prožívání mateřství charakterizované dlouhodobě protichůdnými strategiemi jednání a ambivalentními emocemi. Mezi ně patří i pocit lítosti vnímaný jako paradoxní obzvláště při konfrontaci s pozitivně vnímaným vztahem s dětmi. V axiálním kódování byl tento ústřední jev zaznamenán jako strategie jednání a interakce a projevuje se jako úplné nebo částečné nepřijetí mateřské role.

Ústřední kategorie

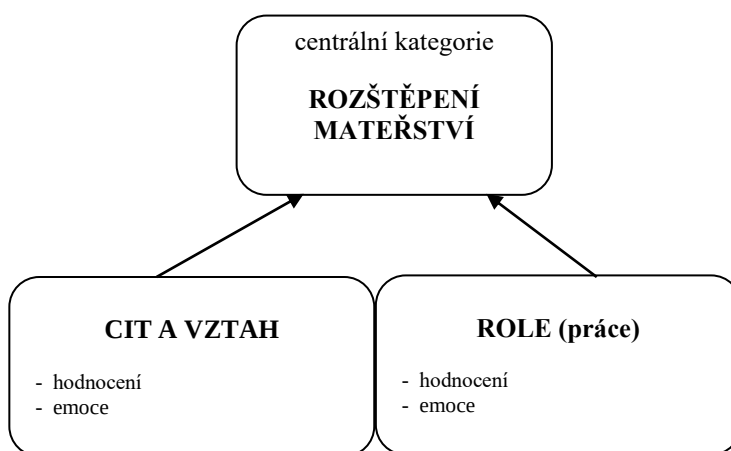
Hlavní příběh můžeme konceptualizovat pomocí vytvořené **centrální kategorie „Rozštěpení mateřství“** vznikající ze dvou kategorií Mateřský mindset a Mateřství jako role, resp. práce. Rozštěpení mateřství představuje naši kostru příběhu a splňuje, že je dimenzí našeho zkoumaného jevu lítost. Lítost je důsledkem rozštěpení mateřství, zároveň je příčinnou podmínkou a faktorem zesilujícím rozštěpení mateřství.

Diagram 4: Ústřední kategorie jako kostra příběhu



Mateřský mindset byl v předchozích fázích charakterizován subkategoriemi „sebereflexe“ a „přijetí dítěte do mateřského mindsetu“, což bylo popsáno emocemi jako vlastnostmi. Rolová složka mateřství představuje nevztahovou paralelu taktéž charakterizovanou subkategoriemi, které vyjadřují jednak „hodnocení role“ a jednak „nepřijetí“ mateřství jako role taktéž vyjádřeno emocemi jako vlastnostmi. Centrální kategorii bychom mohli tedy konceptualizovat takto:

Diagram 5: Ústřední kategorie s obecnými subkategoriemi



Výslednou tabulku s vlastnostmi a dimenzemi jsme taktéž zjednodušili a využili jsme paralelnosti obou kategorií.

Tabulka 5: Rozštěpení mateřství

Kategorie	Subkategorie	Vlastnosti	Dimenze
Rozštěpení mateřství	cit a vztah	hodnocení	pozitivní – neutrální – negativní
		pocit'ované emoce	pozitivní – neutrální – negativní
	role (práce)	hodnocení	pozitivní – neutrální – negativní
		pocit'ované emoce	pozitivní – neutrální – negativní

Stejně jako v axiálním kódování opět stojíme před otázkou, jak se vypořádat se vzájemnými vazbami mezi jednotlivými kategoriemi a subkategoriemi. Mateřství jako role a jeho prožívání bylo v původním paradigmatickém modelu (Diagram 2 a 3) jako příčinná podmínka. Citová a vztahová stránka mateřství představovala kontext sycený především sebereflexí a pozitivně vnímanými emocemi, které v konečném důsledku vedly k přijetí dítěte do mateřského mindsetu. Sebereflexe v sobě zahrnuje hodnocení sebe sama a také vztahu s dítětem. Obě komponenty (cit se vztahem a role) představují mateřství, které je v případě našich respondentek rozštěpené. Ambivalence (tedy emoce vyplývající z hodnocení citu, vztahu a role) představovaly společně s lítostí, která byla v paradigmatickém modelu jevem, zároveň následky i vlastnosti kategorií. Jako intervenující podmínky zůstává Vztah s otcem dítěte.

Je evidentní, že popsané kategorie a jejich vztahy se integrují ve velmi komplexním a složitém celku. Ve snaze se s tímto problémem vypořádat a zároveň dodržet náležitosti paradigmatického modelu jsme přistoupili k lehké modifikaci paradigmatického modelu.

Kontextem je **Sebereflexe**, která tvoří „podklad“ nebo nutnou podmínku v rámci které interagují ostatní složky modelu. Zároveň je vlastností kategorie Cit a vztah, neboť sebereflexe matky vždy probíhá nejintenzivněji v kontextu vztahu s dítětem. Jedno od druhého nelze oddělit.

Příčinné podmínky zahrnují hodnocení a emoční prožívání **Role a pocit'ovanou Lítost**. Emoce jako vlastnosti Role určují její ne/přijetí. Souběžně představují následky v podobě Emoční ambivalence. Lítost je příčinou a následkem Rozštěpení mateřství.

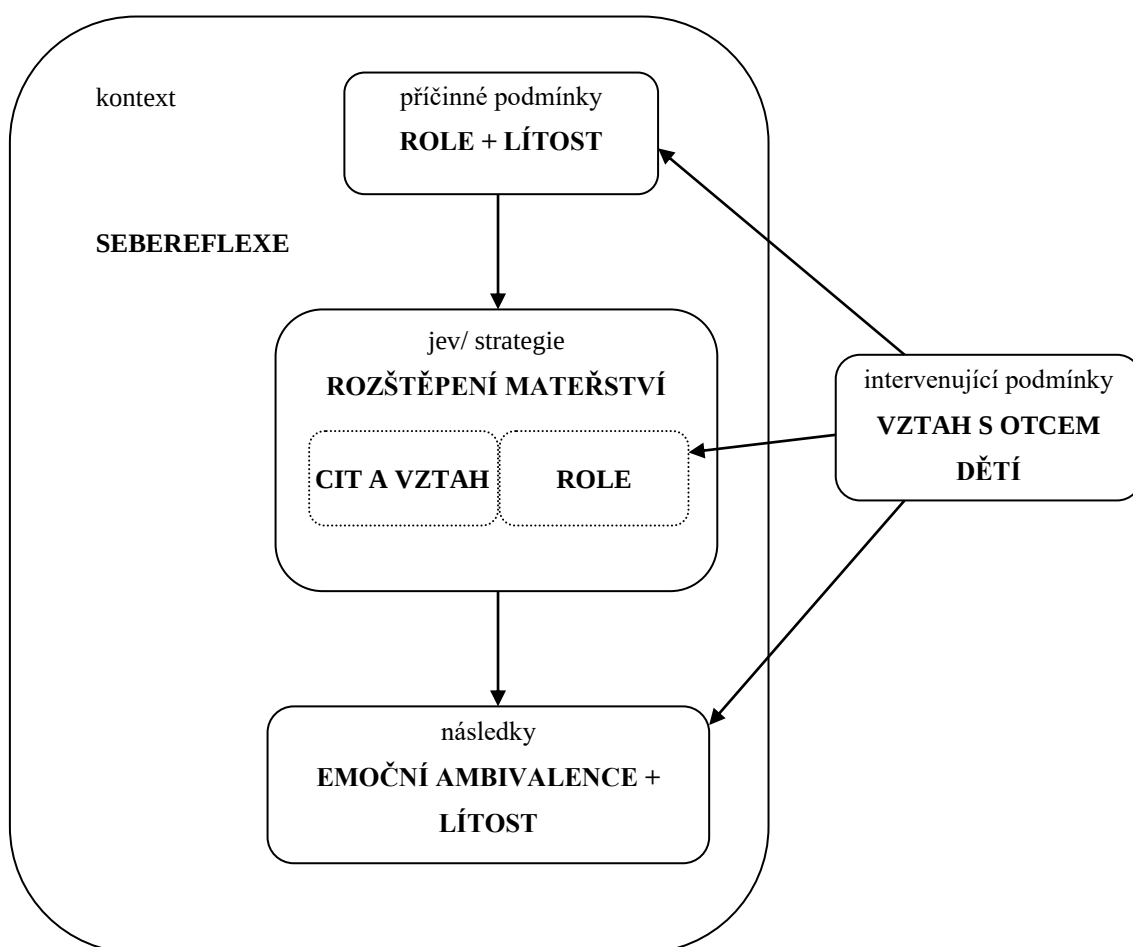
Jevem a strategií v jednom je **Rozštěpení mateřství**. Nepřijetí Role, pocit'ovaná Lítost a zároveň vztah k dítěti vyústí v dlouhodobě nepříjemný vnitřní tlak na matku, jehož důsledkem je spíše nevědomé rozdělení mateřství. Je to kategorie, která nám prostupuje nejvýznamněji v datech ukryta za výroky o neporozumění sama sobě, o paradoxech svých

pocitů a jednání, o lásce k dítěti a nepřijetí mateřství. Je to zároveň i strategie, která pomáhá se vyrovnávat s ambivalentními pocity i jmenovitě lítostí.

Následky reprezentují společně **Emoční ambivalence a Lítost**. Ambivalentní pocity, nejčastěji láska, radost, smutek, vztek, případně vina pocit lítosti posilují. Dlouhodobé vystavení rozporuplným emocím společně s nepřijetím role, a naopak souznění se vztahem a city k dítěti konfrontuje ženu jednak s rozhodnutím stát se matkou (kognitivní komponenta) a jednak s pocitem zpronevření se sama sobě a později s pocitem nedostatečnosti, selhání, obav z citového zranění svých dětí (emoční složka), což lze taktéž interpretovat v kontextu vztahu matka-dítě jako zpronevření se sama sobě. Výsledkem je prohlubující se pocit lítosti a případně narůstající pochybnosti o sobě samé.

Vztah s otcem dětí představuje intervenující podmínky. Osoba otce může při jeho absenci či absenci zapojení v péči o děti být nahrazena členy rodiny či přáteli.

Tabulka 6: Paradigmatický model vytvořený selektivním kódováním



Na závěr selektivního kódování konceptualizované výsledky doplňujeme o **narativní kostru**. Ženy, které litují mateřství, prožívají mateřství jako rozštěpené na dvě složky. Složka reprezentující cit a vztah s dětmi představuje pozitivně vnímaný a přijatý aspekt mateřství. Naopak složka nevztahová, reprezentována v našem výzkumu rolí, je hodnocena spíše negativně a je přijata částečně nebo vůbec. Rozštěpení mateřství je příčinou i důsledkem litování mateřství. Zesiluje a je zesilována emoční ambivalencí. Vztah s otcem dětí a jeho zapojení do péče má potenciál pocíťovanou lítost zmírňovat či naopak zhoršovat nebo dokonce vyvolat.

10 Shrnutí výsledků analýzy

Na základě kvalitativní analýzy dat metodou zakotvené teorie jsme vypracovali **teoretický koncept**.

Matky litující mateřství prožívají mateřství jako rozštěpené na dvě složky. Na složku (1) citovou a vztahovou, která je plně přijata, a na složku (2) nevztahovou reprezentovanou rolí, která není zcela či vůbec přijata. Toto rozštěpení je spíše nevědomé. Důsledkem i příčinou popsaného prožívání mateřství je pocit lítosti.

Výsledky výzkumu nám také přinesly odpovědi na stanovené **výzkumné otázky**.

VO1: Jak prožívají mateřství ženy, které sebe identifikují jako mateřství litující?

Matky litující mateřství zakouší dlouhodobě rozporuplné pocity a strategie jednání. Nejčastěji zmiňované pocity byly láska, radost, štěstí, strach, vztek, smutek, lítost. Strategie jednání představují touhu být s dítětem, a naopak potřebu být sama za sebe. Výsledkem je tlak, který vede k rozštěpení mateřství.

VV1: Identifikují sebe samy jako matku?

Ve smyslu vztahu k dítěti ano. Ve smyslu role částečně či vůbec.

VV2: Jaký mají vztah ke svým dětem?

Vztah k dětem je hodnocený čistě pozitivně. Je láskyplný, naplňující, krásný, uzdravující. Děti jsou hodnocené a popisované v superlativech.

VV3: Jak mateřství hodnotí?

Mateřství hodnotí jako psychicky i fyzicky zatěžující, náročné, stresující, limitující, neposkytující dostatek prostoru na cokoli jiného. Významný vliv na hodnocení představuje spoluúčast na péči a výchově ze strany otce dětí a jiných členů rodiny či přátel.

