

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav pedagogiky a sociálních věcí

Diplomová práce

Bc. Lenka Chmelařová

Dobrovolnický program Asistent do rodin s dvojčaty a vícčaty z pohledu
rodičů

Olomouc 2016

vedoucí práce: PhDr. Vladimíra Kocourková, Ph.D.

Čestné prohlášení:

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně pod odborným vedením PhDr. Vladimíry Kocourkové, Ph.D., a použila jsem pouze prameny a literaturu uvedené v závěru práce.

V Olomouci dne

.....

Bc. Lenka Chmelařová

Poděkování:

Tímto bych ráda poděkovala vedoucí diplomové práce PhDr. Vladimíře Kocourkové, Ph.D. za rady, připomínky, vstřícnost a podnětné vedení při zpracování mé diplomové práce.

Současně bych chtěla poděkovat také Mgr. Zuzaně Starošíkové, ředitelce Centra pro rodiny s dvojčaty, za milou spolupráci a pomoc při kontaktování rodin zapojených do asistenčního programu. Poděkování patří také rodinám za ochotu poskytnout rozhovory a jejich celkovou vstřícnost.

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Lenka Chmelařová
Katedra:	Ústav pedagogiky a sociálních věcí
Vedoucí práce:	PhDr. Vladimíra Kocourková, Ph.D.
Rok obhajoby:	2016

Název práce:	Dobrovolnický program Asistent do rodin s dvojčaty a vícčaty z pohledu rodičů
Název v angličtině:	Voluntary program Assistant to families with twins and multiples from the point of view of parents
Anotace práce:	Tato diplomová práce je zaměřena na rodiny s dvojčaty a vícčaty a na dobrovolnický program Asistent do rodin s dvojčaty a vícčaty. Tato práce je rozdělena do dvou částí. V první – teoretické – budou objasněny teoretické poznatky o rodině s vícčaty, programu Asistent do rodiny a dobrovolnictví. Druhá část – empirická – navazuje na část teoretickou. Cílem empirické části je prozkoumat vnímání programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícčaty samotnými rodiči, kteří jsou do něj zapojeni. K zjištění tohoto vnímání využiji kvalitativní výzkum, za použití polostrukturovaného rozhovoru.
Klíčová slova:	Asistent do rodiny, dobrovolnictví, vícčata, dvojčata, trojčata, čtyřčata, paterčata, dobrovolnický program, sociální služba, rodina
Anotace v angličtině:	This diploma theses is focused on families with twins and multiples and on voluntary program Assistant to families with twins and multiples. This thesis is divided into two parts. In the first one - theoretical - theoretical findings about family with multiples, program Assistant to families and volunteering will be clarified. The second part - empirical - follows theoretical part. The aim of empirical part is to examine the perception of program Assistant to families with twins and multiples by parents themselves who are engaged in this program.

	I use qualitative research to find out this perception with usage of semistructured interview.
Klíčová slova v angličtině:	assistant to family, volunteering, multiples, twins, triplets, quadruplets, quintuplets, voluntary program, social services, family
Přílohy vázané v práci:	Přepsaný rozhovor č. 1 a ukázka procesu kódování Přepsaný rozhovor č. 2 a ukázka procesu kódování
Rozsah práce:	100
Jazyk práce:	český

OBSAH

ÚVOD.....	8
TEORETICKÁ ČÁST.....	11
1 VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ.....	11
1.1 Vícečetná těhotenství.....	11
1.1.1 Výskyt vícečetných těhotenství.....	12
1.2. Vícěrčata.....	13
1.3 Vícečetný porod.....	16
2 RODIČOVSTVÍ S DVOJČATY.....	18
2.1 Definice a funkce rodiny.....	18
2.2 Adaptace rodiny s dvojčaty na novou životní situaci.....	20
2.3 Specifika rodiny s dvojčaty - péče a výchova dvojčat.....	21
2.4 Situace rodin s dvojčaty a vícěrčaty.....	25
2.4.1 Finanční situace rodiny.....	26
2.4.2 Sociální situace.....	28
2.5 Služby poskytované rodinám s dvojčaty a vícěrčaty.....	30
3 DOBROVOLNICTVÍ A DOBROVOLNICKÝ PROGRAM ASISTENT DO RODINY S DVOJČATY A VÍCERČATY.....	33
3.1 Vysvětlení pojmů souvisejících s dobrovolnictvím.....	33
3.1.1 Definice dobrovolnictví.....	33
3.1.2 Kdo je to dobrovolník a jaká je jeho motivace pro tuto činnost.....	34
3.1.3 Motivace pro dobrovolnickou činnost.....	35
3.1.4 Práce s dobrovolníky.....	36

3.2 Dobrovolnický program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícčaty.....	40
3.2.1 Pilotní program Asistent do rodiny v Plzni.....	40
3.2.2 Hnutí Big Brothes Big Sisters.....	40
3.2.3 Vznik programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícčaty v Olomouci.....	42
3.2.4 Charakteristika organizace a programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícčaty v Olomouci.....	43
EMPIRICKÁ ČÁST.....	45
4 METODOLOGIE.....	45
4.1 Cíl empirické části	45
4.2 Výběr výzkumného vzorku a organizace získávání dat.....	46
4.3 Metody výzkumu.....	47
4.4 Etická stránka výzkumu.....	51
5 ANALÝZA ZÍSKANÝCH DAT.....	52
6 SHRUTÍ A DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	66
7 DISKUZE.....	73
ZÁVĚR.....	77
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	79
SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK.....	86
SEZNAM PŘÍLOH.....	87
PŘÍLOHY.....	88

ÚVOD

Když jsem nastoupila na navazující magisterské studium začala jsem uvažovat o možnosti stát se dobrovolníkem. Věděla jsem, že mojí cílovou skupinou budou děti. Shodou okolností jsem spatřila na nástěnce na Pedagogické fakultě plakát, který měl ve svém záhlaví motto, které upoutalo moji pozornost: „*Pomáháme změnit dvojnásobnou starost na dvojnásobnou radost.*“ Ihned jsem si zjistila webové stránky tohoto programu a vyhledala jsem si o něm více informací. Celý koncept programu se mi velmi zalíbil a já se téměř okamžitě, po přečtení nabídky a požadavků na dobrovolníka, rozhodla, že bych se chtěla stát asistentem v rodině s dvojčaty.

To, že jsem se zapojila do tohoto programu mě přivedlo k myšlence, že bych mohla svoji diplomovou práci zaměřit na téma vícečetných rodin, konkrétně na program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícerčaty. I když působím jako asistent v rodině, s danou problematikou jsem v přímém kontaktu, vidím jak je program nastavený a jakým způsobem funguje, zajímal mě pohled a názor na tento program z druhé strany – ze strany rodičů. Z tohoto důvodu jsem si za cíl diplomové práce zvolila: *zjištění, jak program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícerčaty funguje v praxi, jak jej rodiče dvojčat vnímají a v čem spatřují jeho výhody a nedostatky.*

Diplomová práce je rozdělena na teoretickou a empirickou část. V teoretické části se práce zaměřuje na poznatky, které s tématem práce úzce souvisejí. První kapitola slouží k uvedení do problematiky a vysvětluje základní pojmy – vícečetné těhotenství, vícečetný porod a rizika s ním spojená a v neposledí řadě charakterizuje, co jsou to dvojčata, trojčata, čtyřčata a paterčata. Druhá kapitola se již zabývá rodičovstvím s vícerčaty. Je rozdělena na podkapitoly, které vždy charakterizují určitou oblast života rodiny s vícerčaty. První podkapitola je zaměřena na adaptaci rodiny s dvojčaty na novou životní situaci. Druhá podkapitola objasňuje jaká jsou specifika rodin s vícerčaty v jejich péči a výchově. Třetí podkapitola se zajímá o situaci rodin s dvojčaty a vícerčaty ve finanční a sociální oblasti. Závěrná podkapitola je věnována službám, které poskytují pomoc a podporu rodinám s vícerčaty. Ve třetí kapitole této práce je pozornost zaměřena na dobrovolnictví a základní

pojmy s ním spojené, na samotného dobrovolníka a jeho motivaci pro tuto činnost a na představení a charakterizování programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty.

Pro teoretickou část diplomové práce byly stanoveny dva hlavní cíle, které jsou rozděleny do cílů dílčích:

1. Vymežit pojmy týkající se rodiny s vícěrčaty.

- Charakterizovat pojmy rodina, vícěrčata, vícečetné těhotenství, vícečetný porod.
- Popsat specifika rodin s vícěrčaty v oblasti péči a výchovy vícěrčat, adaptaci rodin na novou životní situaci, kterou příchod vícěrčat znamená.
- Vysvětlit specifickou situaci rodin s vícěrčaty v sociální a finanční oblasti.

2. Charakterizovat program Asistent do rodin s dvojčaty a vícěrčaty.

- Charakterizovat cíle a poslání dobrovolnického programu Asistent do rodin s dvojčaty a vícěrčaty.
- Prezentovat další organizace jejichž cílovou skupinou jsou rodiny s vícěrčaty.

Na teoretickou část diplomové práce navazuje část empirická. V první části této kapitoly je stanovený výkumný cíl práce a je představena hlavní výzkumná otázka a na ni navazující dílčí otázky. Je zde vysvětleno proč jsem zvolila pro výzkum kvalitativní metodu, konkrétně polostrukturovaný rozhovor a jsou zde objasněny metody sběru a zpracování dat a průběh celého výzkumu. Druhá část této kapitoly je zaměřena na analýzu získaných dat a na vysvětlení odpovědi na **hlavní výzkumný problém: Vnímání programu Asistent do rodin s dvojčaty a vícěrčaty samotnými rodiči, kteří jsou do něj zapojeni.** Hlavní výzkumná otázka tedy zní: *Jak vnímají program Asistent do rodin s dvojčaty a vícěrčaty rodiče, kteří jsou do něj zapojeni?* Dílčí otázky výzkumu jsou: *Jak se promítlo zapojení se do programu Asistent do rodin v plánování a organizování času rodiny? Co přineslo zapojení se do programu Asistent do rodin matce dvojčat? Jak se promítlo zapojení se do programu Asistent do rodiny v partnerském vztahu? Co vnímají rodiče, že přinesl program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty samotným dvojčatům? Vnímají rodiče nějaké nedostatky programu Asistent do rodiny*

s dvojčaty a vícерčaty? Jak by se mohl podle rodičů program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícерčaty vyvíjet a rozšířit?

Pro empirickou část práce byl stanoven hlavní cíl: zjistit, jak rodiče vnímají program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícерčaty.

V této práci je nejčastěji používán pojem dvojčata, a to z toho důvodu, že dvojčat se rodí daleko více a jsou přirozenějším jevem ve společnosti než výskyt ostatních vícерčat. Většina informací se ale dá aplikovat i na výchovu, péči nebo život s více dětmi, které se narodily ve stejnou dobu jedné matce.

TEORETICKÁ ČÁST

1 VYMEZENÍ ZÁKLADNÍCH POJMŮ

V první kapitole diplomové práce budou uvedeny a objasněny základní pojmy, které souvisejí s tématem. Tato část práce je zde zařazena z důvodu lepšího a hlubšího pochopení, jak je náročné již očekávání příchodu dvojčat na svět a že u vícečetných těhotenství je vyšší výskyt různých rizik, se kterými se musí budoucí rodiče naučit žít a počítat. Kapitola se bude věnovat vícečetnému těhotenství, vícečetnému porodu, definování vícčrat.

1.1 Vícečetná těhotenství

„Vícečetné těhotenství znamená vývoj více než jednoho plodu. Obvykle za vícečetné těhotenství považujeme situaci, kdy se v děloze vyvíjí a posléze narodí více plodů.“ (Velebil in Hájek a kol., 2004, s. 327)

Vícečetné těhotenství znamená, že bylo oplozeno více vajíček najednou nebo došlo k časnému rozdělení zárodku na více částí, z kterých se vyvinulo více jednotlivých plodů. Počet vícečetných těhotenství v poslední době přibývá. Tento jev souvisí s hormonální léčbou nepravidelného cyklu, s umělým oplodněním a s věkem matky. Velký význam hraje také dědičnost. (Vítková Rulíková, 2009)

Vícečetná těhotenství jsou považována za velmi rizikové, protože matčin organismus je zatěžován vícenásobně (podle počtu plodů). Nejvíce se toto zatěžování týká dělohy, srdce, celého oběhového systému, jater, ledvin a cév dolních končetin. (Rulíková, 2008) Z tohoto důvodu dochází ke zvýšené lékařské péči o matku a děti. J. - C. Pons a R. Frydman (1994) rozdělují rizika dvojčetného těhotenství na specifická a nespecifická. Do první kategorie je zařazen transfúzní syndrom, malformace jednoho z dvojčat v průběhu těhotenství a siamská dvojčata. V druhé kategorii se nachází rizika předčasného

porodu, opoždění nitroděložního vývoje plodů a arteriální hypertenze.

Největším a nejčastějším rizikem u vícečetných těhotenství je **předčasný porod**. Jedná se o ukončení těhotenství před dokončeným 37. týdnem gravidity. U vícečetných těhotenství hrozí toto riziko u 30 – 50% případů a vede k častější hospitalizaci v průběhu těhotenství a k potřebě tokolytické léčby (utlumení děložních kontrakcí při porodu). (Velebil in Hájek a kol., 2004) U předčasných porodů hrozí dětem dýchací a neurologické komplikace. Následkem takového porodu je nízká porodní hmotnost (nižší než 2500 g). Průměrná hmotnost u dvojčat se uvádí 2,4kg. (Rulíková, 2008) S nízkou porodní váhou dětí souvisí také zvýšené riziko novorozeneckých úmrtí a vyšší pravděpodobnost poškození dvojčat při porodu. (Pařízek, 2009)

Další velmi častá komplikace je riziko **opoždění nitroděložního růstu** dětí, které nastává v posledním, třetím trimestru a může zasáhnout jedno nebo obě děti. Příčiny tohoto opoždění nejsou zatím zcela známy. Často jde o omezení příjmu živin z těla matky, jehož důvodem je porucha funkce placenty. (Pařízek, 2009)

Transfuzní syndrom se objevuje u dvojčat, které mají jednu společnou placentu. V důsledku toho dochází k nestejnomyšernému příjmu živin, který způsobuje, že jedno z dvojčat zásobuje krví druhé a tímto se samo stává chudokrevným a podvyživeným. (Rulíková, 2008)

1.1.1 Výskyt vícečetných těhotenství

Výskyt dvojčat se od devadesátých let, kdy na přibližně 100 porodů připadla jedna dvojčata, zdvojnásobil. Nejvíce dvojčat se narodilo kolem roku 2010, od této doby se porodnost dvojčat snižuje. (Vybrané demografické údaje v České republice 1989-2013. In: Český statistický úřad [online]. [cit.16.5.2016]. Dostupné z: https://www.czso.cz/documents/10180/20541931/3201814_0101.pdf/69279796-27ca-4da8-9022-0be0b8b48f85?version=1.0)

Tabulka č. 1. Vývoj porodnosti v České republice od roku 1990 do roku 2013
(pouze vybrané roky)

	1990	1995	2000	2005	2010	2013
Počet porodů celkem	129 908	95 344	89 754	100 548	114 976	105 310
Jedno dítě	125 739	94 313	88 363	98 607	112 518	103 518
Dvojčata	1 152	1 010	1 368	1 926	2 446	1 779
Trojčata	17	20	22	13	12	12
Čtyřčata	-	1	1	-	-	-
Paterčata	-	-	-	-	-	1
Počet porodů jednoho dítěte na jeden porod víceročet	110,1	91,5	63,5	50,9	45,8	57,8

Pravděpodobnost vzniku vícečetného těhotenství je možno vypočítat pomocí historického Hellinsova pravidla, které udává výskyt jednoho dvojčetného těhotenství na 80-90 porodů, jeden porod trojčat na 80² porodů a jeden porod čtyřčat se vyskytuje zhruba na 80³. (Lomíčková, 2003)

Vliv na narození dvojčat má podle Rulíkové (2008) několik faktorů. Prvním faktorem je věk matky - čím vyšší je věk, tím se zvyšuje i pravděpodobnost početí dvojčat. Větší šance porodit dvojčata je u ženy, pokud její matka nebo babička jsou samy z dvojvaječných dvojčat nebo tato žena jedny dvojčata již porodila.

Dalším faktorem je léčba poruch plodnosti. Do této kategorie se řadí indukce ovulace a IVF. U dvojvaječných dvojčat často záleží i na zeměpisné poloze a rase. (Cooperová, Hymasová, 2013)

1.2. Víceročata

Dvojčata jsou dvě děti (sourozenci), které se narodily jedné matce v průběhu jednoho porodu. (Twin In :Cambridge Dictionaries.com [online]. [cit. 4. 5. 2016]. Dostupné z: <http://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/twin>

Dělí se na monozygotická a dyzygotická a to na základě způsobu jakým dojde k oplodnění vajíčka a jaký je další vývoj dětí. Pařízek (2009, s. 204 – 206) vysvětluje vznik dvojčat takto:

Monozygotická neboli jednovaječná **dvojčata** vznikají oplodněním jednoho zralého vajíčka jednou spermií. Zárodečná buňka se poté rozdělí na dvě a tímto způsobem vzniknou dvojčata, které mají vždy stejné pohlaví i genetický základ.

Dyzygotická neboli dvojevaječná **dvojčata** vznikají oplodněním dvou vajíček dvěma spermiemi. K dozrání vajíček mohlo dojít v jednom nebo v obou vaječnicích. Dyzygotická dvojčata mohou být stejného nebo opačného pohlaví a rodí se s odlišnou genetickou výbavou.

Jednovaječná (monozygotická) dvojčata se vyskytují v 25% z celkového počtu dvojčat. Dvojevaječná (dyzygotická) dvojčata tvoří 75% z celkového počtu dvojčat. (Vítková Rulíková, 2009)

Existují také vzácnější typy dvojčat, které se vyskytují spíše ojediněle. Vítková Rulíková (2009) ve své knize píše o těchto méně častých typech dvojčat:

- ⌚ **Siamská dvojčata** – jedná se o jednovaječná dvojčata, která vznikla neúplným rozdělením jednoho oplodněného vajíčka. Dvojčata jsou spojena některou částí těla, nejčastěji se jedná o hrudník a mohou mít společnou tkáň, orgány nebo končetiny. Nejčastěji se jako siamská dvojčata rodí dívky.
- ⌚ **Parazitická dvojčata** – jsou to siamská dvojčata, ale jedno z dětí je hůře vyvinuté a je závislé na větším dvojčeti. Může na něm také parazitovat.
- ⌚ **Dvojčata s různými otci** – pokud má žena sexuální styk s různými partnery, může dojít k oplodnění zralých vajíček ze dvou různých sexuálních spojení. Dvojčata tak mohou mít různé otce.
- ⌚ **Poloidentická dvojčata** – v tomto případě se zralé vajíčko rozdělí a každá jeho část je oplodněna jinou spermií. Jedná se o velmi podobná dvojčata, ale nemají stejnou DNA.
- ⌚ **Jednovaječná dvojčata** (chlapec a dívka) – jedná se o případ genetické mutace

u dvojčat mužského pohlaví, ve kterém dojde ke ztrátě chromozomu Y u jednoho z dvojčat a narodí se dívka. Ta je postižena Tumerovým syndromem, který je spojen s neplodností, nižším vzrůstem a zakrněním pohlavních orgánů.

- ⌚ **Zrcadlová dvojčata** – tento případ se vyskytuje pouze u jednovaječných dvojčat. Pokud se vajíčko rozdělilo více než týden po oplodnění může se stát, že se u dvojčat vyvinou převrácené nesouměrné rysy. Dvojčata mohou být například pravák – levák nebo mohou mít znaménko na opačné straně těla atd.
- ⌚ **Dvojčata s různými daty narození** – ojedinělé případy, kdy se jedno z dvojčat narodí před půlnocí a druhé po půlnoci, na konci měsíce nebo na Silvestra. Dvojčata tak mohou slavit narozeniny v jiný den, měsíc nebo i rok.

Trojčata jsou tři jedinci, kteří se vyvíjejí v matčině děloze během jednoho těhotenství. Porodit trojčata je poměrně vzácná záležitost, kdy jeden porod trojčat se objevuje přibližně na 7 000 – 8 000 porodů. Mezi hlavní příčiny vícečetných těhotenství patří metody asistované reprodukce, hormonální léčba a vyšší věk rodiček. (Trojčata. In: modrykonik.cz [online]. [cit. 15.5.2016]. Dostupné z: <http://www.modrykonik.cz/trojcata/>

Pokud dojde ke vzniku trojčetného těhotenství je matce navrhována tzv. redukce, tedy snížení počtu živých plodů na dva. Tento zákrok je prováděn při ultrazvukovém vyšetření vpichem skrz břišní stěnu matky do srdce plodu, který se vyskytuje nejbližší jehle. Učinit takové rozhodnutí je pro rodiče velmi stresující a obtížné. Pokud se rodiče rozhodnou pro ponechání trojčat je matka velkou část těhotenství hospitalizována v porodnici a rodí císařským řezem. Těmito opatřeními se snaží lékaři co nejvíce předejít zdravotním rizikům, které hrozí matce i jejím dětem. (Vítková Rulíková, 2009) Existují tři typy trojčat:

- ⌚ **Jednovaječná trojčata** – vajíčko ženy je oplodněno jedinou spermií a krátce potom se rýhuje a rozdělí tak, že místo jednoho plodu vzniknou plody tři. Tato trojčata jsou vždy stejného pohlaví, mají shodnou genetickou výbavu a jsou si velmi podobná.