VO2: Jaké jsou hlavní důvody pro pociťovanou lítost z mateřství?

Pocit lítosti se v čase mění s tím, jak matka navazuje vztah s dítětem. Jsou patrné dvě složky lítosti, kognitivní a emoční. (1) Kognitivní složka představuje lítost vztaženou k v minulosti učiněnému rozhodnutí být matkou. To jim znemožnilo žít život tak, jak by si v přítomnosti představovaly. (2) Emoční složka se vztahuje nejdříve k pocitu ublížení a

zpronevěření se sama sobě. Vyplývá ze sebereflexe. S vyvíjejícím se pozitivním a láskyplným vztahem s dítětem, jenž je taktéž součástí sebereflexe, vztahuje se emoční složka lítosti více k citovému poutu s dítětem a k dítěti samotnému. To má potenciál zhoršovat (a) vlastní sebehodnocení, (b) intenzivněji vnímat kognitivní složku lítosti (c) štěpit mateřství.

VV4: Jaké byly důvody pro mateřství?

V rovině vztahové mateřství představuje (1) přirozené vyústění a pokračování vztahu. Na pomezí roviny vztahové a osobní může být mateřství (2) podmínkou pokračování vztahu s partnerem. V rovině čistě osobní důvody pro mateřství (3) zcela chyběly, či je (4) nelze identifikovat.

Výzkum byl proveden na datech získaných od sedmi respondentek, do budoucna je tedy potřeba dalšího zkoumání a kvalitativního ověření.

11 Diskuse

V rámci této kapitoly obsáhneme zhodnocení dosažení cílů práce, srovnání výsledků s dosavadními výzkumy, praktickou využitelnost výsledků a náměty pro další bádání, limity práce a v neposlední řadě zhodnocení validity výzkumu.

Cíle práce

Jako cíl práce jsme si stanovili zachytit (1) individuální zkušenost žen litujících mateřství a (2) definovat kořeny lítosti. Ženy, které litují mateřství, prožívají mateřství jako rozštěpené na dvě složky. Složka reprezentující cit a vztah s dětmi představuje pozitivně vnímaný a přijatý aspekt mateřství. Složka nevztahová, tedy to, co „zbyde“, pokud z mateřství abstrahujeme cit, reprezentována v našem výzkumu mateřskou rolí jako zatěžující práci, je hodnocena spíše negativně a je přijata částečně nebo vůbec. Rozštěpení mateřství je zároveň příčinou i důsledkem litování mateřství. Kognitivní složka lítosti, skrze kterou ženy hodnotí svou současnou situaci, resp. jaký by život mohl být bez mateřství, je vztahována k hodnocení mateřství jako zatěžující a náročné práci, která naprosto zásadním způsobem ovlivňuje všechny aspekty současného ženina života. Emoční složka lítosti se nejdříve vztahuje ke zpronevěření se sama sobě a v průběhu času, kdy má matka již vytvořený hluboký a láskyplný vztah k dítěti, je vázána k citovému poutu s dítětem a k dítěti samotnému. Významným činitelem, který má potenciál pocíťovanou lítost a obecně ženiny emoce zmírňovat či naopak zhoršovat nebo dokonce vyvolat, je vztah s otcem dětí a jeho aktivní zapojení do nevztahové složky mateřství, resp. rodičovství. Domníváme se, že cíle práce se nám podařilo naplnit.

Srovnání výsledků s dosavadními výzkumy

Mateřství je popisované jako velká zátěž, která je doživotní. Smysluplnost života lze naplnit i jiným způsobem. Mateřství je neustále přítomné v hlavě matky, i když je od dětí dlouhodobě separovaná nebo když je pryč jen pár minut. Mateřství objektivně ženu připravuje o její velkou část autonomie, včetně té psychické, a tento pocit se týká i žen, které lítost nepocíťují (Nicholson, 1999; Stern et al., 1998; Trad, 1990). Podle Pearlina (1983, citováno v Nomaguchi, 2012) je rodičovství psychicky zatěžující a míra psychické zátěže se mění s věkem dítěte. Naše zjištění mu dávají za pravdu. Dokud jsou děti malé, je patrné propojení zátěže fyzické (technická péče kolem dítěte, noční vstávání) a psychické (vyplývající z vyčerpání, stereotypní úkony, sociální izolace), které však částečně

kompenzuje fyzický kontakt s dítětem a vědomí, že matka má dítě tzv. pod kontrolou. U starších dětí fyzická zátěž, pokud dítě nevyžaduje speciální potřeby, ustupuje významně do pozadí a dominuje zátěž psychická posilována objektivně zmenšenými možnostmi matky ovlivňovat potenciální rizika a kvalitu života dítěte. Tento aspekt psychické zátěže byl velmi patrný u třech respondentek s dětmi dospívajícími/dospělými a ve školním věku. Jejich matky trápila budoucnost dětí z důvodů rodinných nebo společenských či globálních. Pokud je navíc matka v pozici samoživitelky, vnímaná zátěž bude výrazně větší.

Všechny intrapsychické změny, procesy související s mateřstvím probíhají na podkladě neustálé sebereflexe vyvolávané střety každodenní mateřské reality s osobností ženy a jejími představami. Její intenzita je podle našeho pozorování nejvíce patrná měsíce po narození dítěte, kdy matka přijímá jeho existenci a vytváří si k němu vztah. Nicméně sebereflexe je přítomna zřejmě doživotně a je potřebným nástrojem, který pomáhá matce se vyrovnat se změnami, který s sebou přirozený vývoj dítěte nese. Matka se vlivem sebereflexe samozřejmě také mění, resp. mohou se měnit její postoje, návyky, čemu věnuje pozornost, jak přistupuje k řešení obtíží atd. Domníváme se, že námi popsaná sebereflexe je ve své podstatě transformační proces vymezený v teoretické části (Babetin, 2020; Laney et al., 2015; Mercer, 2004; Nicholson, 1999; Stern et al., 1998). Podle našeho názoru však nelze nikdy hovořit o jeho dokončení.

Vlivnými faktory sebereflexe jsou pocity ztráty sebe sama, vztahy s rodiči, ty více rozebíráme dále v souvislosti s lítostí, a sebeterapie. Všechny tři jsme identifikovali u našich respondentek. Dostupná literatura (Babetin, 2020; Baraitser, 2006; Laney et al., 2015; Mercer, 2004; Nicholson, 1999; Stern et al., 1998) poukazuje na skutečnost, že žena po narození dítěte zažívá různě intenzivní a různě dlouho trvající pocit ztráty sebe sama, identity nebo ztrátu minulého života, což je doprovázeno negativními emocemi (nejčastěji osamění, strach, frustrace, smutek, ...). Je to zřejmě obecná vlastnost mateřství projevující se u různých žen v různé síle, jež však není příliš veřejně známá. Domníváme se, že má potenciál pocit lítosti zesilovat. Jak poznamenala jedna z žen, kdyby věděla, co ji čeká, nebyla by tak zaskočená a možná by vše lépe snášela. Sebereflexe některé matky dovede k sebeterapii. Negativně pocíťované doprovodné faktory související se sebereflexí (ambivalence, ztráta sebe sama, přehodnocování vztahů atp.) vytváří tlak, který se v ideálním případě přetransformuje do sebeterapie. Ta představuje růstový potenciál

mateřství. Naše závěry se shodují s tím, co o růstovém potenciálu mateřství uvádí Laney et al. (2015).

U všech matek včetně těch, které s námi hovořily a mateřství nelitují, jsme pozorovali prožívání tzv. mateřské ambivalence, která je také běžnou součástí mateřství (Hollway, 2001; Nicholson, 1999; Parker, 2005). Citované autorky upozorňují, že je potřeba ji přijmout jako součást mateřství. Pokud se jí matka brání, může uvíznout v pocitech viny, což bylo výrazně pozorovatelné u jedné z respondentek. Stejně jako pocit ztráty sebe sama a svého minulého života, i mateřská ambivalence zesiluje prožívání pocitu lítosti. Domníváme se, že pokud by ženy byly obeznámeny s obecnými psychickými procesy probíhajícími po narození dítěte, řadu aspektů mateřství, které vnímají jako své selhání, vinu, vadu by pojímaly více smířlivě, s větším pochopením, odpuštěním sama sobě a lépe by se tak s celou situací vyrovnávaly.

U některých respondentek byla pozorovatelná tzv. pocitová pravidla (termín podle Hochschild, 1979). Srovnávaly své emoce s emocemi, o kterých se ve veřejném prostoru v souvislosti s mateřstvím mluví. Nesoulad vlastní zkušenosti s pocitovými pravidly více prohluboval pochybnosti o sobě. Stejně pozorování zmiňuje Donath (2017).

To, jak se žena nakonec s mateřstvím vyrovná, je především záležitostí její osobnosti, a nikoliv biologických a tělesných predispozic (Babetin, 2020; Donath, 2017; Laney et al., 2015; Mercer, 2004; Nicholson, 1999; Stern et al., 1998, aj.). Osobnost v sobě integruje jak postoje, zkušenosti, včetně zkušeností vztahových (s rodiči), tak emoce jako reakce na situace, kterým je vystavena a které vznikají jako důsledek jejího psychického zpracování (Nakonečný, 2012). Na základě našich zjištění s tímto závěrem souzníme.

Potud můžeme shrnout, že v aspektech hodnocení mateřství, mateřské ambivalence a sebereflexivních procesů se ženy litující a nelitující v prožívání příliš neliší. Dále se v diskusi zaměříme na poznatky týkající se specifika mateřské lítosti.

Obecné hodnocení mateřství zatíženého lítostí a emoce z něj vyplývající představují aspekty, kde panuje napříč citovanými autorkami a autory největší shoda. Matky nelitují existence svých dětí, litují mateřství. (Bodin, 2024; Donath, 2017; Holemá, 2023; Johnson, & Pétursdóttir, 2023; Matley, 2020; Sihto, & Mustosmäki, 2021). My jsme dospěli ke stejnému závěru, jak je patrné z výsledného paradigmatického modelu. Výjimku tvoří poznatky z Polska, z kterých víme, že některé ženy pociťující mateřskou lítost litují i

existence svých dětí. Můžeme spekulovat, že se jedná o důsledek proti-potratové politiky státu.

Lítost má kognitivní a emoční komponentu a obě jsou v našich výsledcích poměrně dobře rozpoznatelné. Ta kognitivní se vztahuje k rozhodnutí stát se matkou, které znemožňuje žít tak, jak by žena chtěla a potřebovala, tj. mít více prostoru pro realizaci svých potřeb včetně základních. Podle našeho názoru odráží právě obrovské fyzické a psychické přetížení. Domníváme se, že pokud by ženy nebyly vystaveny tak obrovskému psychickému a fyzickému tlaku, stresu a přetížení, nekonfrontovaly by tolik svůj bezdětný a mateřský život. Emoční komponenta je vztahována nejdříve ke zpronevěření se sama sobě. Ženy buď ignorovaly svůj postoj k mateřství nebo nebyly dle svých slov natolik vyzrálé a informované, aby byly schopny posoudit, zda je mateřství jejich životní cesta. S vytvářejícím se vztahem s dítětem tuto komponentu spíš vztahují k dětem. Respondentky toto vyjadřovaly výroky, že by si jejich děti zasloužily lepší matku nebo že si děti nezaslouží myšlenky a emoce svých matek. U některých respondentek byly patrné také rodinné, společenské nebo ekologické důvody. Vnímaly jako svou chybu, že přivedly děti do nejistého světa. Domníváme se, že právě tato rozpolcenost vyplývající z kognitivní a emoční složky lítosti vnitřně tlačí na ženu se vyrovnat se všemi ambivalentními pocity a lítostí, kterou takto vědomě rozděleně nevnímá a důsledkem je, že mateřství rozpůlí na cit a práci. Ostatně jedna z respondentek to přesně takto popsala. Z vlastní zkušenosti realizátorky a z rozhovorů s jinými matkami, kterým jsme pokládali pro srovnání stejné otázky jako respondentkám, víme, že mateřství takto rozděleně nevnímají. Naše závěry bohužel nelze srovnat s jinými studiemi.

Primární rodina a vztah s rodiči hrají v mateřství ženy významnou roli. Výrazně se promítal do sebereflexe. Vliv matky se sice jeví jako podstatnější, ale chování a vztahování otce k dcerám a vlastní ženě zřejmě představuje také nezanedbatelnou roli. V každé primární rodině jsme identifikovali komplikované rodinné poměry, nejčastěji citově chladná výchova. Můžeme se domnívat, že postoj k mateřství je spoluformován vztahy s rodiči, výrazněji matkou a jejím citovým chováním vůči dceři. Povšimli jsme si také, že se postoj k mateřství může do jisté míry „dědit“. Naše závěry odpovídají zjištění Donath (2017) a Holemé (2023).