- ⌚ **Dvojvaječná trojčata** – vznikají oplodněním dvou vajíček dvěma spermii. Jedno z vajíček se následně ještě rozdvojí a tak vzniknou jednovaječná dvojčata, která jsou v děloze spolu s dalším plodem. Jednovaječná dvojčata jsou vybavena stejnou genetickou výbavou, třetí plod má genetickou výbavu odlišnou.
- ⌚ **Trojvaječná trojčata** – tři vajíčka jsou oplodněna třemi spermii. Každý plod má svou vlastní genetickou výbavu. (Trojčata. In: modrykonik.cz [online]. [cit. 15.5.2016]. Dostupné z: <http://www.modrykonik.cz/trojcata/>)

Čtyřčata jsou mnohem vzácnější než dvojčata nebo trojčata. Na celém světě žilo v roce 2007 asi 3500 čtyřčat a z toho bylo 70 jednovaječných neboli identických. Čtyřčata se mohou skládat z různých typů např. tři jednovaječní a čtvrtý sourozenec je vzlášť nebo dva jednovaječní a dva dvojvaječní atd. (Multiple birth. In: wikipedia.org [online]. [cit. 16. 5.2016]. Dostupné z: https://en.wikipedia.org/wiki/Multiple_birth)

První **paterčata** se v České republice narodila v roce 2013. Vznikla ze čtyř vajíček a čtyř spermií. Jedno vajíčko se následně rozdělilo na jednovaječná dvojčata, takže ve výsledku se narodili tři různí sourozenci a jednovaječná dvojčata. Zvláštností u těchto paterčat je, že jejich početí proběhlo přirozenou cestou bez asistované reprodukce. Podle statistických údajů je na celém světě 134 paterčat. (V Praze se narodila první česká paterčata, děti jsou v pořádku. In: zpravy.idnes.cz [online]. [cit. 15.5.2016]. Dostupné z: http://zpravy.idnes.cz/na-svet-prisla-cisarskym-rezem-prvni-patercata-fra-/domaci.aspx?c=A130527_171950_domaci_hv)

1.3 Vícečetný porod

Stejně jako je každé vícečetné těhotenství rizikové, je i samotný porod dvojčat velmi riskantní. Nebezpečí úmrtí je u dvojčat až 4krát vyšší než u porodu jednoho dítěte. (Pařízek, 2009) Proto by měl porod vícečetného těhotenství probíhat v perinatologickém centru, které disponuje odpovídajícím technickým a personálním zajištěním. Důležitým

faktorem je včasné přijetí těhotné a stanovení optimálního způsobu vedení porodu. (Roztočil in Roztočil a kol., 2008)

Způsob jakým je porod veden závisí na poloze plodů. Jak uvádí Velebil (in Hájek a kol., 2004), zhruba ve čtyřiceti procentech se jedná o polohu obou plodů hlavičkou. V tomto případě je vysoký předpoklad pro spontánní vaginální porod. Ten probíhá v první fázi stejně jako porod jednotlivého dítěte. Po porodu prvního dítěte nastává pauza v kontrakcích a k porodu druhého dítěte dochází obvykle 8 – 10 minut po porodu prvním. U druhého porodu hrozí větší riziko komplikací (zejména hypoxie) a proto zde dochází častěji k medicínským intervencím. (Rulíková, 2002)

Pokud je jedno nebo obě děti v jiné poloze než hlavou dolů, je zvolen císařský řez, který může probíhat v celkové anestezii (matka je během porodu usnána) nebo v epidurální anestezii, při které je matka při vědomí, ale její dolní polovina těla je znecitlivělá. (Rulíková, 2008) Tento postup je podle Velebila (in Hájek a kol., 2004) stále častější a využívanější.

Jak již bylo zmíněno, dvojčata přicházejí na svět dříve než děti z jednočetných těhotenství a to v průměru o tři týdnu. (Lytton et. al., 1995) V tomto případě můžeme hovořit o tzv. nedonošených dětech. Tyto děti nemusejí dosahovat vývojových mezníků tak rychle, jako děti, které byly donošeny. Pokud se narodí 4 týdny před plánovaným termínem porodu, dostihnou vývoj vrstevníků do 1 roku. Jestliže se narodí ještě dříve, obvykle dostihnou vývoj do dvou let věku, ale i nadále zde budou přetrvávat diskrétní neurovývojové odchylky v oblasti pozornosti, chování a při plnění náročnějších zrakově-prostorových úkonů. (Callaghan, Stephanson, 2005)

2 RODIČOVSTVÍ S DVOJČATY

Druhá kapitola diplomové práce se zaměřuje na rodinu s dvojčaty a je rozdělena do čtyř podkapitol. První podkapitola se zabývá základní definicí rodiny a jejími funkcemi. Druhá podkapitola je věnována adaptaci rodiny na život s dvojčaty, čtvrtá se zaměřuje na specifika rodin s dvojčaty a vícerčaty v oblasti výchovy a péče. Poslední podkapitola se soustředí na finanční a sociální situaci rodin s dvojčaty a vícerčaty. V závěru této části jsou uvedeny služby, které se zaměřují na pomoc těmto rodinám

2.1 Definice a funkce rodiny

Tato část slouží jako stručné uvedení do problematiky rodiny. Jedná se o vysvětlení a připomenutí toho, co to rodina je a jaké má funkce. Tyto informace jsou zde zařazeny z toho důvodu, že celá diplomová práce je zaměřena na rodinu a její fungování.

Rodinu lze definovat různými způsoby. P. Hartl a H. Hartlová (2002, s. 512) definují rodinu jako: „*společenskou skupinu spojenou manželstvím nebo pokrevními vztahy a odpovědností a vzájemnou pomocí.*“

J. Langmeier a D. Langmeierová (1977, s. 140) rodinu charakterizují takto: „*je to systém intimních, relativně trvalých, i když dynamicky se vyvíjejících mezilidských vztahů, v jejich rámci se uspokojují biologické i psychologické potřeby všech jejich členů.*“

Rodina se často označuje jako základní, primární a neformální sociální skupina, která může mít různou vnitřní strukturu, velikost a vazby na společnost. Význam rodiny se odvozuje zejména od dítěte, protože právě jemu má zajišťovat ochranu, lásku a zabezpečení. V rámci rodinného soužití se dítě učí mluvit, dodržovat pravidla, reagovat na svět kolem sebe, učí se respektovat jiné lidi. (Přadka, Knotová, Faltýsková, 2004)

Podle Sobotkové (2001) se rodina může definovat jako systém. Matějček (1992) k tomu dodává, že rodinný systém se skládá z několika subsystémů, které jsou v rodině určeny nejčastěji generační příslušností, postavením v mocenské hierarchii, pohlavím,

specifickými povahovými charakteristikami nebo specifickými zátěžemi, které jsou jednotlivými členy do rodiny vnášeny.

Podle Sobotkové (2001) mezi nejdůležitější subsystemy rodiny patří:

- ⌚ **Manželský (partnerský) subsystem** – je základní, protože proniká do všech vývojových fází životního cyklu rodiny. Vztahy mezi manželi, způsoby jakým řeší konflikty, jak uspokojují své potřeby ovlivňují i celkový vývoj dětí.
- ⌚ **Subsystem rodič – dítě** – zvětšuje hranice manželského systému. Příchod dítěte na svět je velkou a šťastnou událostí, ale může být pro rodinu i velmi náročným a krizovým obdobím. Pokud se v tomto subsystemu vyskytnou nějaké problémy poukazuje to na instabilitu rodiny.
- ⌚ **Sourozenecký subsystem** – učí dítě spolupráci, vzájemné podpoře, kompromisům a vyjednávání. Zkušenosti, které zde získá, může uplatnit i v jiných mezilidských vztazích.

Z hlediska fungování rodiny hrají důležitou roli hranice mezi subsystemy. Minuchin (in Matoušek, 2003) vysvětluje hranice podsystému jako pravidla, která určují, kdo a jak může být v rodinném podsystému zahrnut. Má-li rodina správně fungovat, musí být hranice všech subsystemů jasné, všemi členy akceptované a za jasných podmínek překročitelné.

Rodina plní různé funkce a to ve vztahu ke svým členům i ve vztahu ke společnosti. Klapilová (2000) uvádí tyto funkce rodiny:

- ⌚ **Biologická a reprodukční funkce** – jedná se o sexuální vztah muže a ženy jehož účelem je plození dětí.
- ⌚ **Emocionální funkce** – zde je kladen důraz především na vzájemné porozumění, lásku a emoce.
- ⌚ **Ekonomická funkce** – pro mnoho rodin je nejdůležitější funkcí a spočívá v materiálním zajištění členů rodiny.
- ⌚ **Socializační a výchovná funkce** – zde je zahrnuta socializace dětí a sociální kontrola.

2.2 Adaptace rodiny s dvojčaty na novou životní situaci

Období od narození dvojčat až do věku několika měsíců označují M. Neifert a J. Thorpe (1990) tzv. čtvrtým trimestrem. Tento časový úsek popisují jako nejnáročnější a nejproblémovější úsek v životě rodičů dvojčat.

Ve čtvrtém trimestru je největší událostí **příchod matky s dvojčaty z porodnice do domácího prostředí**. Tímto rodině začíná nová etapa jejich života. Matky dětí mohou pociťovat nejistotu z toho, že doma nemají takové vybavení, které by dětem poskytlo pomoc, pokud by se jim nevedlo dobře a také, že zde není personál, který by se o děti nebo o matku postaral v případě zdravotních komplikací. (Spillman, 1999)

U dvojčat se často stává, že neopouštějí nemocnici současně. Pokud má jedno z dvojčat zdravotní komplikace zůstává v nemocnici a pouze druhé dvojče je propuštěno domů. Často rodiče dávají přednost hospitalizaci obou dětí až do doby, kdy mohou jít domů společně. Jedním z důvodů proč je toto řešení žádané je ten, že matka by mohla navázat silnější citovou vazbu k zdravému dvojčeti a později by mohla mít problém vytvořit si hluboký a pevný vztah k hospitalizovanému dvojčeti. (Minde et al., 1990)

Péče o dvojčata zahrnuje **velké množství činností**. Za nejvíce stresující při péči o dvojčata je uváděn nedostatek spánku, množství práce, která má být udělána, nedostatek času pro sebe sama a pro partnera a starosti s údržbou domácnosti. (Theroux, 1989)

Pocity rodičů po příchodu z porodnice jsou často velmi **protichůdné**. Na jedné straně prožívají radost, vzrušení, hrdost, na straně druhé se objevuje zmatek, úzkost, starosti a pochybnosti jestli zvládnou péči o dvě děti současně. U rodičů se často vyskytují i obavy, které se týkají toho, jak finančně zvládnou péči o dvojčata. (Neifert, Thorpe, 1990)

Důležitou roli v pomoci péči o dvojčata a celkovou adaptaci na novou životní etapu rodiny hraje také **přípravenost blízkých osob**. Matky bývají vyčerpané po posledních měsících těhotenství, po porodu i pobytu v nemocnici, a pokud nemohou využít pomoc svého okolí, jsou náchylnější k nemocem nebo depresím. U rodičů se objevila potřeba pomoci od blízkých lidí, kterou ve většině případů vnímají ambivalentně. (Neifert, Thorpe, 1990) Matky nejvíce oceňují pomoc partnera a svých rodičů. Za velmi důležitou považují

i podporu svého pediatra, gynekologa a podporu, kterou získávají v místním klubu pro rodiče dvojčat. (Thorpe jr. et al. In Neifert, Thorpe, 1990)

Také **partnerský vztah** prochází zátěžovým obdobím. Vyčerpanost z celodenní péče o dvojčata a minimální možnost trávení času bez dětí klade na partnerské soužití velké nároky a vyžaduje mnoho trpělivosti.

Ambivalentní pocity u rodičů mohou pocházet také z **reakce širšího okolí** na narození dvojčat. Ve většině případů je příchod dvojčat považován za senzaci. Tito lidé ale nevědí, v jaké situaci rodiče po příchodu z porodnice jsou a často jim říkají, jak musí být šťastní, že mají doma dvojčata. Rodiče jsou naprosto vyčerpaní z péče o děti, už nemají dostatek sil na to, aby se z dvojčat často radovali. (Neifert a Thorpe, 1990)

2.3 Specifika rodiny s dvojčaty - péče a výchova dvojčat

„Příchod nově narozeného dítěte do rodiny je událost, která vždycky ovlivní dosavadní způsob života. Pokud se jedná hned o dva přírůstky najednou, jedná se zcela jistě o změnu radikální, která zasáhne všechny členy rodiny. Rodiče se musí vyrovnat s mnoha fyzickými, psychickými, ekonomickými i sociálními nároky, které mohou mít nepříznivý vliv na jejich rodinné klima.“ (Rulíková, 2002)

Rodiče dvojčat jsou nuceni svůj čas dělit mezi děti, které prochází všemi etapami a životními zkušenostmi ve stejném časovém období. Děti spí ve stejný čas, jsou vzhůru ve stejnou dobu, vyžadují péči i krmení v tu samou chvíli. Z těchto důvodů je pro rodiče velmi náročné věnovat jim individuální péči. Měli by se však vynasnažit vše zorganizovat tak, aby si s každým z nich mohli vytvořit vlastní pouto. (Fierro, 2011)

Tato podkapitola bude pojednávat o výchově a péči dvojčat, která je pro rodiče velmi náročná a má svá specifika. Budou zde nastíněny nejčastější výchovné problémy v rodinách s dvojčaty a vícerčaty a to od jejich narození až do školních let dvojčat. Toto časové období je zvoleno z toho důvodu, že program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícerčaty, na který je zaměřen výzkum diplomové práce, je vymezen pro dvojčata od narození do 8 let věku.

Charakter péče o dvojčata se neustále mění podle toho, jak dvojčata rostou a vyvíjí se. Již samotný příchod dvojčat do rodiny s sebou přináší velké změny. S péčí o dvojčata je na jejich rodiče kladen vyšší fyzický i psychický stres. (Ainslie, 1997)

Také samotné těhotenství s dvojčaty (nebo vícčetaty) představuje pro rodiče zátěž, se kterou se musí naučit vyrovnávat. Objevují se u nich rozporuplné pocity a dochází k mnoha fyzickým, sociálním i emocionálním změnám. Rodiče jsou si vědomi rizik, která s těhotenstvím a porodem souvisejí a to v nich často vyvolává stres a starosti a může se u nich objevovat úzkost z toho, jestli budou zvládat výchovu svých dětí. (Neifert & Thorpe, 1990)

Hlavním úkolem rodin s dvojčaty během prvních pár měsíců po jejich narození byla adaptace na novou životní roli, adaptace ostatních členů domácnosti na příchod dvojčat, zavedení režimu spánku, krmení a zorganizování aktivit spojených s péčí o dvojčata a péčí o domácnost. V časovém úseku od několika měsíců po zhruba tří let dvojčat se už neděje tolik převratných událostí jako tomu bylo v době těhotenství, porodu a prvních měsíců po něm. V tomto období si vytváří pevný vztah s nejmladšími členy rodiny rodiče, sourozenci, prarodiče a ostatní členové rodiny. V prvních měsících tvoří péči o dvojčata převážně kojení, krmení z láhve, přebalování, koupání a procházky. Některé činnosti se později stávají pro rodiče méně náročné a jsou prováděny rutině, jiné s časem pomalu mizí např. kojení a přebalování. S vývojem a růstem dvojčat dochází ke změně požadavků na rodiče především v oblasti pozornosti matky, která s nimi častěji vstupuje do herní a verbální komunikace. (Benešová, 2010)

Přibližně od jednoho roku začínají dvojčata chodit, což vede ke zvýšené pozornosti rodičů na jejich bezpečnost. Procházky pouze jednoho dospělého s dvojčaty jsou velmi fyzicky i psychicky náročné, zejména proto, že dvojčata již nechtějí setrvat v kočáru, ale chtějí sami objevovat svět, často se jednotlivé dvojče vydá opačným směrem, což je pro dospělého téměř neřešitelná situace. Také manipulace s těžkým a širokým kočárem je velmi ztížena. Kolem druhého roku rodičům nastává obtížné období, ve kterém učí dvojčata osobní hygieně a sebeobsluze. (Rulíková, 2002)

Problém se objevuje i s řečovým vývojem dvojčat, který je často opožděn. Až u 40 % dvojčat se vyskytuje „řeč dvojčat“ neboli kryptofázie. Dvojčata si mezi sebou

vytváří slova, kterým rozumí pouze ona, a tak je narušena jejich potřeba vyhledávat další kontakty s okolím. (Rulíková, 2008)

Rodiče se musejí věnovat dvěma stejně starým dětem, což vede k omezování dialogu mezi rodičem a dítětem. (Are multiples more likely to be delayed and why?. In: Curtin University Australia [online]. 2016. [cit. 21.5.2016]. Dostupné z: <http://tandm.curtin.edu.au/preschool/p2.cfm>) Rodiče často mluví na dvojčata jako na jednu osobu a dvojčata mohou mít problémy vyjadřovat se v jednotném čísle, pokud mluví jen sami za sebe. (Rulíková, 2002)

V období do tří let věku dvojčat je hlavně pro matku důležité, aby se vyrovnala s časovou a fyzickou náročností péče o její děti. S tím, jak dvojčata budou růst, se rodiče začnou setkávat s problémy jiného rázu, kdy časové i fyzické nároky se změny na nároky psychické.

V předškolním věku dochází u dvojčat k začleňování mezi jiné děti v mateřské škole, což je pro dvojčata velkým přínosem. Vazba mezi dvojčaty je velmi silná a jsou na sobě navzájem závislá, takže jim začlenění do širšího kolektivu stejně starých dětí pomůže rozšířit sociální vztahy. Nastává tu riziko, že dvojčata budou ostatními dětmi brána jako jeden subjekt. V takovém případě rodiče mohou zvýraznit individualitu každého dítěte tak, že jim umožní navštěvovat různé zájmové kroužky, ale i zde by měli respektovat přání dětí. V tomto věku dvojčata často nechtějí být od sebe oddělena, třeba jen na určitý čas.

Pro matku dvojčat nástup dětí do mateřské školy znamená návrat do zaměstnání. Tyto změny zvyšují nápor na organizaci chodu rodiny. Rodiče musejí zorganizovat ranní a odpolední shon spojený s výpravou do a z mateřské školy. Také musejí vzít do úvahy možnou nemocnost dětí. (Rulíková, 2002)

Další důležitou událostí předškolního věku je zápis dvojčat do základní školy. Před rodiči leží otázka, zda je vhodné umístění dvojčat do stejné třídy nebo zvlášť. Takovéto rozhodnutí není pro rodiče vůbec snadné a každá varianta má svá pro a proti. Rodiče by měli při svém rozhodování brát v potaz přání samotných dětí. Je dobré se informovat i od dalších lidí, kteří jsou s dvojčaty v kontaktu (chůvy, učitelé v mateřské škole, babičky apod.) jak se dvojčata chovají, jak vychází s vrstevníky apod. (Fierro, 2011)

Preedyová (2011) považuje za přínosné pro dvojčata fakt, že pokud spolu chodí do školy, tak se mohou společně učit a mají ve škole „kamaráda“ v podobě sourozence. Pro rodiče je výhodou komunikace s jednou učitelkou, což je pro ně logisticky snazší. Za zmínku podle Preedyové stojí také to, že dvojčata jsou ve školách už teď nezanedbatelnou sociální skupinou, protože se jich rodí daleko více než v minulých letech a k této skutečnosti by se mělo také přihlížet. Dvojčata řeší podobné problémy jako jejich spolužáci, ale k těmto problémům se přidávají ještě další např. konflikty, závislosti, rivalita nebo dominance jednoho z dvojčat. S těmito problémy se setkávají i jiní sourozenci, ale s příchodem do školy je nechávají za dveřmi. Preedyová k tomuto dodává, že ať už dvojčata navštěvují jednu třídu nebo jsou rozdělena, je zapotřebí každé dítě posuzovat individuálně a rodiče i učitelé by se měli vyvarovat srovnávání.

Důvod pro rozdělení dvojčat do oddělených tříd vidí Fierro (2011) v předcházení problémům s rozeznáváním dětí. Učitelé, ale také spolužáci, si mohou dvojčata plést a jako řešení se zde nabízí oblékání dětí do různého oblečení nebo přidělení každému z nich cedulku se jménem. Poslední řešení ale nemusí být dvojčatům vždy příjemné a nemusejí s ním souhlasit. Důležité je, aby se učitelé i rodiče snažili předcházet srovnávání dvojčat, ke kterému velmi často dochází. Už od útlého věku mají dvojčata tendence k soupeření mezi sebou což může způsobovat problémy ve škole. Toto soutěžení vede sice k větší snaze dětí a tím také k jejich osobnímu růstu, ale současně může vyvolávat tlak, který způsobuje problémy. Tím, že budou dvojčata rozdělena do jiných tříd, dojde ke zvýšení jejich nezávislosti a soběstačnosti.

Jak je již zjevné, výchova dvojčat je specifická v tom, že se všechno točí kolem dvou pólů, což vede k zásadní otázce – chovat se k dvojčatům stejně nebo ke každému jinak? Tato otázka se promítá do všech oblastí každodenního života a má pro život dvojčat velký význam. Například problém oblékání u dvojčat. Někteří rodiče dvojčata oblékají do stejného oblečení a tím upozorňují na jejich stejnost. Paradoxně tím ale mohou způsobit to, že se dvojčata v pozdějším věku budou snažit co nejvíce se od sebe navzájem odlišovat. Pro rodiče je velmi těžké najít rovnováhu mezi tím, aby se okolí pochlubili svými dvojčátky, ale zároveň aby jim umožnili být samy sebou. (Vítková Rulíková, 2009)

Ve školním věku se u dvojčat relativně často vyskytuje lehká mozková dysfunkce,

(LMD) která se projevuje dysgrafií a dyslexií, dyskalkulií a dysortografií. Jsou to poruchy psaní, čtení, počítání nebo pravopisu. LMD se projevuje zejména u předčasně narozených dvojčat, protože jejich mozek nebyl v době narození ještě dostatečně zralý.

Problémy ve škole mohou vzniknout také nevhodným přístupem učitelů, kteří dvojčata neustále mezi sebou srovnávají a porovnávají navzájem nebo naopak jsou brána jako jednotka – jsou zkoušeni současně, posazováni vedle sebe apod. Učitelé si často pletou i jména dvojčat a to i v případě, že se jedná o dvojvaječná dvojčata.

Vítková Rulíková (2009) doporučuje učitelům (ale také jiným lidem v okolí dvojčat), aby se k nim snažili přistupovat ohleduplně a stejně jako ke kterémkoliv jiným dětem ve třídě, aby věděli, jak dvojčata navzájem odlišit a aby učitelé používali konkrétní jména dětí a ne neurčitá oslovení.