Všechny děti respondentek byly chtěné a plánované. Jak jsme již uvedli výše, respondentky nelitují existence svých dětí. Dětem vyjadřovaly velkou lásku, obdiv, hrdost,

vnímají je jako skvělé a výjimečné. Co se strategie přístupu k mateřství týká, měly dle našeho úsudku spíše tendenci o děti nadstandardně pečovat, více se jim věnovat, vztah byl pojímán jako partnerský. Lítost některé ženy pocítily už v těhotenství, jiné později. Konkrétní moment popsala jedna respondentka, zbylé to s určitou situací neměly spojené. Stejně závěry uvádí Donath (2017).

Důvody pro mateřství jsou nejčastěji propojeny se vztahem s partnerem, který má kladný postoj k rodičovství. Narození dítěte, i přes vlastní negativní nebo ambivalentní postoj k mateřství, je přirozený a očekávaný krok ve vztahu. Může být ještě podpořen vědomím, že by partner jinak ve vztahu nepokračoval. V rovině osobní v zásadě důvody chybí nebo je nelze identifikovat. Pokud naše zjištění porovnáme především s izraelskými daty (Donath, 2017), vyskytují se v nich také. Naopak v českých datech zcela chybí důvod terapie vlastního dětství a zajištění lepších ekonomických a sociálních podmínek. Můžeme spekulovat, že posledně zmíněný důvod se v datech nevyskytuje i z důvodů dosaženého vzdělání zapojených žen (viz *Limity práce*). Z geopolitických a náboženských daností neočekáváme důvody platné v Izraeli (ohrožení státu, náboženské důvody) a na Islandu (ostrovní země, genetická různorodost). Je však potřeba také připustit, že jsme se příliš nedotazovali na působení společenských tlaků a drželi jsme se v rámci interview více v rovině osobní. Stran postojů jsme pouze identifikovali, jaký postoj žena k mateřství zastává (nejčastěji negativní, ambivalentní, v jednom případě pozitivní). Různost postojů s převahou negativních a ambivalentních zmiňuje Donath (2017), švédská kvalitativní studie identifikovala pouze ty negativní (Bodin, 2024).

Shoda mezi našimi výsledky i citovanými zdroji panuje ve skutečnosti, že významným podpůrným a vlivným faktorem v každém mateřství je vztah a pomoc neblížšího okolí (Babetin, 2020; Brizendine, 2007; Donath 2017; Edelman, 2009; Stern et al., 1998). Stern et al. (1998) více zdůrazňuje matku, která vtiskuje dceři vzory mateřství. To se podle našeho soudu více odráží spíše v procesu sebereflexe, hodnocení a přijetí mateřského mindsetu, tedy vliv matky je více skrytý. Samozřejmě vlastní matka hraje roli i jako zdroj informací stran mateřství a jako významná pomoc především v začátcích mateřství. Pokud z jakéhokoliv důvodu některý z aspektů mateřské podpory chybí, má to na ženu a prožívání mateřství negativní dopad (Edelman, 2009; Stern et al., 1998). Vztah s partnerem a jeho zapojení do péče o děti je podle našich zjištění viditelnější a důležitější v „technické“ rovině rodičovství a hraje větší roli naopak při (ne)přijetí mateřství jako role, což tvrdí i Wolf (2011 citováno v Babetin, 2020). Partnerovo působení vyplývá také z jeho

realizace v partnerské rovině, tedy jak se k ženě chová jako partner, jak se jejich vztah po narození dětí vyvíjí, jak on sám přijímá otcovskou roli. Nedostatečné zapojení otce do péče, resp. dopady absence druhého rodiče zmiňovaly až na jednu všechny respondentky. Dvě ženy explicitně spojovaly své extrémní přetížení a z toho vyplývající důsledky primárně s nezapojením partnera do práce kolem dětí a domácnosti. Doslova prohlásily, že kdyby se partner více angažoval, nemuselo jejich prožívání mateřství a v jednom případě i rozpad vztahu dojít tak daleko. Naše závěry jsou v souladu s výsledky z jiných zemí (Donath, 2017; Sihto, & Mustosmäki, 2021).

Dle očekávání se české matky neliší, co se obavy ze sdílení svých pravých mateřských pocitů týká. Realizátorka byla v kontaktu se zhruba dvaceti pěti ženami. Některé se po prvním kontaktování již neozvaly, jiné se nakonec omluvily, že nedokážou své pocity sdílet, neboť se za ně stydí nebo mají obavy, aby se jejich skutečné myšlenky nedozvědělo okolí či samotné děti. Jedna z žen se dokonce obávala návštěvy OSPOD. Obdobnou zkušenost popisuje Donath (2017).

Můžeme konstatovat, že při srovnání s poznatky z jiných zemí se základní obrysy zkoumané problematiky jeví jako přinejmenším podobné s některými kulturními nuancemi (Bodin, 2024; Donath, 2017; Johnson, & Pétursdóttir, 2023). A tedy i námi zjištěné výsledky stvrzují, že litování mateřství není kulturně podmíněné.

V ideálním případě by bylo vhodné na závěr srovnat, jak prožívají mateřství matky, které litují a nelitují mateřství. Pro takové srovnání nemáme data. Přesto si na základě našich zjištění z rozhovorů s matkami, které nelitují i z vlastní zkušenosti dovolíme toto srovnání provést. Jako základní rozdíl vnímáme skutečnost, že ženy nelitující mateřství neprožívají mateřství rozděleně. Přijímají jej v jeho celistvosti se všemi těžkostmi, které samozřejmě také vnímají. Mají přijatou mateřskou roli. Psychická a fyzická zátěž, která je na matky kladena a nezapojování otců do péče o děti, jsou běžným standardem české společnosti. V případě žen litujících mateřství bude tedy rozdíl zřejmě v individuálně vnímaném překročení mezí únosnosti. Což obzvláště u páru, kde se předem dohodli na rozdělení péče, a v případě samoživitelek bude hrát významnější roli. Obdobně mateřská ambivalence je sice přirozenou součástí mateřství, avšak neznalost její existence a působení v kombinaci s jinými faktory pocity lítosti zintenzivňuje. Pokud bychom měli možnost výzkum zopakovat, zaměřili bychom pozornost na postoje žen a jejich formování a více bychom se zaměřili na důvody porušení svých postojů.

Praktická využitelnost výsledků a náměty pro další výzkumy

Téma mateřství, resp. rodičovství samo o sobě nabízí pro psychologii prakticky neomezené množství témat, které čekají na své zpracování. Zmíníme jen některé z nich. Výzkumy na téma psychologie mateřství jsou spíše sporadické, což má za praktický důsledek, že odborná veřejnost netuší, jakými změnami ženy po narození dětí prochází. Příkladem může být objevná studie o funkčních a strukturálních proměnách mozku v období matrescence (Orchar et al., 2023). Neznalost těchto faktů při kontaktu s odborníky a odbornicemi má vůči ženám zraňující potenciál.

Pokud se psychologii mateřství věnuje malá pozornost, pak psychologii otcovství naprosto žádná. Víme z vlastní zkušenosti, že existují muži, kteří litují otcovství. Na téma otcovské lítosti máme povědomí jen o španělské studii (Meil et al., 2023).

Co se našeho tématu týká, bylo by vhodné a zajímavé srovnat v rovině citu a role zvlášť, jak hodnotí a prožívají mateřství ženy, které jej nelitují. Dalším tématem, které se nabízí je zkoumat lítost matek, které litují i existence svých dětí. V neposlední řadě je potřeba ještě uvést, že tři ze sedmi respondentek mají diagnostikovanou neurodivergenci a dle jejich vypovědí jim tato skutečnost mateřství dost komplikuje. Další dvě mají dítě se speciálními potřebami. Nezodpovězenou otázkou je, jak moc tyto skutečnosti ovlivňují pocit lítosti.

Domníváme se, že naše výsledky přináší i náměty a inspiraci pro psychoterapeutickou práci s ženami litujícími mateřství. Témata jako vztahy s rodiči, strategie zvládání strachu a obav o děti, stejně jako komunikace s partnerem na téma rozdělení práce v rodině, by mohly mít potenciál pocit lítosti minimálně zmírňovat.

Limity práce

Z izraelské studie (Donath, 2017) víme, že litování mateřství se týká žen ze všech sociálních vrstev se všemi stupni vzdělání. Zapojené respondenty byly převážně vysokoškolsky vzdělané, chybí vyšší podíl středoškolsky vzdělaných žen a vůbec jsme neobsáhli zkušenost matek s praktickým vzděláním. Důvodem a potenciální slabinou zároveň je fakt, že se respondenty, byť za využití kombinace více metod výběru souboru, rekrutovaly ze specifických facebookových skupin, u nichž je předpoklad, že je využívají matky spíše edukované nebo ty, které proaktivně informace hledají, což se dle našeho

názoru odráželo i ve skutečnosti, že námi prezentované téma nevyvolalo v těchto skupinách negativní reakce.

Dalším slabším místem je skutečnost, že všechny zapojené respondentky měly zkušenost s psychoterapií. Některé dlouhodobou, jiné krátkou. Dle zkušenosti realizátorky schopnost hovořit o sobě, emocích a vztazích není příliš rozšířená mezi běžnou dospělou populací. Vnímáme proto zapojené respondentky z tohoto pohledu jako více obeznámené s psychohygienou, což bude mít jistě dopad na námi zjištěné poznatky.

Všechny respondentky v souladu se zjištěními Donath (2017) nelitují existence svých dětí. Při stanovování charakteristik výzkumného souboru jsme nijak nezohledňovaly, jak matka hodnotí svůj vztah k dětem. Z polských dat (Garncarek, 2020) víme, že jsou matky, které litují mateřství jako role ale i samotné existence dětí. Což ale v případě polských matek může být i důsledek potratové politiky státu, která nutí ženy porodit a vychovávat nechtěné děti. Čili musíme připustit, že skutečnost, že náš výzkumný soubor je tvořen výhradně matkami, které mají pozitivní vztahování ke svým potomkům, může být dílem náhody. Více jsme se nevěnovali ani otázce souvislosti pocitu lítosti a počtu dětí.

Zhodnocení validity výzkumu

V kapitole 8.5 jsme si jako kritéria validity s ohledem na typ práce a design výzkumu vymezili techniky kontroly validity výběru souboru, vzorku a specificky pro metodu zakotvené teorie měřítka kredibility, originality, rezonance a užitečnosti (Charmaz, 2006). Metody výběru souboru jsme nakonec uplatnili pouze dvě, a to samovýběr a záměrný výběr. Metodou samovýběru jsme zařadili do výzkumného souboru pět respondentek, druhou metodou dvě. Podle našeho názoru to společně s faktem, že všechny respondentky mají zkušenost s psychoterapií, může naše zjištění zkreslovat. Na druhou stranu je potřeba zmínit, že zkoumané téma je velmi citlivé a tabuizované. Lze tedy očekávat zapojení respondentek tzv. připravených o tématu hovořit. Validita vzorku je podle našeho soudu splněna v rovině, že máme data od žen, které skutečně litují mateřství a provedli jsme základní porovnání odpovědí matek, které mateřství nelitují. Na druhou stranu nám chybí data od žen s praktickým vzděláním.

Kredibilitu jsme naplňovali neustále se opakujícím porovnáváním jednotlivých kategorií, jejichž počet jsme nakonec zúžili a upravili tak, aby v obecné rovině zůstala

zachovaná jejich vypovídající hodnota ve vztahu ke zkoumanému jevu. Naše výsledné závěry jsou propojené s primárními daty a výsledný jev tak vysvětlují.

Originalitu naplňujeme skutečností, že zkoumaný jev přináší zcela nové poznatky.

Kritérium rezonance splňujeme částečně. Bylo by vhodné v ideálním případě osobně vysvětlit naše závěry a prodiskutovat je s respondentkami a dotázat se jich, zda jsou naše zjištění pro ně přínosná. Všechny respondentky mají k dispozici hlavní závěry v písemné podobě, dle reakce pěti z nich s našimi závěry souzní.

Naplnění kritéria užitečnosti spatřujeme především v inspiraci pro jiné výzkumníky. Závěry našeho výzkumu zmiňují řadu oblastí, které zůstávají neprobádané či neznámé.