2.4 Situace rodin s dvojčaty a vícerčaty

Tato podkapitola se zaměřuje na finanční a sociální situaci rodin s dvojčaty a vícerčaty, která je v mnoha ohledech velmi specifická. Bohužel se zde nevyhneme slovu znevýhodnění, i když jsem si vědoma, že tento pojem je velmi zavádějící. Autoři knih, z kterých čerpám, tímto slovem poukazují na určité omezení vícečetných rodin.

Vítková Rulíková (2009) ve své knize uvádí, že znevýhodnění dvojčat (o trojčatech to platí také) začíná už v nejmladším věku. Toto omezování nebo vyčleňování rodin s dvojčaty a vícerčaty spatřuje např. již při komplikaci vstupu do budov úřadů, lékařů, jízdě hromadnými dopravními prostředky apod. Do těchto prostor se s širokým kočárkem pro dvojčata rodič nedostane nebo k tomu potřebuje pomoc jiné dospělé osoby.

Znevýhodnění se týká také finančního zajištění rodiny s dvojčaty a vícerčaty. Široká veřejnost se často domnívá, že rodič dostává dvojnásobnou (nebo trojnásobnou) peněžitou pomoc v mateřství, později dvojnásobný (trojnásobný) rodičovský příspěvek. Takto to bohužel nefunguje. Rodiny s dvojčaty a vícerčaty nejsou nijak zvýhodněny při výchově dětí. (Vítková Rulíková, 2009) Právě této problematice se věnuje následující podkapitola.

V Deklaraci práv a potřeb dvojčat a vícčrat se uvádí, že: „*vícčata a jejich rodiny mají plné právo být chráněni zákonem a osvobozeni od jakékoliv diskriminace.*“ (Deklarace práv a potřeb dvojčat a vícčrat [online]. [cit. 9.5.2016]. Dostupné z: http://www.dvojcata-asociace.cz/?page_id=148

Diskriminace je definována jako rozlišování nebo jiný přístup k jedné skupině než k jiné nebo k celku. V nejčastějších případech je používána v negativním významu rozlišování lidí na základě příslušnosti k určité skupině bez ohledu na schopnosti dotyčného jedince. (Klimeš, 2010)

V zákoně č. 198/2009 Sb., o rovném zacházení a o právních prostředcích ochrany před diskriminací a o změně některých zákonů se za přímou diskriminaci považuje „*jednání, včetně opomenutí, kdy se s jednou osobou zachází méně příznivě, než se zachází nebo zacházelo nebo by se zacházelo s jinou osobou ve srovnatelné situaci.*“

Dle stejného zákona (č. 198/2009 Sb., o rovném zacházení a o právních prostředcích ochrany před diskriminací a změně některých zákonů) se za nepřímou diskriminaci považuje „*jednání nebo opomenutí, kdy na základě zdánlivě neutrálního ustanovení, kritéria nebo praxe je osoba znevýhodněna oproti ostatním.*“

Vítková, Rulíková (2009) ve své knize uvádí, že na většinu dvojčat má jakékoli chování, zacházení, jednání s diskriminačními prvky minimální vliv. To, že jsou dvojčata, jim nebude bránit v dosahování cílů např. nalezení zaměstnání, nebo jim nebude zabraňovat v dosahování úspěchů v budoucím životě, ale určitá znevýhodnění se v jejich životech vyskytují.

2.4.1 Finanční situace rodiny

Vedle zdraví a vývoje dítěte, je pro rodinu velmi důležité finanční zajištění. Hlavním negativem v rodině s dvojčaty a vícčraty je, že rodina musí všechno nakupovat dvakrát (v případě trojčat třikrát apod.).

Vícečetné těhotenství je považováno za těhotenství rizikové. Žena nemůže docházet do práce a proto je lékařem uznána práce neschopnou a pokud splní zákonem dané

podmínky má nárok na nemocenskou. Nemocenská je poskytována od 15. kalendářního dne trvání dočasné pracovní neschopnosti ve výši 60% denního vyměřovacího základu za kalendářní den. (Zákon č. 187/2006 Sb., o nemocenském pojištění, ve znění pozdějších předpisů).

Po ukončení nemocenské žena přechází na mateřskou dovolenou, během které čerpá peněžitou pomoc v mateřství, jestliže má na tuto dávku nárok. Pokud žena na tuto dávku nárok nemá, přechází rovnou na rodičovskou dovolenou.

Matky, které čekají jedno dítě mají nárok na 28 týdnů mateřské dovolené, tedy na čerpání dávky peněžité pomoci v mateřství. Doba vyplácení této dávky je u dvojčat prodloužena na 37 týdnů. (Zákon č. 187/2006 Sb., o nemocenském pojištění, ve znění pozdějších předpisů) Podle Halinské (2003) je tato skutečnost pouze hypotetickým kladem, protože vícečetné těhotenství je většinou kratší. Peněžité pomoci v mateřství je vyplácena ve výši 70% denního vyměřovacího základu. (Zákon č. 187/2006 Sb., o nemocenském pojištění, ve znění pozdějších předpisů)

Na mateřskou dovolenou poté navazuje rodičovská dovolená, kdy žena pobírá rodičovský příspěvek, který je stanoven až do celkové výše 220 000 Kč. Tato částka je rozložena do měsíčních splátek a je vyplácena nejdéle do 4 let věku dítěte. V případě narození vícero dětí je tento příspěvek pobírán pouze jeden a to na dítě, které bylo narozeno jako poslední. Výše měsíčního rodičovského příspěvku může být pevně stanovena nebo si ji rodič může zvolit sám, podle výše denního vyměřovacího základu pro stanovení peněžité pomoci v mateřství nebo nemocenské v souvislosti s porodem. (Zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře, ve znění pozdějších předpisů)

Částka rodičovského příspěvku má posloužit na výživu a ostatní základní osobní potřeby matky a má poskytnout rodiči prostředky k tomu, aby se věnoval péči o dítě. Podmínkou tohoto příspěvku je celodenní péče o dítě do věku tří let nebo do sedmi let, v případě, že má dítě zdravotní postižení. (Frydrychovská, 2007)

V této souvislosti zde musí být zmíněna ještě jedna dávka, na kterou mají rodiče nárok hned po narození jejich dítěte nebo dětí. Jedná se o porodné, což je jednorázový příspěvek, který přispívá na náklady spojené s narozením dítěte. V roce 2015 došlo ke změnám v oblasti porodného a v současné době se vyplácí i za druhorozené dítě.

Rodič za nejstarší, prvorozené dítě (může jím být první dvojče nebo starší sourozenec dvojčat), má nárok na porodné ve výši 13 000 Kč, u druhorozeného dítěte (mladší dvojče nebo další sourozenec) je tato částka 10 000 Kč. Proto, aby rodina mohla porodné získat, musí splnit podmínku, že rozhodný příjem v rodině nepřevyšuje součin částky životního minima rodiny a koeficientu 2,70. V současné době to znamená částku 20 817 čistého měsíčního příjmu obou rodičů. (Porodní In: Integrovaný portál MPSV[online]. [cit.12.5.2015] Dostupné z: <http://portal.mpsv.cz/soc/ssp/>)

Dalším úskalím v této problematice je rozdíl v době, která se matkám na mateřské dovolené započítává do odpracovaných let. V případě, že je žena těhotná s dvěma dětmi s odstupem tří let má do důchodu přímo úměrně odpracováno šest let. Matka dvojčat má ovšem na důchod přímo úměrně odpracovány jen 3 roky a to i přesto, že je doma kratší dobu a vychovává stejný počet dětí jako matka dvou dětí s odstupem tří let. Pokud tento fakt je převeden do čísel, znamená to, že rodina s dvojčaty má nárok na příspěvek o 220 000 Kč méně než rodina s dvěma dětmi s tříletým odstupem. (Halinská, 2013)

Do finančního znevýhodnění se může zahrnout také skutečnost, že rodiče dvojčat mají dvojitě náklady i v tom, že např. nemohou „dědit“ oblečení nebo vybavení jako je vanička, kočárek, autosedačka, tříkolka apod. po starších sourozencích. (Vítková Rulíková, 2009)

2.4.2 Sociální situace

Jak bylo zmíněno v úvodu této podkapitoly sociální znevýhodnění rodin s dvojčaty a vícerčaty začíná již v raném věku dětí, kdy k přepravě dětí rodiče musejí používat široký dvojkočárek, který se bohužel nedostane do většiny obchodů, úřadů a institucí, kam mají „mono“ kočárky snadný přístup. Velké množství mateřských center i ordinací lékařů je umístěno v patře, kam vede sice nájezd pro kočárky, ale ten není přizpůsoben šíři rozchodu koleček kočárku pro dvojčata. Výtahy v budovách jsou úzké nebo příliš krátké pro kočárek dvojčat. Mateřská a rodinná centra, která připravují aktivity určené pro rodiče s kojenci nebo batolaty mají sice nachystáno nepřeborné množství kroužků – výtvarné, sportovní nebo hudební, ale bohužel vždy jsou nachystány tak, že jedna maminka pracuje

s jedním dítětem, takže ženy s dvojčaty nemohou takových aktivit plně využívat a pokud se jich chtějí účastnit, musejí si vždy najít dospělého doprovod pro druhé dítě. Takto se matka nebo i otec dvojčat dostávají do sociální izolace, což se projevuje i na jejich psychickém rozpoložení a celkovém chodu domácnosti. (Vítková Rulíková, 2009)

V pozdějším věku může docházet u dvojčat k nepříjemným situacím při výběru aktivit, kterým se chtějí věnovat. Stává se, že dvojčata nemohou být přijata do klubů, týmů nebo organizací, které zapisují jenom jedno dítě nebo jsou určeny pouze pro chlapce nebo děvčata (když se jedná o dvojčata v páru). Pokud se dvojčata rozhodnou věnovat stejnému sportu nebo zapsat se do stejného týmu, často se jim stává, že jsou brána jako celek a jejich výkony nejsou rozlišovány a není k nim přistupováno individuálně. Trenéři nebo vedoucí dvojčata často nerozeznají nebo si nepamatují, které z nich podalo lepší výkon nebo bylo aktivnější. Pro dvojčata může být nepříjemnou situací i oslava narozenin. Pokud hostitel nemá v úmyslu pozvat obě děti, ale nechce jim ublížit, tím že by pozval jenom jedno z dvojčat, tak raději volí variantu, že nepozve žádné .

Znevýhodňovat dvojčata jistě nechce nikdo úmyslně. Tyto situace vycházejí z nepochopení nebo špatně provedených dobrých úmyslů, bohužel i tak mají na citové prožívání dvojčat určitý vliv. S tím, jak dvojčata rostou, se stává, že se chtějí od sebe oddělovat, aby se tak mohla lépe prosadit a každé dvojčete bylo bráno individuálně (Vítková Rulíková, 2009).

2.5 Služby poskytované rodinám s dvojčaty a vícěrčaty

V následující podkapitole jsou popsány a přestaveny organizace, které se zaměřují na pomoc rodinám s dvojčaty a vícěrčaty. Tyto informace jsou zde zařazeny z toho důvodu, že považuji za důležité upozornit na jejich existenci a díky nim bude také plynule navázáno na další kapitolu této diplomové práce, která se věnuje programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty.