12 Závěr

Předložená práce je na téma Litování mateřství. Cílem výzkumné části bylo popsat individuální zkušenost žen s mateřstvím a definovat důvody pro pociťovanou lítost. Na základě stanovených výzkumných otázek jsme došli k následujícím závěrům.

Mateřství ženy prožívají rozporuplně. Je pro ně na jednu stranu zatěžující a náročné psychicky i fyzicky. Tuto část představuje role charakterizovaná péčí a prací. Na druhé straně mateřství redukováné pouze na vztah a cit popisují jako láskyplné, radostné. Osobnosti dětí vnímají čistě pozitivně. Důsledkem tohoto rozporu je spíše nevědomé rozštěpení mateřství na zmíněný cit a vztah, ty jsou plně přijaté v mateřském mindsetu, a na roli, která je přijata částečně či vůbec.

Lítost můžeme sledovat ve dvou jejích komponentách, kognitivní a emoční. Ta kognitivní je vztahována k rozhodnutí stát se matkou, které je nezřídka učiněno v rozporu s postojem k mateřství. Vyplývá to ze srovnání bezdětného života, vnímaného jako spokojeného, s životem mateřským, hodnoceným negativně (zátěž, stres, vyčerpání). Emoční komponenta se vztahuje nejdříve k sobě ve smyslu zpronevření se sama sobě. Později, kdy matka má plně přijatý vztah k dítěti, vztahuje ji k dítěti ve smyslu lítosti, čemu děti vystavila, tj. své emoce, nebezpečí a nejistoty vyplývající z budoucnosti.

Vlivným a zároveň nutným faktorem je sebereflexe. Ta je významně ovlivňována vztahy s vlastními rodiči a je patrná po celý mateřský život. Hodnocení mateřství jako role je primárně zvnějšku ovlivňováno vztahem s otcem dětí s jeho zapojení do péče o děti, event. jeho úplnou absencí.

Jako důvody pro mateřství jsme identifikovali nejčastěji vztah s partnerem, který si rodinu přál, společně s přesvědčením, že mít děti je přirozeným pokračováním vztahu. V některých případech se jednalo o náhlý impulz bez dalšího vysvětlení.

Naše závěry se v základních obrysech prožívání mateřské lítosti shodují s dosavadními zjištěními (Bodin, 2024; Donath, 2017; Garncarek, 2020; Holemá, 2023; Johnson, & Pétursdóttir, 2023; Matley, 2020; Sihto, & Mustosmäki, 2021).

SOUHRN

Předkládaná práce se zabývá mateřstvím žen, které, pokud by se mohly vrátit zpátky v čase, by se znovu matkou nestaly. Práce je rozdělena na dvě části. Ta první představuje teoretické ukotvení tématu, druhá část je výzkumná.

Teoretickou část členíme na pět kapitol. V první kapitole se zabýváme otázkou, proč ženy chtějí děti. Mateřství v české společnosti je vnímané jako přirozená životní cesta, kterou žena naplňuje smysl své existence a učiní ji šťastnou (Nešporová, & Hamplová, 2014; Šamanová, 2006). Pokud se žena vůči mateřství vymezuje, je její postoj vnímán jako abnormální (Hašková, 2019). Rozhodování, zda bude mít žena děti, je tedy vždy číněno pod vlivem společenského tlaku, který je nejsilnější v nejbližším okolí ženy (Hašková, & Zamykalová, 2006). Ve druhé kapitole se stručně věnujeme dobrovolné bezdětnosti.

Ve třetí kapitole vymezujeme mateřství jako transformační zkušenost. Ženy zažívají pocit ztráty sebe sama (Baraitser, 2006; Mercer, 2004), ztrátu identity (Babetin, 2020; Laney et al., 2015) nebo vedle jejich stávajícího mindsetu (intrapsychické integrační centrum) vzniká ještě paralelní mindset mateřský (Stern et al., 1998). Výsledkem transformačního procesu, který u každé ženy trvá různě dlouho – dny, týdny, měsíce, roky – je přijetí mateřství (Babetin, 2020; Laney et al., 2015; Mercer, 2004; Nicholson, 1999; Stern et al., 1998). Nejvlivnějším faktorem je osobnost ženy, v souladu s ní vytvořené představy a přání, které jsou konfrontovány s novou realitou (Babetin, 2020; Donath, 2017; Laney et al., 2015; Stern et al., 1998). Vnější podpůrné vlivy představuje matka, partner, širší rodina a komunita a sociální normy (Bergum, 1989 citováno v Babetin, 2020; Brizendine, 2007; Donath, 2017; Edelman, 2009; Stern et al., 1998; Wolf, 2011 citováno v Babetin, 2020). Neprozkoumaným a na mateřství vlivným obdobím, kdy dochází k významným strukturálním a funkčním změnám ženina mozku, je matrescence (Athan, n.d.; Brizendine, 2006; Orchard et al., 2023).

Třetí kapitola pojednává také o emocích. Vlivem mateřství se repertoár emocí rozšiřuje, prohlubuje se jejich intenzita (Donath, 2017, Laney et al., 2015). Vedle očekávaných pozitivních emocí se objevují i emoce negativní (Babetin, 2020; Donath, 2017; Laney et al., 2015; Matley, 2020; Trad, 1990). Tato ambivalence je pro mateřství a s ním spojenou sebereflexi přirozená, potřebná a je nutné jej přijmout jako běžnou součást

mateřské zkušenosti. Její akceptování vede k poznání a pochopení vztahu sama k sobě i ve vztahu k dítěti, a naopak její nepřijetí posiluje pocity viny a úzkosti (Donath, 2017; Hollway, 2001; Parker, 2005). Emoční ambivalence je v rozporu s tzv. pocitovými pravidly, která určují, jaké emoce by měla cítit matka. To může vést k jejich potlačení a konfliktu mezi emocemi skutečně pociťovanými a navenek projevovanými (Donath, 2017; Hochschild, 1979). Jedinou společensky uznávanou výjimkou připouštějící negativní emoce matky je poporodní deprese, která je však vnímána jako patologie (MKN-10, 2024).

V předposlední, čtvrté kapitole teoretické části shrnujeme poznatky o litování mateřství. Díky izraelské studii socioložky Donath (2017) víme, že mezi mateřské emoce patří i pocit lítosti. Z dostupných zdrojů také víme, že prožívání lítosti není kulturně podmíněno. Matky z různých částí západního světa popisují velmi podobně, jak prožívají mateřství, jaký vztah mají k dětem, jaké emoce opravdu cítí a jak je musí maskovat před dětmi, před okolím (Bodin, Donath, 2017; Garncarek, 2020; Heffernan, & Stone, 2020; Johnson, & Pétursdóttir, 2023; Matley, 2020; Sihto, & Mustosmäki, 2021). Navzdory očekávání jsou jejich děti ve většině případů chtěné, plánované a vzešlé z dlouhodobých vztahů. Donath (2017) si existenci mateřské lítosti vysvětluje jako důsledek tlaku patriarchální společnosti. Skrze představu, že teprve mateřství udělá z ženy celistvého a šťastného člověka, nutí k založení rodiny.

V poslední kapitole teoretické části vymezujeme typy lítosti a její základní charakteristiky.

V praktické části jsme si vymezili cíle práce a výzkumné otázky. V těch jsme se zaměřovali na to, (VO1) jak ženy mateřství prožívají a (VO2) jaké jsou hlavní důvody pro mateřskou lítost. Stanovili jsme i vedlejší výzkumné otázky, a to zda (VV1) se samy identifikují jako matky, (VV2) jaký vztah mají ke svým dětem, (VV3) jak mateřství hodnotí a (VV4) jaké byly důvody pro mateřství.

Dále jsme stanovili a odůvodnili výzkumný přístup, typ výzkumu a popsali jsme projekt výzkumu. Námi zvolené téma je neprobádané, intimní a tabuizované, nabízel se proto kvalitativní přístup. Ze stejných důvodů jsme volili jako design výzkumu metodu zakotvené teorie. Metoda je považována za vhodnou, pokud potřebujeme zkoumané téma poznat, popsat a konceptuálně uchopit. Její předností je možnost pružně reagovat na průběžná zjištění a dle nich přizpůsobovat shromažďování údajů i jejich analýzu. Výstupem této metody je teoretický koncept vysvětlující zkoumaný jev. V rámci

zpracování dat jsme využili všechny její fáze, tedy kódování otevřené, axiální i selektivní (Řiháček et al., 2013; Strauss, & Corbinová, 1999). Jako strategie tvorby dat se nabízela polostrukturovaná interview, která byla fixována na záznamovém zařízení a následně přepsána. V rámci plánování projektu výzkumu jsme si vymezili čtyři nepravděpodobnostní metody sběru dat: (1) výběr souboru samovýběrem, (2) prostý záměrný výběr, (3) příležitostný výběr a konečně (4) sněhová koule. Výsledný výzkumný soubor jsme získali prostřednictvím prvních dvou zmíněných metod. Pro výzkumný soubor jsme stanovili charakteristiky (1) sebeidentifikace matky litující mateřství a (2) využili jsme tři otázky z izraelské studie pomáhající odlišit ambivalenci a lítost (Donath, 2017). Výsledný výzkumný soubor čítá sedm respondentek s dětmi ve věku 6 měsíců až 24 let. V průběhu realizace jsme striktně dbali na etická pravidla. Ta zahrnují na prvním místě ochranu a anonymitu respondentek a z naší strany maximálně citlivé zacházení. Interview vždy předcházelo seznámení s informovaným souhlasem. Nezbytnou součástí našeho výzkumu jsou také kritéria validity.

Výsledkem analýzy dat je teoretický koncept: Matky litující mateřství prožívají mateřství jako rozštěpené na dvě složky. Na složku (1) citovou a vztahovou, která je plně přijata, a na složku (2) nevztahovou reprezentovanou rolí, která není zcela či vůbec přijata. Toto rozštěpení je spíše nevědomé. Důsledkem i příčinou popsaného prožívání mateřství je pocit lítosti.

Respondentky na jedné straně vyjadřují velkou lásku svým dětem, obdivují je, považují je za výjimečné osobnosti, jejich vzájemný vztah pojmají jako partnerský. Na druhou stranu je pro ně mateřství zatěžující, stresující, doživotní závazek, ze kterého se nelze nijak vymanit. Tyto negativní vlastnosti zmiňují i matky mateřství nelitující (Nicholson, 1999; Stern et al., 1998; Trad, 1990). V případě menších dětí (předškolní věk a menší) je patrná zátěž fyzická i psychická. U dětí starších fyzická zátěž ustupuje významně do pozadí a převládá ta psychická vyplývající z menších až téměř mizivých možností matky mít vliv na rizika, kterým děti čelí nebo budou čelit. Respondentky zmiňovaly strach o budoucnost dětí vyplývající ze společenských, globálních a ekologických hrozeb, případně ze speciálních potřeb svých dětí. Na přetrvávající psychickou zátěž měnící se s věkem dětí upozorňuje také Pearlin (1983, citováno v Nomaguchi, 2012). Vnímaná zátěž psychická i fyzická se významně zesiluje, pokud je matka samoživitelka.

Popsané ambivalentní hodnocení mateřství se pojí s ambivalentními emocemi, které jsou přirozenou součástí mateřství, cítí je i matky mateřství nelitující (Hollway, 2001; Nicholson, 1999; Parker, 2005). Rozdíl mezi matkami litujícími a nelitujícími je podle našeho srovnání právě ve skutečnosti, že matky, které nelitují, vnímají mateřství celistvě, byť taktéž cítí i negativní emoce, avšak nikoliv lítost. Mateřská ambivalence je však neslučitelná s obecnou představou šťastného mateřství. Uplatňují se v této souvislosti tzv. pocitová pravidla (Donath, 2017; Hochschild, 1979) patrná i našich respondentek. Důsledkem je, že ženy nepočítají s negativními emocemi jako je smutek a vztek, mají tendenci je skrývat a obviňují se, že jsou špatné matky. Podle našich výsledků nepřijatá ambivalence může lítost zesilovat.

Všechny intrapsychické změny probíhají na podkladě neustálé sebereflexe vyvolávané střety každodenní mateřské reality s osobností ženy a jejími představami. U našich respondentek byla velmi patrná. Jako vlivné faktory na sebereflexi jsme identifikovali ztrátu sebe sama, sebeterapii a vztah s vlastními rodiči. Tímto transformačním procesem prochází každá matka (Babetin, 2020; Laney et al., 2015; Mercer, 2004; Nicholson, 1999; Stern et al., 1998). My se však na rozdíl od citovaných autorů domníváme, že není nikdy dokončen. Tak jako se vyvíjí dítě, vyvíjí se i matka. Zkušenosti vyplývající ze vztahu s dítětem se promítají do jejího jednání, postojů, myšlení, emočního prožívání atd.

Pro přijetí a hodnocení mateřství je vždy klíčové zapojení nejbližšího okolí ženy (Babetin, 2020; Brizendine, 2007; Donath 2017; Edelman, 2009; Stern et al., 1998). Dospěli jsme ke stejnému poznání. Matka ženy hraje významnou roli v sebereflexivních procesech jako objekt, vůči kterému se žena vymezuje nebo se s ním ztotožňuje, což zdůrazňují Stern et al. (1998) a Edelman (2009). Zapojení partnera do péče je významnější v otázce hodnocení a přijetí mateřství jako role (Donath, 2017; Sihto, & Mustosmäki, 2021; Wolf, 2011 citováno v Babetin, 2020)

Potud můžeme shrnout, že v aspektech hodnocení mateřství, mateřské ambivalence a sebereflexivních procesů se ženy litující a nelitující v prožívání příliš neliší. Naopak rozdíly vnímáme v podstatě prožívání mateřství. Ženy, které nelitují mateřství, podle našeho názoru a zkušeností přijímají mateřství v celé jeho celistvosti, tj. jako láskyplný vztah a těžkou práci, i když mateřství také hodnotí jako velmi zatěžující a vyčerpávající. Rozdíl bude patrně jednak v individuálně vnímané míře zátěže vyplývající z mateřské role, na což má významný vliv míra zapojení otce do péče o své děti, a jednak v postoji

k mateřství. Postoje budou s velkou pravděpodobností totiž do značné míry formovány vztahy s vlastními rodiči a z našich výsledků vyplývá, že rodinné zázemí respondentek bylo či je komplikované. Komplikované rodinné zázemí zmiňují také Donath (2017) a Holemá (2023).

Obecné hodnocení mateřství zatíženého lítostí a emoce z něj vyplývající představují aspekty, kde panuje napříč citovanými autorkami a autory největší shoda. Matky nelitují existence svých dětí, litují mateřství bez ohledu na počet dětí (Bodin, 2024; Donath, 2017; Holemá, 2023; Johnson, & Pétursdóttir, 2023; Matley, 2020; Sihto, & Mustosmäki, 2021). My jsme dospěli ke stejnému závěru. Emoce lítost má vedle emoční také složku kognitivní. Ta byla dobře patrná v rovině srovnání předmateřského a mateřského života, kdy první zmíněný byl vnímán jako spokojený a naplněný a ten druhý jako zatěžující, vyčerpávající a stresující. Emoční složka se vztahovala ke zpronevěření se sama sobě a případnému ignorování svého postoje k mateřství. Později, kdy matka má navázaný vztah s dítětem, je lítost vztažena k dětem. Respondentky to vyjadřovaly výroky, že by si jejich děti zasloužily lepší matku nebo že si děti nezaslouží myšlenky a emoce svých matek. U některých respondentek byly patrné také rodinné, společenské nebo ekologické důvody. Vnímaly jako svou chybu, že přivedly děti do nejistého světa. Domníváme se, že právě tato rozpolcenost vyplývající z kognitivního a emoční složky lítosti vnitřně tlačí na ženu se vyrovnat se všemi ambivalentními pocity a lítosti, kterou takto vědomě rozděleně nevnímá a důsledkem je, že mateřství rozpůlí na cit a práci.

Lítost jako emoce se může jevit jako velmi neproduktivní a dusivá. Věříme ale, že pokud se podaří identifikovat, odkud a proč pramení, dá se její vnímaná intenzita zmírnit. Časem dokonce může zcela vymizet. Účinnou cestou může být vhodná a citlivá psychoterapie, která by se mohla zaměřit na komunikaci s partnerem a jeho zapojení do péče o své děti, vztahy s rodiči nebo strategie zvládání strachu a obav o děti.

SEZNAM LITERATURY

- Abraham, E., & Feldman, R. (2018). The neurobiology of human allomaternal care; implications for fathering, coparenting, and children's social development. *Physiol Behav.*, 193 (Pt A), 25-34. doi:10.1016/j.physbeh.2017.12.034
- American Psychological Association. (n.d.a). Role. *APA dictionary of psychology*. Získáno 23. května 2023 z <https://dictionary.apa.org/role>
- American Psychological Association. (n.d.b). Maternal behavior. *APA dictionary of psychology*. Získáno 28. května 2023 z <https://dictionary.apa.org/maternal-behavior>
- American Psychological Association. (n.d.c). Regret theory. *APA dictionary of psychology*. Získáno 27. října 2023 z <https://dictionary.apa.org/regret-theory>
- Arendell, T. (2000). Conceiving and Investigating Motherhood: The Decade's Scholarship. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1192–1207.
- Athan, A. (n.d.). *Working Definition*. Získáno 1. ledna 2024 z <https://www.matrescence.com/>
- Babetin, K. (2020). The Birth of a Mother: A Psychological Transformation. *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health* 34(5), Fall 2020. https://www.birthpsychology.com/wp-content/uploads/journal/published_paper/volume-34/issue-5/vwmfBdzE.pdf
- Baraitser, L. (2006). Oi Mother, Keep Ye' Hair On! Impossible Transformations of Maternal Subjectivity. *Studies in Gender and Sexuality*, 7(3), 217-238, doi:10.2513/s15240657sgs0703_1
- Bish, J. J. (2021, 26. srpna). *What Does Childfree Mean?* Population Media Center. <https://www.populationmedia.org/the-latest/what-does-childfree-mean>
- Brizendine, L. (2007). *The Female Brain*. Bantam Book.

- Condon, J. T., & Dunn, D. J. (1988). Nature and Determinants of Parent-to-Infant Attachment in the Early Postnatal Period. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 27(3), 293–299. doi:10.1097/00004583-198805000-00005
- Český statistický úřad (2023, 11. ledna). *Vyšla nová ročenka genderových statistik*. <https://www.czso.cz/csu/czso/vysla-nova-rocenka-genderovych-statistik>
- Dijk, E., & Zeelenberg, M. (2005). On the psychology of ‘if only’: Regret and the comparison between factual and counterfactual outcomes. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 97, 152-160. doi:10.1016/j.obhdp.2005.04.001
- Donath, O. (2015). Regretting Motherhood: A Sociopolitical Analysis. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 40(2), 343-367. doi:10.1086/678145
- Donath, O. (2017). *Regretting Motherhood. A Study*. Berkeley: North Atlantic Books.
- Edelman, H. (2009). *Dcery bez matek. Ztráta jako dědictví*. Praha: Equilibrium.
- Elmadih, A., & Abumadini, M. (2019). Epigenetic Transmission of Maternal Behavior: Impact on the Neurobiological System of Healthy Mothers. *Saudi Journal of Medicine & Medical Sciences*, 7, 3-8. doi:10.4103/sjmms.sjmms_163_17
- Elšíková, K. (2022, 24. března). "Lituju, že jsem se stala matkou." Zklamání z mateřství, ženy mají odlišnou představu. *Aktualne.cz*. <https://zena.aktualne.cz/dceru-miluji-ale-materstvi-nesnasim-matky-ktere-tato-role-ne/r~d49a0516a44211eca0d8ac1f6b220ee8/>
- Erikson, E. H. (2002). *Dětství a společnost*. Praha: Argo.
- Esel, E. (2010). Neurobiology of Motherhood. *Turkish Journal of Psychiatry*, 21(1), 68-78, PMID: 20204906
- Ferjenčík, J. (2000). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu. Jak zkoumat lidskou duši*. Praha: Portál.

- Fjelstad, M. (2015, 1. července). Regret vs. Remorse. Only remorse leads to a real apology and change. *Psychology Today*.
<https://www.psychologytoday.com/us/blog/stop-caretaking-the-borderline-or-narcissist/201507/regret-vs-remorse#:~:text=It%20creates%20a%20sense%20of,towards%20others%20in%20the%20future.>
- Garncarek, E. (2020). “Living with Illegal Feelings”—Analysis of the Internet Discourse on Negative Emotions towards Children and Motherhood. *Qualitative Sociology Review* 16(1), 78-93. doi:10.18778/1733-8077.16.1.06
- Gattai, F. B., & Musatti, T. (1999). Grandmothers’ Involvement in Grandchildren’s Care: Attitudes, Feelings, and Emotions. *Family Relations*, 48(1), 35–42. <https://doi.org/10.2307/585680>
- Geist, B. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Vodnář.
- Hašková, H., & Zamykalová, L. (2006). Mít děti - co je to za normu? Čí je to norma? *Biograf*, (40-41). <http://www.biograf.org/clanek.html?id=603>
- Hašková, H. (2009). *Fenomén bezdětnosti*. Praha: Slon.
- Hašková, H. (2019, 12. března). *V zemích střední a východní Evropy bude stoupat bezdětnost*. Sociologický ústav Akademie věd ČR. <https://www.soc.cas.cz/aktualita/haskova-v-zemich-stredni-vychodni-evropy-bude-stoupat-bezdetnost>, 10. srpna 2023
- Hašková, H., Křížková, A., & Dudová, R. (2015). *Ekonomické náklady mateřství. Co znamená odpovědnost za péči o dítě/děti pro ženy z hlediska jejich pracovního uplatnění a ekonomického postavení*. Sociologický ústav Akademie věd ČR. https://aa.ecn.cz/img_upload/8b47a03bf445e4c3031ce326c68558ae/sekundarni-analyza-zprava-final_format.pdf
- Heffernan, V., & Stone K. (2020). #regrettingmotherhood in Germany: Feminism, Motherhood, and Culture. *Signs Journal of Women in Culture and Society*, 46, 337–360. doi:10.1086/710807

- Hendl, J. (2005). *Kvalitativní výzkum. Základní metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Hochschild, A. R. (1979). Emotion Work, Feeling Rules, and Social Structure. *American Journal of Sociology*, 85(3), 551-575.
- Holemá, A. (2023). „*I Just Hated Being a Mother*”. *Stories of Czech Women who Experienced Motherhood Regrets*. [Diplomová práce, Linköping University]. DiVA Linköping University.
- Hollway, Wendy (2001). From motherhood to maternal subjectivity. *International Journal of Critical Psychology*, 2, 13–38. <https://oro.open.ac.uk/8261/>
- Hronová, M. (2023, 7. února). Mám vytoužené dítě, ale šťastná nejsem. S osamělostí bojuje většina českých matek. *Heroine.cz*. <https://www.heroine.cz/rodina-a-vychova/12137-mam-vytouzene-dite-ale-stastna-nejem-s-osamelosti-bojuje-vetsina-ceskych-matek?fbclid=IwAR2fsbMjLFmqCrqv8rFEC6qJbN0Q1j6NxwVL3jUMC1ONa6vgE7MYj3dqJmU>
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory: A practical guide through qualitative analysis*. London: Sage Publications.
- Chodorow, N. J. (2000) Reflections on The Reproduction of Mothering —Twenty Years Later. *Studies in Gender and Sexuality*, 1(4), 337-348. doi:10.1080/15240650109349163
- Johnson, M., & Pétursdóttir, G. (2023). “We all have Regrets; it doesn’t Mean we are Failures”: Rejecting or Regretting Motherhood. *Journal of Family Issues*, 45(7), 1660-1682. doi:10.1177/0192513X231181376.
- Kahneman, D. (2012). *Myšlení rychlé a pomalé*. Brno: Jan Melvil Publishing.
- Křížová, A., Pospíšilová, K., Volejníčková, R., & Maříková, H. (2020). Rozdíl v odměňování žen a mužů a rodičovství. *Fórum Sociální Politiky*, 3, 19–25. https://www.researchgate.net/publication/344513356_Rozdil_v_odmenovani_zen_a_muzu_a_rodicovstvi