Na celém světě existují sdružení a kluby dvojčat, která byla založena s cílem pomáhat rodinám s dvojčaty a vícěrčaty získat co nejvíce informací o těhotenství, porodu, vývoji a výchově dvojčat. Některá sdružení jsou zaměřena na dospělá dvojčata a pořádají pro ně srazy nebo festivaly, jiné se zabývají výzkumem dvojčat a jejich potřeb. Kluby mají založeny internetové portály s různými informacemi a diskusními fóry. (Rulíková, 2002)

Rodiče dvojčat (vícěrčat) potřebují informace, rady a pomoc, aby se na příchod jejich dětí připravili v předstihu. Právě proto fungují organizace, centra nebo kluby, které rodiny provázejí od počátku těhotenství. Rodičům jsou zde poskytnuty informace o výchově a rodičovství dvojčat, o mateřské/rodičovské dovolené, o dodržování životního stylu a o tom, jak zvládat zátěžové situace. Rodiny zde získají podporu při rozhodování, jak zajistit pomoc v náročných životních situacích při péči o dvojčata, krmení dvojčat apod. (Lonard, Denton, 2006)

V České republice byl založen první **Klub dvojčat a vícěrčat, o. s.** v roce 1995. Vzorem pro jeho založení se stalo britské sdružení TAMBA. Zakladatelkou klubu je Mgr. Klára Vítková Rulíková, která tímto reagovala na nedostatek informací o problematice vícečetných těhotenství a porodů. Protože se práce klubu v Praze začala rychle rozvíjet, rozšiřovala se jeho působnost i do jiných velkých měst. Od roku 1997 vznikají pobočky po celé České republice. Cílem a posláním tohoto klubu je poskytovat rodinám s dvojčaty a vícěrčaty informace o dvojčatech, podporovat výzkum potřeb rodin s vícěrčaty, vytvářet a udržovat databázi informací a kontaktů. Veškeré poznatky

a informace rodiče získají zejména prostřednictvím přednášek, publikací a individuálního poradenství. Dále jsou klubem pořádány pobytové akce pro děti a rodiče, provozovány jsou webové stránky s internetovou poradnou a diskusním fórem. (O nás. In: Centrum pomoci rodinám s víceročaty. Klub dvojčat a víceročat, o.s. [online]. [cit.14.5.2016]. Dostupné z: <http://www.dvojcata.cz/index.php>)

Českomoravská asociace Klubů dvojčat a víceročat vznikla v roce 2003 z důvodu lepší koordinace a prosazování zájmů a potřeb dvojčat mezi odborníky i laickou veřejností. Tato organizace zastřešuje Kluby dvojčat a víceročat, které působí v jednotlivých regionech v České republice od roku 1995. (Kdo jsme. In: Českomoravská asociace Klubů dvojčat a víceročat [online]. [cit. 14.5.2016]. Dostupné z: http://www.dvojcata-asociace.cz/?page_id=16)

Českomoravská asociace Klubů dvojčat a víceročat za svoje poslání považuje prosazování zájmů rodin s dětmi z vícečetných porodů a zvyšování informovanosti o jejich specifických potřebách. (Naše cíle a poslání. In: Českomoravská asociace Klubů dvojčat a víceročat [online]. [cit. 14.5.2016]. Dostupné z: http://www.dvojcata-asociace.cz/?page_id=22)

Asociace se věnuje těmto činnostem: pořádání konferencí, seminářů, přednášek, metodickým vedením Klubů dvojčat a víceročat v celé ČR, vydávání publikací s tematikou rodin s dvojčaty a víceročaty včetně zahraničních překladů a poskytování poradenské činnosti pro pracovníky s dvojčaty a víceročaty (zdravotníci, učitelé, psychologové), pro rodiče dvojčat a víceročat i pro dospívající a dospělá dvojčata. (Naše cíle a poslání. In: Českomoravská asociace Klubů dvojčat a víceročat [online]. [cit. 2012-02-25]. Dostupné z: http://www.dvojcata-asociace.cz/?page_id=22)

V lednu roku 2007 bylo zřízeno **Centrum pomoci rodinám s víceročaty**, které poskytuje poradenství v oblasti sociální, psychologické, pedagogické a výchovné. V současné době je zde zaregistrováno 600 rodin a zhruba 50 poboček. (O nás. In: Dvojcata.cz [online]. [cit. 2012-02-25]. Dostupné z: http://www.dvojcata.org/o_nas)

Cílem organizace je: „*poskytovat rodinám s dvojčaty informace o dvojčatech a vícčatech prostřednictvím přednášek, publikací, letáků, Zpravodaje, osobních kontaktů a individuálního poradenství, iniciovat vzdělávání a podporovat výzkum potřeb rodin s dětmi z vícečetných porodů.*“ (O nás. In: Dvojcata.cz [online]. [cit. 2012-02-25]. Dostupné z: http://www.dvojcata.org/o_nas)

Klub dvojčat a vícčat v Plzni je pobočkou Klubu dvojčat a vícčat, o. s. Založen byl v lednu 2011 a za hlavní náplň si zvolil předávání zkušeností a informací týkajících se péče o dvojčata a vícčata. Plzeňská pobočka se zaměřuje na minimalizaci společenské izolace vícečetných rodin a navštěvovat ji mohou rodiče s malými miminky až po školáky. Do klubu mohou přicházet také ostatní členové rodiny, starší vícčata, těhotné ženy a další lidé, které mají nějakou spojitost s vícčaty. (Klub dvojčat a vícčat Plzeň. In: Klub dvojčat a vícčat Plzeň [online]. [cit. 15. 5. 2016]. Dostupné z: <http://www.dvojcata-plzen.bluefile.cz/>)

Klub dvojčat a vícčat Plzeň je organizační složkou se samostatnou právní subjektivitou organizace Centrum pomoci rodinám s vícčaty – Klub dvojčat a vícčat, o.s. a současně je členem Českomoravské asociace Klubů dvojčat a vícčat. (Bártová, 2012)

V rámci klubu jsou pořádány pravidelné měsíční setkání matek s dvojčaty, nepravidelné venkovní srazy dětí s rodiči, pravidelná setkání rodin v herně klubu a od září 2011 byl realizován 1. pilotní ročník programu Asistent do rodiny. Tento program umožňuje rodičům, zejména matkám, věnovat se pouze jednomu dítěti a o druhé pečuje dobrovolník. (Bártová, 2012) Více se tomuto programu věnuje následující kapitola, stejně jako další organizaci **Centru pro rodiny s dvojčaty a vícčaty Olomouc.**

3 DOBROVOLNICTVÍ A DOBROVOLNICKÝ PROGRAM ASISTENT DO RODINY S DVOJČATY A VÍCERČATY

První polovina této kapitoly se bude zabývat dobrovolnictvím, dobrovolníkem a jeho motivací pro tuto činnost. Tato část je zde zařazena z toho důvodu, že program Asistent do rodin s dvojčaty a vícерčaty je založen právě na dobrovolnictví, a proto je nezbytné zabývat se i asistenty a jejich motivy pro zapojení se do tohoto programu. Teoretické poznatky jsou zde propojeny s praktickou ukázkou, jak probíhá spolupráce s dobrovolníkem v programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícерčaty v Olomouci. Druhá polovina kapitoly je věnována charakterizování a představení dobrovolnického programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícерčaty.

3.1 Vysvětlení pojmů souvisejících s dobrovolnictvím

Dobrovolnictví má velmi mnoho podob a jeho počátek můžeme najít v daleké minulosti. Od nepaměti pomáhali ti, kteří se měli lépe, nemocným, chudým, potřebným a těm které postihla přírodní katastrofa. Tyto projevy solidarity a vzájemné pomoci tvořily základ každé společnosti a náboženství. V současné době je dobrovolnictví fenoménem, který překračuje hranice států, náboženských a sociálních skupin. Díky němu si můžeme uvědomit, že společné soužití může fungovat na vzájemné pomoci a solidaritě, kterou si lidé poskytují navzájem.

3.1.1 Definice dobrovolnictví

Dobrovolnictví se dá definovat mnoha způsoby. Tošner a Sozamská (2006, s. 18) dobrovolnictví vysvětlují takto: „*Dobrovolnictví není obět, ale přirozený projev občanské zralosti. Přináší konkrétní pomoc tomu, kdo ji potřebuje, ale zároveň poskytuje dobrovolníkovi pocit smysluplnosti, je zdrojem nových zkušeností a dovedností a obohacem v mezilidských vztazích.*“

Matoušek a kol. (2003, s. 55) říká, že dobrovolnictví „je neplacená a nekariérní činnost, kterou lidé provádějí proto, aby pomohli svým bližním, komunitě nebo společnosti.“

Na internetové stránce dobrovolnik.cz [online] [cit.2016-04-13] dostupné z : www.dobrovolnik.cz se lze dočíst, že dobrovolnictví je chápáno jako: „ochota člověka dát část svého času a sil ve prospěch potřebné organizace nebo člověka, aniž by s příjemcem pomoci byl vázán přátelskými či jinými vazbami.“

Zákon č. 198/2002 Sb., ve znění pozdějších předpisů vymezuje dobrovolnictví jako činnost v rámci které dobrovolník poskytuje: „pomoc nezaměstnaným, osobám sociálně slabým, zdravotně postiženým, seniorům, příslušníkům národnostních menšin, migrantům, osobám po výkonu trestu odnětí svobody, osobám drogově závislým, osobám trpícím domácím násilím, jakož i pomoc při péči o děti, mládež a rodiny v jejich volném čase.“

3.1.2 Kdo je to dobrovolník a jaká je jeho motivace pro tuto činnost

Pro dobrovolnictví se může rozhodnout kdokoliv, kdo má skutečný zájem a je přesvědčený o tom, že to co dělá je správné, potřebné a užitečné. Nehraje zde žádnou roli dosažené vzdělání a vykonávané povolání, ani to jaké jsou jeho sociální role, kolik mu je let apod. Pro dobrovolníky se nabízí velmi široká škála činností, do kterých se můžou zapojit a existuje velmi mnoho oblastí, ze kterých si mohou vybírat, takže je téměř jisté, že si každý člověk může vybrat to, co mu nejvíce vyhovuje.

Tošner a Sozamská (2006) definují dobrovolníka jako osobu, která poskytuje svůj čas, energii, vědomosti, schopnosti a dovednosti ve prospěch jiných lidí a neočekává za to žádnou finanční odměnu.

Matoušek a kol. (2003) dobrovolníka popisuje jako člověka, který poskytuje pomoc a podporu bez finanční či jiné odměny. Svoji činnost může vykonávat samostatně nebo může spolupracovat s profesionály.

V zákoně č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů

se uvádí, že dobrovolníkem se může stát osoba starší 15 let, pokud se jedná o výkon dobrovolnické služby na území České republiky nebo fyzická osoba starší 18 let, jedná-li se o výkon dobrovolnické služby v zahraničí.