- Laney, E. K., Lewis Hall, M. E, Anderson, T. L., & Willingham, M. M. (2015). Becoming a Mother: The Influence of Motherhood on Women's Identity Development. *Identity*, 15(2), 126-145. doi:10.1080/15283488.2015.1023440
- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.
- Loomes, G., & Sugden, R. (1982). Regret Theory: An Alternative Theory of Rational Choice Under Uncertainty. *The Economic Journal*, 92(368), 805-824. doi:10.2307/2232669
- Manová, H. (2014). *Dobrovolná bezdětnost u žen*. [Diplomová práce, Univerzita Palackého v Olomouci]. Theses.cz
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41(9), 954–969. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.9.954>
- Masopustová, Z., Daňšová, P., Lacinová, L., & kolektiv (2018). *Jak to mají mámy. Psychologický výzkum mateřství*. Masarykova univerzita, Brno.
- Matley, D. (2020). „I miss my old life”: Regretting motherhood on Mumsnet. *Discourse, Context & Media*. 37(1):100417. doi:10.1016/j.dcm.2020.100417
- Mcquillan, J., Greil, A. L., Shreffler, K. M., & Tichenor, V. (2008). The importance of motherhood among women in the contemporary United States. *Gender and Society*, 22(4), 477–496. doi:10.1177/0891243208319359
- Meil, G., Romero-Balsas, P., & Muntanyola-Saura, D. (2023). Regretting fatherhood in Spain. *Journal of Family Research*, 35,37-52. doi:10.20377/jfr-819
- Mercer, R. T. (2004). Becoming a Mother versus Maternal Role Attainment. *Journal of Nursing Scholarship*, 36(3), 226-232. doi:10.1111/j.1547-5069.2004.04042.x
- Mercer, R. T. (2006). Nursing Support of the Process of Becoming a Mother. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 35(5), 649–651. doi:10.1111/j.1552-6909.2006.00086.x

- Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů: MKN-10. Desátá revize. Obsahová revize k 1.1.2024.* (2024). Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR.
- Milkie, M. A., Bierman, A., & Schieman, S. (2008). How Adult Children Influence Older Parents' Mental Health: Integrating Stress-process and Life-course Perspectives. *Social Psychology Quarterly*, 71(1), 86-105. <https://doi.org/10.1177/019027250807100109>
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.
- Mollen, D. (2006). Voluntarily Childfree Women: Experiences and Counseling Considerations. *Journal of Mental Health Counseling*, 28(3), 269–284. doi:10.17744/mehc.28.3.39w5h93mreb0mk4f
- Nakonečný, M. (2012). *Emoce*. Praha/Kroměříž: Triton.
- Národní ústav duševního zdraví (2023, 10. října). *Národní monitoring duševního zdraví dětí: 40 % vykazuje známky střední až těžké deprese, 30 % úzkosti. Odborníci připravují preventivní opatření*. <https://www.nudz.cz/media-pr/tiskove-zpravy/narodni-monitoring-dusevniho-zdravi-deti-40-vykazuje-znamky-stredni-az-tezke-deprese-30-uzkosti-odbornici-pripravuji-preventivni-opatreni>
- Neal, J. W., & Neal, Z. P. (2021). *Prevalence and characteristics of childfree adults in Michigan (USA)*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/57bjr>
- Nešporová, O., & Hamplová, D. (2014). Souvislosti mezi rodičovstvím a životní spokojeností v České republice a zemích Evropské Unie. *Demografie*, 56, 185–202.
- Nomaguchi, K. M. (2012). Parenthood and psychological well-being: Clarifying the role of child age and parent–child relationship quality. *Social Science Research*, 41(2), 489-498. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2011.08.001>

- Nicolson, P. (1999). Loss, happiness and postpartum depression: The ultimate paradox. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 40(2), 162–178. doi:10.1037/h0086834
- Ordóñez, L. D., & Connolly, T. (2000). Regret and Responsibility: A Reply to Zeelenberg et al. (1998). *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 81(1), 132–142. doi:10.1006/obhd.1999.2834
- Orchard, E. R., Rutherford, H. J. V., Holmes, A. J., & Jamadar, S. D. (2023). Matrescence: lifetime impact of motherhood on cognition and the brain. *Trends in Cognitive Sciences*, 27(3), 302-316. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2022.12.002>
- Pakosta, P. (2009). Proč chceme děti: hodnota dítěte a preferovaný počet dětí v České republice. *Sociologický časopis/ Czech Sociological Review*, 45(5), 899–934.
- Paloncyová, J., Hašková, H., Höhne, S., Kuchařová, V., Žáčková, L., & Lukić, A. (2021). *Bezdětní a postoje k rodičovství*. Praha: VÚPSV. https://www.researchgate.net/publication/360238052_Bezdetni_a_postoje_k_rodicovstvi
- Park, K. (2002). Stigma Management among the Voluntarily Childless. *Sociological Perspectives*, 45(1), 21–45. doi:10.1525/sop.2002.45.1.21
- Parker, R. (2005). *The Experience of Maternal Ambivalence: Torn in Two*. Virago. (Původně vydáno 1995).
- Plutchik, R. (2001). Integration, Differentiation, and Derivatives of Emotion. *Evolution and Cognition*, 7(2), 114-125. <https://kli.ac.at/webroot/files/file/Evolution%20%26%20Cognition/2001%207-2.pdf#page=2>
- Pospíšilová, K., Mansella, N., & Vohlídalová, M. (Ed.). (2022). *Linked employer-employee data týkající se mezd a rodičovství: Dobrá praxe v zahraničí a právní analýza ČR*. Praha: Sociologický ústav AV ČR a Ambis vysoká škola. https://soc.cas.cz/sites/default/files/publikace/leed_zprava.pdf

- Sladká, M. (2023, 5. ledna). Litují, že se staly matkami. A bojí se o tom mluvit. *Heroine.cz*. <https://www.heroine.cz/rodina-a-vychova/3881-lituji-ze-se-staly-matkami-a-boji-se-o-tom-mluvit>
- Slepičková, L., & Bartošová, M. (2008). Problematické tranzice k mateřství. *Sociální Studia*, 5(2), 35-54. doi:10.5817/SOC2008-2-35
- Steinberg, Z. (2005). Donning the Mask of Motherhood: A Defensive Strategy, a Developmental Search. *Studies in Gender and Sexuality*, 6(2), 173-198. doi:10.1080/15240650609349273
- Stern, D., Bruschweiler-Stern, N., & Freeland, A. (1998). *The birth of a mother: How the motherhood experience changes you forever*. Basic Books.
- Strauss, A., & Corbinová, J. (1999). *Základy kvalitativního výzkumu. Postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert.
- Trad, P. V. (1990). On Becoming a Mother: In the Throes of Developmental Transformation. *Psychoanalytic Psychology*, 7(3), 341-361. <https://doi.org/10.1037/h0079217>
- Řiháček, T., Čermák, I., & Hytych, R. a kol. (2013). *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Brno: Masarykova univerzita.
- Sihto, T., Mustosmäki, A. (2021). The Most Invisible Maternal Experience? Analysing How Maternal Regret Is Discussed in Finland. In Fitzgerald, A. (Ed.). *Women's Lived Experiences of the Gender Gap. Sustainable Development Goals Series* (s. 109-120). Springer, Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-16-1174-2_10
- Šamanová, G. (2006). Hodnota dítěte v individuálním životě a pro společnost. *Naše společnost*, 4(2), 10-14. https://cvvm.soc.cas.cz/media/com_form2content/documents/c3/a1244/f28/100061s_Hodnota%20dite%20v.pdf
- Thorová, K. (2015). *Vývojová psychologie*. Praha: Portál.

- Umberson, D., Pudrovska, T. and Reczek, C. (2010). Parenthood, Childlessness, and Well-Being: A Life Course Perspective. *Journal of Marriage and Family*, 72, 612-629. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00721.x>
- Ústav pro jazyk český. Akademie věd České republiky. (n.d.). Lítost. *Internetová jazyková příručka*. Získáno 27. října 2023 z <https://prirucka.ujc.cas.cz/?slovo=l%C3%ADtost>
- Vágnerová, M. (2014). *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. Praha: Nakladatelství Karolinum.
- Vychová, Š. (2020). *Dobrovolná bezdětnost jako sociální fenomén*. [Diplomová práce, Univerzita Karlova v Praze]. Digitální depozitář Univerzity Karlovy.
- Výrost, J., & Slaměník, I. (Eds.) (2020). *Sociální psychologie*. Praha. Grada Publishing.
- Wehmeier, S. (Ed.). (1998). Oxford wordpower dictionary. Oxford University Press.
- Wellner-Pospíšil, M., Nakonečný, M., Koubská, L, & Houdek, F. (2009). Emoce: Lítost. *Sanquis*, 66, 44. <https://www.sanquis.cz/index1.php?linkID=art2220>
- Zídková, L. (2016, 19. září 2016). ‚Já to dítě neměla mít.‘ Litovat mateřství patří mezi největší současná tabu. *Lidovky.cz*. https://www.lidovky.cz/domov/ja-to-dite-nemela-mit-litovat-materstvi-patri-mezi-nejvetsi-soucasna-tabu.A160917_144113_ln_domov_ele

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1: Základní sociodemografické charakteristiky respondentek.....	52
Tabulka 2: Kategorie Mateřský mindset.....	60
Tabulka 3: Kategorie Mateřství jako role	66
Tabulka 4: Vztah s otcem dětí	73
Tabulka 5: Rozštěpení mateřství.....	85
Tabulka 6: Paradigmatický model vytvořený selektivním kódováním	86

SEZNAM DIAGRAMŮ

Diagram 1: Vztahy mezi kategoriemi a subkategoriemi	76
Diagram 2: Základní paradigmatický model	77
Diagram 3: Rozšířený paradigmatický model s vyznačením vzájemných vazeb.....	78
Diagram 4: Ústřední kategorie jako kostra příběhu.....	84
Diagram 5: Ústřední kategorie s obecnými subkategoriemi.....	84
Diagram 6: Vztahové schéma základních konceptů z prvního kódování	122

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1: Osnova interview	117
Příloha č. 2: Ukázka přepisu interview	119
Příloha č. 3: Ukázka seznamu prekonceptů	121
Příloha č. 4: Vztahové schéma pracovních konceptů	122
Příloha č. 5: Ukázka analýzy ve fázi otevřeného kódování – Tabulka 1.....	123
Příloha č. 6: Ukázka analýzy ve fázi otevřeného kódování – Tabulka 2.....	124
Příloha č. 7: Ukázka analýzy ve fázi otevřeného kódování – Tabulka 3.....	125
Příloha č. 8: Informovaný souhlas s účastí ve výzkumu.....	126

Příloha č. 1: Osnova interview

1. Ověření, že respondentka splňuje kritéria pro zařazení do výzkumu.
 - a. Pokud byste se mohla vrátit v čase a se zkušenostmi, které máte, rozhodla byste se znovu stát matkou?
 - b. Má z vašeho pohledu mateřství výhody?
 - c. Převažují z vašeho pohledu výhody nad nevýhodami?
2. Mateřství a jeho individuální formování, včetně vztahu k mateřství
 - a. Co pro vás osobně mateřství znamená?
 - b. Co vám mateřství bere?
 - c. Je mateřství pro vás smysluplné?
 - d. Cítíte se být matkou?
3. Sebevnímání a propojení sebe s mateřstvím
 - a. Kdo je (jméno)? Kdo jste?
 - b. Rozumíte sama sobě, svým pocitům?
 - c. Kdo byla (jméno) před dětmi a kdo je teď?
 - d. Zapadá vám mateřství do vaší definice sebe sama?
4. Emoční prožívání mateřství
 - a. Jaké emoce v souvislosti s mateřstvím prožíváte?
5. Prožívání lítosti a její kořeny vzniku.
 - a. Kdy jste si poprvé uvědomila, že lituje mateřství? V jaké situaci?
 - b. Měnil se pocit lítosti v čase?
 - c. Jaké další emoce s lítostí vám pojí?
6. Důvody k mateřství.
 - a. Chtěla jste děti? Pokud ne, co vás přimělo je mít?
 - b. Jak jste prožívala těhotenství?
7. Vztahy s dětmi.
 - a. Jak byste popsala vztahy s vašimi dětmi?
8. Představy o mateřství.
 - a. Jak jste si mateřství představovala?
 - b. Jaká je ve skutečnosti vaše mateřství?
9. Podpora rodiny a okolí v mateřství.
 - a. Kdo a jak vám z rodiny pomáhá s péčí o děti? Jak ještě vás rodina a nejbližší podporují?

- b. Jaké byly vztahy s partnerem před dětmi a jaké jsou teď?
- c. Máte s kým své emoce sdílet? Máte se komu svěřit?

10. Je ještě něco, na co bych se měla zeptat?

Příloha č. 2: Ukázka přepisu interview

T: Máte s tou lítostí spojené nějaké další emoce, které se na to možná nabalují?

R: Je tam obrovský smutek. To je emoce. Obrovská melancholie.

T: A z toho, že pocítujete tu lítost, nebo z té situace, nebo ze sebe?

R: Je to lítost pro mě brzdivá. Něco se stalo, už jsem si to x-krát prožila, nenechala jsem to moc doznít, ale jako co s ní dál. Bere to energii, i ten vztek, že se tím vůbec zabývám.

T: A ten vztek máte vztažený vůči čemu?

R: Já se můžu rozčilovat jenom sama na sebe. Já si nemyslím, že za to kdokoliv jiný může, že jsem se tak rozhodla. Moje nejbližší kamarádky, já mám velké štěstí na okruh skvělých lidí, a kdybych měla vypíchnout úplně tu nejbližší, tak nikdo z nich děti nemá. A oni to šťastně zvládli, dotáhnout to do toho stavu. A není to asi náhoda, oni se ti moji známí ani navzájem neznají a ty děti nemají, možná to je nějaká bublina. Já jediná jsem na to byla taková zbrklá a nevnímavá vůči realitám, ještě jsem na tom zdaleka nejproblematictější po finanční stránce.

T: Ty finance, říkala jste, že kdybyste neměla dítě, že byste na tom byla lépe.

R: Určitě, samozřejmě. A neměla bych tu odpovědnost, která strašně stresuje a limituje ty možnosti. Já nemůžu jít do nějakého rizika, i kdybych chtěla. Bez té rekonstrukce, já bych v té bytě mohla žít, pak to prodat a odstěhovat se, bez té rekonstrukce bych neměla splátky.

T: Je pro vás mateřství i přes to všechno smysluplné?

R: Není jako takové, ten vztah, co mám s dítětem, opravdu čistou lásku, někdo má problém, že to své dítě nemiluje, to já nemám, já ho miluji, jen to mám vlastně technicky oddělené, to dítě, od toho mateřství, od té role. Feministicky to je vlastně práce versus cit. Ale ten cit si já můžu budovat s kamarádkou, s partnerkou, s kýmkoliv, kdybych tu dceru neměla, tak tady prostě není. Člověk to musí brát tak, jak to je. Jsou lidi, kteří děti nemají a nikdy nemůžou vědět, jaké by to bylo s dítětem, nemůže jim samozřejmě chybět někdo, kdo tady není. Možná můžou po někom toužit, ale prostě. V tomhle to prostě smysluplné není. Není to pro mě smysluplné. Je tam jasný cíl, vychovat to dítě, dát mu nějaký základ,

to jsou ty standardní rodičovské věci, ale je to vlastně hrozně sobecké, já tím vlastně nikomu nepomůžu, ty děti mám já, je to moje dítě, až bude mít nějaké svoje vztahy, budou tam nějací lidi, na kterých jí/jemu bude záležet, ale teď jsem vlastně jenom já, je to můj projekt a nemá to zatím moc přesah jako dál. Kdyby nás tu bylo pět, tak se velmi obětuji, jak se u toho bílého nosorožce čeká, jestli bude nebo nebude mládě, ale teď když víme, kolik nás tady na světě je, tak ten smysl v tom prostě nevidím.

T: Co vztah s vaším dítětem, jak byste ho popsala?

R: To je taky hodně citlivé, já myslím, že máme spolu krásný vztah, myslím, že je to až jako léčivé, já jsem k ní/němu naprosto upřímná v těchto věcech, samozřejmě s ohledem na věk, ale myslím si, že je to hrozně pěkný, co my máme.

T: Cítíte se být matkou?

R: No, ano, ano, to jo, ale zároveň to ráda odhazuji jako kabát, když mám volno.

T: A vaše definice mámy, podle vás? Kdo je to máma?

R: Někdo, kdo miluje dítě, o které pečuje.

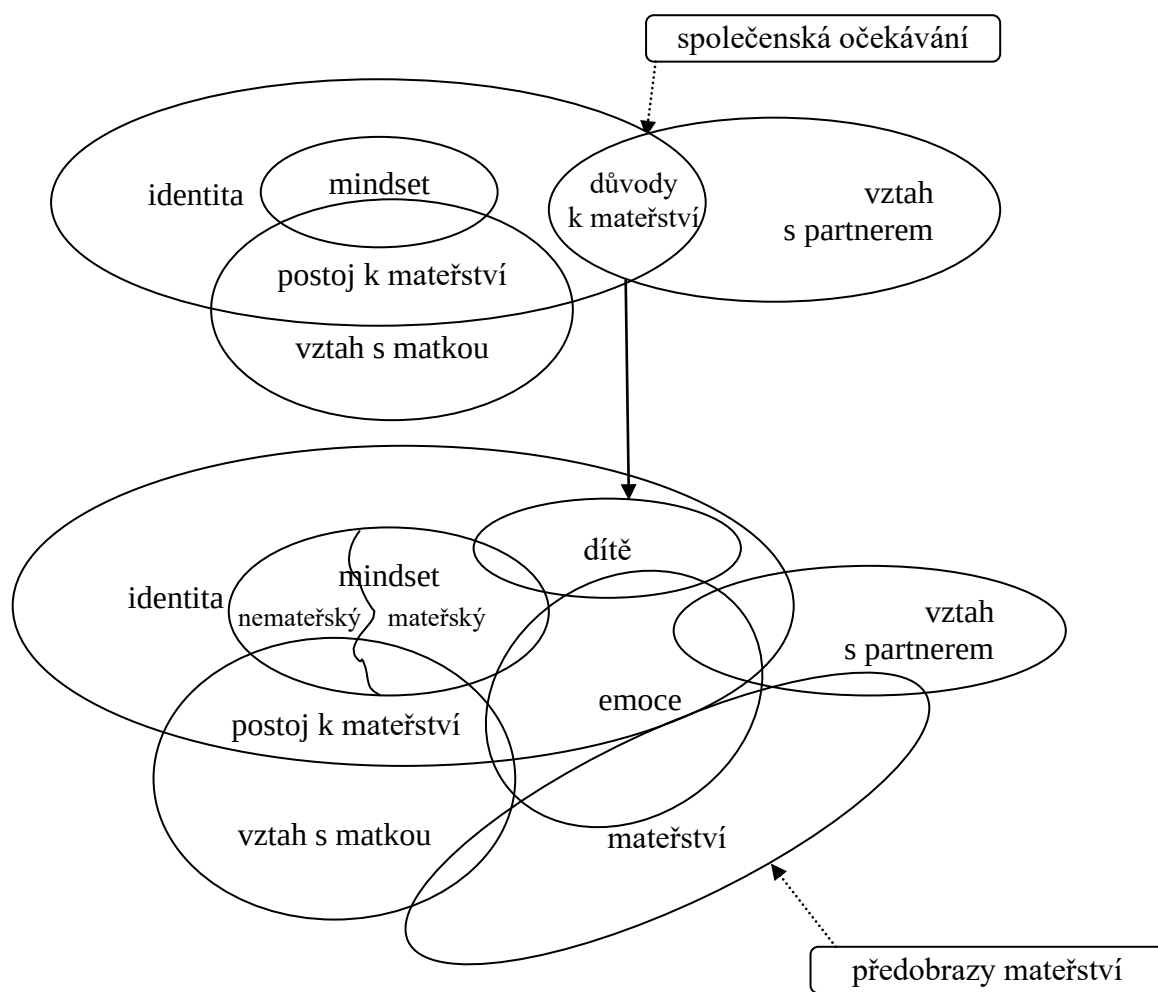
Příloha č. 3: Ukázka seznamu prekonceptů³⁰

č.	Kódy	#	Memes	Obecná kategorie
1.	Sebehodnocení	9	Amálka samu sebe označuje za nenormální. Třeba i proto, jaký vztah má ve srovnání s jinými ženami k mateřství. Chce se vymezovat vůči ostatním. Dělat všechno obráceně. Sebevnímání a mateřství do sebe zapadají, proto si ho asi neužívá?	Identita a sebevnímání
2.	Pocity viny	7	Amálka cítí vinu za to, že děti přivedla na svět. Pocity viny měla Amálka už v těhotenství. Amálka cítí pocity viny i za to, že nemá dostatečné pocity radosti, jak by to mělo být.	Emoce
3.	Mateřství očekávané vs. reálné	6	Cenzura společnosti o tom, jaké mateřství opravdu je.	Mateřské představy vs. realita
4.	Obava o budoucnost dětí	5	Amálka lituje, že má děti, protože má o ně strach, má strach, co je tady čeká. Před dětmi se bála toho, jak ji mateřství omezí.	Emoce vztažené k dětem
5.	Obava o budoucnost dětí jsou silnější pocity než omezení mateřství	5	Mateřství je Amálka omezená, ale hlavní důvodem je strach o jejich budoucnost.	Emoce vztažené k dětem
6.	Vztah s dítětem1	5		Vztah k dětem
7.	Vztah s dítětem2	5		Vztah k dětem
8.	Pocity strachu	4	Amálka má strach, že se dětem něco stane. Vzpomíná na babičku, jak i v 90 letech měla strach o dospělé děti.	Emoce
9.	Pocity zodpovědnosti	4	O dítě se musí rodič starat, tak to je.	Emoce
10.	Pocity po porodu	4	První pocit viny se objevil po porodu, že se Amálka necítila dost šťastná.	Mateřské představy vs. realita
11.	Představy o mateřství ve společnosti	4	To, jak se mateřství popisuje, vytváří na ženy tlak. Amálka dostávala od matky rady, jak se má v určitých situacích chovat.	Společenské normy o mateřství
12.	Pocity lítosti	3	Amálka říká, že to bylo i hezké, ale stejně by bylo lepší děti nemít. Nebyl to moment, kdy si to uvědomila.	Emoce
13.	Mateřství omezuje	3	Amálka se bála, že si nebude moc dělat, co chce. Amálka si myslí, že to je mýtus, že když člověk chce, tak si to může zařídit. Amálka říká, že umí celý život věci přijímat, jak jsou.	Mateřství

³⁰ Memes jsme pro zveřejnění v příloze zbavili citlivých a osobních informací.

Příloha č. 4: Vztahové schéma pracovních konceptů

Diagram 6: Vztahové schéma základních konceptů z prvního kódování



Příloha č. 5: Ukázka analýzy ve fázi otevřeného kódování – Tabulka 1

# R	Jednotka analýzy	Popis události	Kategorie	Koncepty
R1	Myslím si, že tohle má každá máma, že i když má čas pro sebe, tak pořád myslí v podvědomí na to, co ty děti dělají, že to tam v podvědomí někde je. Další věc je ta, že když si já ten čas udělám, [REDAKCE] a pořád si vyčítám, že tam s nimi pak nejsem. Takže i když si ten čas udělám, tak to pro mě není komfortní situace.	Když má matka čas pro sebe, aby načerpala síly, stále na děti myslí, zaobírá se tím, co dělají, zda jsou v pořádku. To ji vede k výčtkám svědomí. I ve chvílích odpočinku je zatížena myšlenkami na děti a vedeji to k úvahám, zda je dobrá matka.	mateřský mindset	- přijetí dětí jako součást sebe - sebehodnocení
R3	Jsou situace, které mě těší, děti jsou neskutečný a úžasný, na druhou stranu, jsem přišla sama o sebe, hlavně sama o sebe, o svůj život, o všechno. Upřímně jsem byla bezdětná o dost spokojenější, než jsem teď.	Srovnání života před dětmi a s dětmi vedou k závěru, že bezdětný život byl spokojenější. Mateřství vedlo ke ztrátě sebe sama. Děti jsou hodnoceny pozitivně.	nemateřský mindset	- ztráta sebe sama - spokojenost s bezdětností
R2	Tak samozřejmě se i vztah s manželem změnil po tom, co máme [REDAKCE]. Řekla bych, že spíše k horšímu, nemáme na sebe čas.	S narozením dítěte se partnerský vztah proměnil k horšímu.	vztahy	- proměna vztahu s otcem dítěte po narození dítěte
R7	Pak jsem si říkala, dočasně, teď, se budu věnovat dětem, a to pořád jako nekončí, tak já už bych chtěla, aby rozhodovaly ony samy a abych si já mohla rozhodovat už jen sama o sobě. Určitě, rozhodovat si sama o sobě, věnovat svůj čas jenom sobě. A věcem, kterým chci, prostě abych ho už nemusela věnovat dětem.	R si přeje věnovat se zase sobě. Chtěla by, aby se děti už rozhodovaly samy za sebe.	hypotetický mindset	- mít zpátky svůj život - rozhodovat za sebe - věnovat se sobě
R4	Velká škola trpělivosti (smích). Dřív mi vadil dětský řev, venku, i vlastně na tom začátku v tom mateřství. Můj otec má taky vyšší citlivost na některé zvuky, úplně z toho šílí a dětský řev mezi to patří, a tím, že moje rodiče na to reagovali vždycky hodně negativně, tak jsem na to asi byla i do nějaké míry naučená, že ty děti jsou vlastně něco, co až tak jako úplně nechceš. Ale asi se to změnilo docela, ten skutečný prožitek změnil nějaké moje očekávání naprogramované z té mé skutečné rodiny.	Mateřství R učí trpělivosti. Zmiňuje reakce jejich rodičů na dětský křik, což spoluformovalo postoj k mateřství. Prožitek vztahu s dítětem vnímá pozitivně.	mateřství	- díky dítěti se učí trpělivosti - přehodnocení postoje k mateřství díky dítěti
R5	Je to lítost pro mě brzdívá. Něco se stalo, už jsem si to x-krát prožila, nenechala jsem to moc doznít, ale jako co s ní dál. Bere to energii, i ten vztek, že se tím vůbec zabývám. Já se můžu rozčilovat jenom sama na sebe. Já si nemyslím, že za to kdokoliv jiný může, že jsem se tak rozhodla.	R hovoří o propojení lítosti a vzteku. Zlobí se na sebe, do jaké situace sebe přivedla.	emoce – mateřství	- lítost (vztek)