Pro zájemce o dobrovolnictví je důležité, aby si sám ujasnil, co od dobrovolnictví očekává, kolik času chce této činnosti věnovat, komu by chtěl pomáhat a jakým způsobem. Je důležité, aby člověk, který chce být dobrovolníkem, byl na tuto činnost dostatečně zralý a promyslel si své rozhodnutí před tím, než se této činnosti začne věnovat.

Nejčastěji se dobrovolníky stávají studenti, nezaměstnaní lidé, ženy starající se o rodinu a děti, senioři a lidé, kteří chtějí být v kontaktu s jinými lidmi a jejich práce jim může připadat jednostranná. (Matoušek a kol., 2003)

V tomto případě se asistentem může stát dobrovolník registrovaný v olomouckém Dobrovolnickém centru Jíka. Většinou se jedná o studenty Univerzity Palackého nebo Moravské vysoké školy Olomouc.

3.1.3 Motivace pro dobrovolnickou činnost

Co motivuje člověka vykonávat dobrovolnickou činnost a proč ji člověk dělá bezplatně? Tyto dvě otázky jsou velmi důležité pro pochopení smyslu a potřebnosti dobrovolnictví.

Na začátku je důležité vysvětlit pojem motivace. Plamínek (2010, s 15.) definuje motivaci takto: *„je to nositelka obrovské výhody – pokud se dobře trefíte do motivů, které člověk má, může práce za příznivých podmínek pokračovat i bez příklonu vnějších podnětů. Člověk vykonává úlohu, protože jej to baví nebo protože to považuje za významné a důležité.“* Motivací se rozumí proces i výsledek nějakého působení. Pomocí motivace se snažíme vytvořit pozitivní přístup k nějakému výkonu nebo chování.

Dobrovolník potřebuje, aby byl neustále motivován k další práci. Zároveň také potřebuje zpětnou vazbu na svou dobrovolnickou činnost. Taková zpětná vazba je hodnocení dobrovolníka, které by mělo být prováděno průběžně a pravidelně. Pokud zpětná vazba funguje správně, přispívá k zlepšení kvality práce nejen u samotného

dobrovolníka, ale také všech lidí, kterých se vykonávaná činnost dotýká. (Müllerová, 2011)

Jak uvádí Dostálová (2014) dobrovolníci nejsou motivováni finančně, ale mají určitá očekávání, která je důležité naplňovat. Jedná se o tyto očekávání: vstřícnost, uznání, morální ocenění, vděk, dobré pracovní podmínky, materiální zázemí pro vlastní činnost, osobní vedení, zpětné vazby, prostor k uplatnění, podílení se na rozhodování, navazování nových vztahů a pozitivní sociální vazby. Tyto očekávání jsou okamžitá, v průběhu služby.

Dlouhodobě dobrovolníci očekávají uznání za provedenou činnost, udržení navázaných přátelství, nabídku nebo přijetí do pracovně právního vztahu a navázání odborných kontaktů, které budou moci využít v budoucí praxi.

Sami od sebe dobrovolníci očekávají nabytí nebo zvýšení vlastní sebeúcty, sebevědomí, pocitu vlastní užitečnosti. Často zde hrají velkou roli také motivy zábavy, plnohodnotného využití volného času a získání nových životních a profesionálních zkušeností.

3.1.4 Práce s dobrovolníky

Aby pomoc od dobrovolníků byla účinná a užitečná je potřeba, aby spolupráce s organizací, která tuto pomoc zajišťuje měla řád nebo systém a aby probíhala podle určitých zákonitostí. Proto zde bude vylíčen postup jak probíhá vyhledávání, výběr i zaškolování dobrovolníků a proč je pro ně důležitá supervize. Teoretický popis práce s dobrovolníkem se pokusím propojit s konkrétním způsobem, který využívá dobrovolnický program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícerčaty v Olomouci.

Pro celkovou práci s dobrovolníkem je velmi důležitý jejich **koordinátor**. V Akademickém slovníku cizích slov (1998, s. 420) je pojmem koordinátor označen člověk, který koordinuje práci několika pracovníků nebo pracovišť.

Koordinátorem se může stát zaměstnanec organizace nebo dobrovolník, který má důvěru v garantovi programu. Úkolem koordinátora je vybrat dobrovolníky, zrealizovat jejich výcvik a včlenit je do chodu organizace. Zároveň je také kontaktní osobou pro dobrovolníky i klienty programu. (Tošner, Sozanská, 2006, s. 75 – 76)

V rámci programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícerčaty Olomouc je koordinátorkou dobrovolníků Adriana Jemelková, která byla nejdříve dobrovolnicí v tomto programu a později převzala činnosti spojené s organizací a prací s dobrovolníky a rodinami zapojenými do programu. Právě ona se věnuje činnostem, které budou popsány na následujících řádcích.

Práce s dobrovolníky začíná již při jejich **vyhledávání**. V tomto kroku musí organizace zvolit vhodnou strategii, kterou motivuje a získá budoucí dobrovolníky. Vyhledávání dobrovolníků může provádět samotná organizace nebo se může obrátit o pomoc na dobrovolnické centrum. Způsobů jak získat dobrovolníky je celá řada. Velmi zde záleží, jakou cílovou skupinu chce organizace oslovit. Jako nejlepší způsob pro oslovení nových dobrovolníků se jeví osobní kontaktování zájemce o dobrovolnickou službu nebo doporučení od dobrovolníků, kteří v organizaci již působí. (Tošner, Sozanská, 2006)

Získávání dobrovolníků se odehrává průběžně během celého roku, ale jsou zde důležité termíny, ve kterých je nábor nových dobrovolníků snazší, jedná se o měsíce září, říjen, kdy začíná nový školní rok a leden a únor., kdy začíná druhý – letní semestr. Nejčastěji využívané formy k získávání dobrovolníků můžeme zařadit:

- ⌚ „Leták, plakát, vývěska,
- ⌚ místní tisk, regionální nebo televizní vysílání,
- ⌚ náborová akce – dobrovolníci pro určitou konkrétní činnost (koncert, výstavy, veletrh apod.),
- ⌚ spolupráce s dobrovolnickými centry,
- ⌚ střední a vysoké školy,
- ⌚ osobní kontakty.“ (Tošner, Sozanská, 2006, s. 78)

V programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícerčaty zvolili k získávání a oslovování dobrovolníků kombinaci spolupráce s dobrovolnickým centrem Jika v Olomouci a samostatným roznosem a zveřejňováním plakátů a článků. Organizační tým programu vypracoval letáky a plakáty, které koordinátorka rozmístila po fakultách

Univerzity Palackého v Olomouci. Záměrem tohoto rozhodnutí bylo získat a namotivovat pro tuto činnost studenty. Koordinátorka také napsala článek do novin, čímž chtěla mimo jiné oslovit nejen nové dobrovolníky, ale také rodiny s dvojčaty a vícččaty, pro které je tato služba určena.

Po vyhledávání a získávání nových dobrovolníků následuje další krok, ve kterém dochází k **výběru** vhodných dobrovolníků na danou pozici. Před vlastní přípravou se doporučuje pozvat zájemce o dobrovolnickou službu k individuálnímu nebo skupinovému setkání, které mu poslouží k ujasnění jeho vlastní motivace, zájmu a k získání informací o nabízených činnostech. Také pro organizaci je tato schůzka dobrou příležitostí dozvědět se něco bližšího o potencionálním dobrovolníkovi a seznámit ho s konkrétními nabídkami a podmínkami. (Tošner, Sozanská, 2006)

Po uskutečnění výběru se dobrovolníci zúčastní **zaškolení, výcviku nebo kurzu**. Obsah takového školení se vždy liší podle práce, kterou se dobrovolníci chystají vykonávat. Školení může trvat pouze pár minut nebo hodin a může probíhat jako celodenní nebo víkendový výcvik. Vždy by ale mělo obsahovat obecnou a odbornou část. V obecné části je dobrovolník seznámen s cíly organizace, dokumenty, strukturou organizace a s činností, kterou bude on sám v organizaci vykonávat. Odborná část školení je zaměřena na hraní rolí klienta, spolupracovníka i dobrovolníka. Přítomen u takového školení má být někdo ze zaměstnanců, který dobrovolníkovi nejlépe vysvětlí, co budou vykonávat. Ve většině případů je součástí takového výcviku i psycholog, který dobrovolníka posoudí z hlediska jeho zralosti pro výkon dané činnosti. (Tošner, Sozanská, 2006)

V našem případě jsou dobrovolníci nejdříve proškoleni v dobrovolnickém centru Jíka. Toto proškolení se zaměřuje na obecnou část, tedy na seznámení se s podmínkami dobrovolnictví, s dokumenty, které s ním souvisí, s možnostmi, kde se jako dobrovolník uplatnit apod. Toto školení je vždy pro skupinu dobrovolníků bez rozdílu které cílové skupině se chtějí jednotlivý dobrovolníci věnovat. Poté jsou dobrovolníci, kteří se chtějí stát Asistenty do rodin s dvojčaty a vícččaty, pozváni koordinátorkou k osobnímu pohovoru přímo v Centru pro rodiny s dvojčaty a vícččaty. Tohoto pohovoru se účastní dobrovolníci, koordinátorka a garantka projektu. Dobrovolníci zde vyplní dotazník, seznámí se s organizací a jejími členy apod.

Důležitou součástí práce s dobrovolníky je **supervize**. Matoušek a kol. (2003, s. 231) ve své knize definují supervizi jako: „*kvalifikovaný dohled nad průběhem programu nebo projektu zaměřený na kvalitu činnosti pracovníků.*“

Kalina (2008, s. 233) supervizi popisuje takto: „*supervize v pomáhajících profesích lze pracovním definovat jako organizovanou příležitost k reflexi, která se zaměřuje na různé aspekty pracovní situace, s cílem zkvalitnit práci a podpořit profesní růst pracovníka.*“

Supervize je určena jak pro zaměstnance pomáhajících profesí, tak pro dobrovolníky. Rozdíl je v tom, že profesionálové jsou takto chráněni proti syndromu vyhoření a u dobrovolníků se tímto předchází ztrátě motivace. (Tošner, Sozanská, 2006) Supervizi se rozděluje podle počtu zúčastněných osob na individuální (účastní se jí supervizor a jeden pracovník) a skupinovou (může zde být 8 – 10 pracovníků a jeden supervizor). V rámci skupinové supervize existuje ještě supervize týmová, při níž spolupracují všichni pracovníci bez ohledu na jejich pozici a je zaměřena na činnost týmu jako celku. Další formy supervize jsou vzájemné konzultování dvou kolegů, intervize (není zde přítomen supervizor) a autovize (sebereflexe). Supervizi si můžeme rozdělit také podle pozice supervizora na interní a externí nebo podle četnosti setkávání na pravidelnou, příležitostní a krizovou. (Matoušek a kol., 2003)

U dobrovolníků zapojených do programu Asistent do rodiny dochází k supervizi skupinové jedenkrát v roce v rámci Vánočního setkání dobrovolníků a rodin s dvojčaty a vícerčaty. Během tohoto setkání si všichni zúčastnění vyměňují své zážitky, zkušenosti, připomínky, poznámky atd.