Příloha č. 6: Ukázka analýzy ve fázi otevřeného kódování – Tabulka 2

Popis události	Kontext	Kategorie	Koncepty	Vlastnosti	Dimenze
R si uvědomuje, že mateřský vzor má od své matky. Je k ní kritická, její matka měla přednější zájmy než vlastní děti, ve výchově používala fyzické násilí. Na druhou stranu má pro ni zpětně i pochopení, [REDAKCE]. Zmiňuje náhradní rodičovské vzory babičku a tetu.		mateřský mindset	- sebehodnocení - vzor matky - jiná vztahová osoba (babička a teta)	- srovnání se se vzorem matky - srovnání se se vzorem jiné vztahové osoby	pozitivní – neutrální – negativní ztotožnění se – vymezení se
R si uvědomuje, že má vzory mateřství od svých rodičů a jejich způsobů výchovy. Snaží se s tímto poznáním pracovat, hledá si literaturu, pokoušela se o terapii. Má potřebu si minulost zpracovat, vymezit se proti výchově svých rodičů jako k cestě být lepší rodič. Od rodičů naučené návyky pořádku nejdou dohromady s přirozeným chováním dítětem, nepořádek ji znervózňuje.	Chování dítěte v ní vyvolává reakce naučené od rodičů, s kterými ale nesouzní. Vede jí to k terapii.	mateřský mindset/ mateřství	- vzor matky i otce - přijetí mateřství (brání vzory dané rodiči, které ovlivňují chování) - mateřství je sebeterapeutické	- srovnání se se vzorem rodičů - pozitivně hodnocené	ztotožnění se – vymezení se ano – nelze říct – ne ano – nelze říct – ne
R popisuje, jaký měla život před dětmi a hodnotí ho pozitivně.		nemateřský mindset	- prostor pro sebe	- pozitivně hodnocené	ano – nelze říct – ne
R se obecně zlobí na muže, že jejich život se založením rodiny nekončí. Jedou si dál svůj život a nejsou ochotni se doma více zapojit do péče.	Jaké další emoce jsou propojené s lítostí.	emoce – mateřství	- vztek (na muže)		hodně – středně – málo
R cítí v souvislosti s mateřstvím vinu a tu má propojenou s lítostí. Mateřství je pro ni vina. Cítí vinu za obtíže svých dětí, za své pocity, že nejsou dostatečně šťastné. Po narození dítěte místo podpory si od matky vyslechla výčitky. Matka mateřství dcery hodně ovlivňuje?	Obtíže, kterým děti čelí. Srovnání s deklarovanými pocity jiných žen.	emoce – mateřství	- vina - lítost		hodně – středně – málo hodně – středně – málo

Příloha č. 7: Ukázka analýzy ve fázi otevřeného kódování – Tabulka 3

Popis	Kontext	Kategorie	Subkategorie	Vlastnosti	Dimenze
Po narození dítěte vždy dochází ke změně dynamiky vztahu. Rozdělení péče bývá někdy domluveno již před narozením dítěte nebo se vyvíjelo až dle situace po narození dítěte. Zapojení otce dítěte a jeho podpora ve smyslu zapojení do péče i ve smyslu psychické opory se jeví jako podpůrný faktor toho, jak žena vnímá mateřství a jak se s mateřstvím sžívá a predikuje další vývoj partnerského vztahu.	Otec svým chováním podporuje potřeby (ex)partnerky, dokáže na ně reagovat. Otec reaguje na potřeby dětí.	vztah s otcem dětí	- vztah s partnerem po narození dítěte		zhoršení – beze změny – zlepšení
			- hodnocení otce dětí jako opory	- dodržení dohody o péči - otec se do péče zapojuje	dobré – neutrální – špatné ano – ne
			- hodnocení (ex)partnera jako otce		dobré – neutrální – špatné
Láska k dětem je nezpochybnitelná, vyjadřována pocity lásky, pochopení, obdivu, hrdosti, osobnosti dětí jsou vnímány v superlativech. Čistě pozitivní vztah k dětem je srovnáván s emocemi (převážně negativními) pociťovanými ve vztahu k mateřství, což může vést k nepochopení sebe sama a k obavám, zda matka své negativní emoce vztažené k mateřství dobře před dětmi maskuje. Vzájemný vztah matka vnímá jako partnerský, empatický. Snaží se budovat vzájemnou důvěru a pochopení. Pozitivní vztahy s dětmi v kombinaci s nedostatkem prostoru pro své zájmy vedou k (plánovanému) zapojování dětí do oblíbených činností, což má potenciál vzájemný vztah posilovat. Matka má tendenci s dětmi obecně hovořit více otevřeně.	Kritické vymezení se vůči vztahu vlastní matky ke své dceři (vzor matky). Nepochopení a zmatenost z rozporuplných emocí vede k hledání jakýkoliv způsobů, jak pocity zmírnit.	vztah s dětmi	- nepodmíněná láska k dítěti	- neopakovatelná - překračující sebe sama - přináší uspokojení a radost - vyjadřována skrze pozitivní charakteristiky dětí - sebe terapeutická	ano – ne
			- vzájemný vztah mezi matkou a dětmi	- partnerství - důvěra - pochopení - promítání svých pozitivních osobnostních rysů do dětí	pozitivní – ambivalentní – negativní
			- trávení volného času s dětmi nezatíženého péčí		vnímáno pozitivně – ambivalentně – negativně
			- tendence zapojovat děti do svých oblíbených činností		ano – ne
			- obavy, zda děti cítí emoce vůči mateřství		ano – ne
Matky cítí k dětem jen pozitivní emoce, jedinou negativní emoci je strach o zdraví a život dětí. O emocích vztažených k dětem hovoří bez zaváhání, jsou si naprosto jisté a těmto pocitům rozumí.	Vztahování se k dětem. Kontrast s emocemi vztaženými k mateřství.	emoce vztažené k dětem	- pozitivní emoce	- láska - štěstí - spokojenost - sranda - vděk za zdravé dítě	hodně – středně – málo
			- negativní emoce	- strach	hodně – středně – málo

Příloha č. 8: Informovaný souhlas s účastí ve výzkumu

Jmenuji se Zuzana Feixová Urbancová a studuji psychologii na Univerzitě Palackého v Olomouci. Pod vedením PhDr. Marka Kolaříka, Ph.D. se věnuji zpracování bakalářské práce na téma Litování mateřství. V rámci této práce s Vámi bude veden rozhovor věnující se Vaší zkušenosti s mateřstvím a pocitu lítosti, který v souvislosti s mateřstvím prožíváte. Cílem této práce je pochopit prožívání lítosti z mateřství z perspektivy matky a identifikovat základní kořeny lítosti.

Je mou povinností Vás upozornit, že rozhovor ve Vás může vyvolat negativní vzpomínky a emoce. Informovaným souhlasem a dobrovolnou účastí na tomto rozhovoru dáváte najevo, že jste si vědoma možných důsledků a že pro vás nejsou překážkou Vaší účasti. Předpokládaná délka rozhovoru je přibližně jedna hodina, ale může se lišit dle individuálních potřeb a situace. Z rozhovoru bude vytvořen zvukový záznam, aby nedošlo ke ztrátě informací potřebných pro zpracování. Vaše jméno a kontaktní údaje, ani samotný zvukový záznam nebudou nikde uveřejněny. Rozhovor bude zpracován anonymně. V samotném textu mohou být pro ilustraci použity krátké citace, nebude však nikdy použit kompletní přepis rozhovoru.

V případě jakýchkoliv následných informací se na mě prosím neváhejte obrátit na e-mailové adrese zuzana.feixovaurbancova01@upol.cz nebo na telefonním čísle [REDACTED].

Prohlášení a souhlas účastníka a jejich zapojením do výzkumu:

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním potvrzují, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném výzkumu a že jsem měla možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostala jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. Byla jsem poučena o právu odmítnout účast ve výzkumu, nebo svůj souhlas kdykoliv odvolat bez jakýchkoliv důsledků pro mou osobu.

Jméno a příjmení účastnice:

Datum narození:

Podpis:

V dne

Abstrakt bakalářské práce

Název práce: Litování mateřství

Autorka práce: Ing. Zuzana Feixová Urbancová

Vedoucí práce: PhDr. Marek Kolařík, Ph.D.

Počet stran a znaků: 126 stran včetně příloh, 235 463 znaků včetně mezer

Počet příloh: 8

Počet titulů použité literatury: 87

Abstrakt:

Tématem předkládané práce je litování mateřství. Práci rozdělujeme na dvě části. První část obsahuje teoretické ukotvení tématu. Dělíme ji na pět kapitol, a to proč ženy chtějí děti, dobrovolnou bezdětnost, jak žena přijímá mateřství a mateřské emoce a shrnujeme základní poznatky o mateřské lítosti včetně základních charakteristik emoce. Ve výzkumné části vymezujeme metodologii výzkumu a popisujeme naše zjištění. Zvolený přístup je kvalitativní. Jako typ výzkumu volíme metodu zakotvené teorie a data získáme prostřednictvím polostrukturovaných interview. Ze čtyř strategií výběru výzkumného souboru samovýběr, prostý záměrný výběr, příležitostný výběr a metoda výběru sněhovou koulí využíváme jen první dvě. Výzkumný soubor čítá sedm respondentek s dětmi ve věku 6 měsíců až 24 let. Cílem práce je zjistit, (1) jak prožívají mateřství ženy, které litují mateřství a (2) definovat důvody lítosti. Na základě našich zjištění můžeme učinit závěr, že ženy pociťující mateřskou lítost nelitují existence svých dětí, litují mateřství jako role. Prožívají mateřství jako rozštěpené na dvě složky. Na složku citovou/ vztahovou, která je plně přijata a hodnocena pozitivně. A dále na složku nevztahovou, reprezentovanou rolí, která je přijata částečně či vůbec a je hodnocena jako psychicky i fyzicky zatěžující. Lítost je příčinou i důsledkem rozštěpení mateřství. Hodnocení nevztahové složky významně ovlivňuje zapojení otce do péče o děti. Důležitou roli má neustále probíhající sebereflexe matky. Ta je ovlivňována mimo jiné rodičovskými vzory.

Klíčová slova: mateřství, lítost, mateřská ambivalence

Bachelor's Thesis Abstract

Title: Regretting Motherhood

Author: Ing. Zuzana Feixová Urbancová

Supervisor: PhDr. Marek Kolařík, Ph.D.

No. of pages and characters: 126 pages appendices included, 235 463 characters

No. of appendices: 8

No. of references: 87

Abstract:

The central topic of our research is regretting motherhood. The theoretical background has five chapters. The first two chapters deal with the question of why women want children and childlessness. The following chapter discusses how women accept motherhood, and which maternal emotions are the natural and common ones. The last two chapters summarize the findings about maternal regret and the basic characteristics of emotion. In the research part, we describe the methods and interpret our results. We choose the qualitative approach, and our selected method is grounded theory. We conducted seven semi-structured interviews with respondents with children aged from 6 months to 24 years. We set up four methods of non-probability sampling and used only two of them, i.e., self-selected sampling, simple sampling. The aim of the research is to (1) describe the individual experience of women regretting motherhood and (2) find out the reasons for the regret. Based on our findings, we can conclude that women experiencing maternal regret do not regret the existence of their children; they regret motherhood as a role. They experience a split in motherhood into two components. The component representing a positive emotional bond with their children is fully integrated into the maternal mindset. The second one, representing the maternal role, is partially or completely rejected. Regret is both a cause and an effect of the split in motherhood. The partners' involvement in parenting significantly influences the mothers' experience of their role. Self-reflection and relationships influence the maternal mindset.

Key words: motherhood, regret, maternal ambivalence