3.2 Dobrovolnický program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty

Druhá část této kapitoly je věnována dobrovolnickému programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty. Je to velmi důležitá kapitola, protože z ní vychází a věnuje se jí praktická část této práce. V rámci výzkumného šetření se snažím získat zpětnou vazbu od rodin zapojených do tohoto programu. Zjišťuji tedy to, jak program funguje, jestli a jak se změnilo rodinné organizování času a chodu domácnosti po příchodu asistenta do rodiny. Tato podkapitola se soustředí na prezentaci dobrovolnického programu.

3.2.1 Pilotní program Asistent do rodiny v Plzni

První nápad na vytvoření programu, který bude pomáhat rodinám s dvojčaty a vícěrčaty, vznikl v Klubu dvojčat a vícěrčat v Plzni. Tento nápad vycházel z předpokladu, že se do něj zapojí dobrovolníci – studenti, kteří budou do rodin s dvojčaty docházet. Na základě této vize vznikl v roce 2012 program Asistent do rodiny, který byl také poprvé představen na 1. mezinárodní konferenci o dvojčatech v Praze. Zakladatelka tohoto programu Mgr. Šárka Káňová se inspirovala při zakládání dobrovolnického programu u amerického hnutí „Big Brothers Big Sisters.“ (Jemelková, 2015)

3.2.2 Hnutí Big Brothers Big Sisters

Hnutí Big Brothers Big Sister (BBBS) je dobrovolnický program, jehož počátek sahá do roku 1902, kdy vznikly dvě nezávislé hnutí „Big Brothers“ a „Big Sisters“. Vznik hnutí je spojován s institucí soudu pro mladistvé. (Brumovská, Seidlová Málková, 2010, s. 34)

Hnutí Big Sisters vzniklo v roce 1902. V tomto roce skupina žen v New Yorku začala pomáhat dívkám, které byly vyšetřovány soudem pro mladistvé. Toto hnutí se z počátku jmenovalo Ladies of Charity of New York City, poté se přejmenovalo na Catholic Big Sisters of New York. (Start something since 1904 In: 110 Years of History [online].[cit. 24. 4. 2016]. Dostupné

[z:http://www.bbbs.org/site/c.9iILI3NGKhK6F/b.5960955/k.E56C/Starting_something_since_1904.htm](http://www.bbbs.org/site/c.9iILI3NGKhK6F/b.5960955/k.E56C/Starting_something_since_1904.htm)). Ve stejném roce, tedy 1902, vyšel v New York Times článek, který se zabýval příběhem soudce Juliuse M. Mayerovi, kterému se podařilo přesvědčit 90 vlivných mužů, aby se spřátelili s chlapci, kteří se ocitli před soudem pro mladistvé. Tento čin nejspíše inspiroval zakladatele hnutí Big Brothers – Ernesta K. Coultera. (Brumovská, Seidlová Málková, 2010, s. 34) Ernest K. Coulter byl členem soudního dvora pro mladistvé. Tohoto muže znepokojovalo, že rok od roku více mladých chlapců prochází jeho soudní síní a proto začal vyhledávat a žádat o pomoc dobrovolníky – muže, kteří by vytvořili individuální přátelský vztah s chlapci, kteří se ocitli před již zmíněným soudem. Takto byl položen základ hnutí Big Brothers. (Start something since 1904 In: 110 Years of History [online]. [cit. 24. 4. 2016]. Dostupné z:http://www.bbbs.org/site/c.9iILI3NGKhK6F/b.5960955/k.E56C/Starting_something_since_1904.htm)

I když Big Brothes a Big Sisters nějakou dobu fungovali samostatně, jejich činnost vycházela ze společné myšlenky – z touhy pomoci dětem u kterých byl jejich morální, duševní i fyzický vývoj ohrožen nevhodným rodinným zázemím. Svou činnost založili na individuální spolupráci dospělého člověka s mladistvým.

Do roku 1922 se podařilo zformulovat základní standardy hnutí BBBS. Tyto standardy stanovovaly, aby pracovníci přistupovali k této činnosti dobrovolně s vlastním úsilím pomoci dětem a aby tato činnost byla vykonávána na základě profesionálního přístupu. (Brumovská, Seidlová Málková, 2010, s. 35)

V roce 1977 se hnutí Big Brothes a Big Sisters sloučily a společně dále fungovaly pod názvem Big Brothers Big Sisters of America (BBBSA). Na počátku 90. let 20. století se tento program rozšířil i do Evropy a v současné době má přes 500 poboček. V České republice byl tento program představen v roce 1996 a nyní je známý pod názvem Pět P. (Brumovská, Seidlová Málková, 2010, s. 36)

Asistenční program pro rodiny s dvojčaty je založen na myšlence zapojení dobrovolníka – dospělého člověka v pomoci dětem. V tomto případě se jedná o rodiny s dvojčaty a vícčaty, kdy dobrovolník pravidelně dochází do rodiny a nabízí svou pomoc rodičům při obstarávání běžných záležitostí, které se dětí týkají. Tato forma pomoci

je užitečná především v tom, že dobrovolník může na určitou dobu zastoupit jednoho z rodičů, který je např. v práci a spolu s druhým rodičem mohou jít např. na hřiště a dobrovolník tak nahradí jedny chybějící ruce dospělého.

Po představení základní myšlenky, kterou se zakladatelka asistenčního programu inspirovala, bude již pozornost zaměřena na samotný program Asisten do rodin s dvojčaty a vícčaty v Olomouci.

3.2.3 Vznik programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícčaty v Olomouci

Program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícčaty Plzeň byl úspěšně nejen představen, ale také na něj byly velmi pozitivní ohlasy od rodin, které se do něj zapojili. Tyto kladné reakce byly motivem pro založení podobného programu také na Moravě. Nejdříve se provedl průzkum zájmu o tuto službu v centru pro rodiny s dvojčaty a vícčaty v Olomouci. Pozitivní ohlasy potvrdily, že založení tohoto programu je nejen vítané, ale také velmi potřebné. (Jemelková, 2015)

Pro založení dobrovolného programu v Olomouci bylo potřeba nejdříve vymyslet a zrealizovat Pilotní projekt, který bude sloužit jako zkušební verze tohoto programu a na základě jeho fungování se budou postupně opravovat a upravovat případné nedostatky nebo chyby programu. Prvním krokem bylo navázání spolupráce s dobrovolnickým centrem Jika, které se věnuje práci a odbornému školení dobrovolníků v Olomouci. V dalších krocích se koordinátorka tohoto programu věnovala potřebné administrativě spojené s programem např. tvorba dotazníků pro zájemce o program, brožury pro rodiny a pro asistenty, letáky pro dobrovolníky. Právě pomocí letáků, které byly rozneseny po fakultách Univerzity Palackého v Olomouci, začalo zviditelnění tohoto programu. Koordinátorka také napsala článek do novin, kde obyvatele Olomouce informovala o vzniku tohoto programu. I na základě této činnosti se začali koordinátorce přihlašovat první zájemci o tuto službu, kteří byli vyzváni, aby poslali svůj strukturovaný životopis a zúčastnili se proškolení v dobrovolnickém centru Jika. Poté přišli na osobní setkání s koordinátorkou a garantkou projektu, vyplnili dotazník, seznámili se s organizací, členy týmu apod. Na základě všech informací, které dobrovolníci poskytly (z dotazníků,

schůzky) jim byla přidělena vhodná rodina.

Oficiální zahájení programu proběhlo v září roku 2014. V listopadu stejného roku byl program představen na 3. mezinárodní konferenci o dvojčatech. V prosinci proběhlo první předvánoční setkání účastníků programu. Součástí tohoto setkání byla supervize, diskuze, zhodnocení výsledků všech zapojených do tohoto programu. V září 2015 získal tento program akreditaci od Ministerstva práce a sociálních věcí. V současné době je do programu aktivně zapojeno 9 rodin a 13 asistentek. (Staroščíková, 2014)

3.2.4 Charakteristika organizace a programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty v Olomouci

Program Asistent do rodin s dvojčaty a vícěrčaty je akreditovaná sociální služba, kterou poskytuje Klub dvojčat a vícěrčat Morava, z.s. v Olomouci. Jedná se o jedinou organizaci v Olomouckém, Moravskoslezském a Zlínském kraji, která poskytuje služby, pomoc, podporu, prostor a poradenství rodinám s dvojčaty a vícěrčaty. (Jemelková, 2015)

Tato organizace nabízí předporodní kurzy pro nastávající rodiče dvojčat, odborné laktační a psychologické poradenství, jednorázové akce a výlety, pravidelná klubová setkání rodin s dvojčaty. Jednou měsíčně je možnost se zúčastnit „Klubu dvojčat bez dvojčat“. K dispozici je také knihovna, půjčovna potřeb pro rodiny s dvojčaty, horká linka kojení dvojčat a pravidelně se zde pořádají také burzy oblečení, hraček a dětských potřeb. (O nas In: *dvojčata.net*. [online]. [cit. 2016-04-25]. Dostupné z: <http://www.dvojcata.net/77/o-nas>)

Klub dvojčat a vícěrčat existuje v Olomouci od roku 2002, kdy se zde mohli nepravidelně setkávat rodiče s dvojčaty. Od roku 2007 se setkání stala pravidelnými a začaly se pořádat předporodní kurzy pro rodiče s dvojčaty. Jelikož o centrum a jeho aktivity byl velký zájem a vzrostl počet rodin s dvojčaty, které chtěli získat více informací a využívat služby pro dvojčata vzniklo v roce 2010 samostané občanské sdružení, které provozuje Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícěrčaty. V roce 2014 pak byl spuštěn dobrovolnický program Asistent do rodin s dvojčaty a vícěrčaty. (Jemelková, 2015)

Základní myšlenkou programu je poskytnout rodině úlevovou péči, protože rodináný život s dvojčaty je velmi náročný jak po stránce časové, materiální, organizační, tak i lidské (Bártová, 2012). Cílem tohoto dobrovolnického programu je: „*účastnit se díky dobrovolným asistentům volnočasových aktivit, usnadnit jim návštěvy lékařů, přípravy dětí do školy, a pomáhat jim zvládat běžný život.*“ (Jemelková, 2015)

Cílovou skupinou tohoto programu jsou rodiny s dvojčaty a vícčaty od jejich narození až do 8 let. (O programu In: dvojcata.net [online]. [cit. 25. 4. 2016]. Dostupné z: <http://www.dvojcata.net/62/o-programu>)

Tuto službu mohou rodiny využívat po podepsání dohody o poskytování služby. Důvodem pro uzavření dohody je stanovení bližších podmínek pro poskytování služby. Dohoda se uzavírá v souladu s platnými právními normami na základě dobrovolnosti obou stran. (Bártová, 2012)

Rodině je nabídnuta forma pomoci ve čtyřech oblastech: 1. oblast – asistence při volnočasových aktivitách, 2. oblast – doprovod k lékaři nebo na rehabilitační cvičení, 3. oblast – výpomoc a asistence doma v rodině s dvojčaty/vícčaty, 4. oblast – školní přípravy. Asistent neboli dobrovolník pravidelně dochází do rodiny ve dnech, které si společně stanoví na 2 -3 hodiny týdně. (O programu In: dvojcata.net [online]. [cit. 25. 4. 2016]. Dostupné z: <http://www.dvojcata.net/62/o-programu>)

EMPIRICKÁ ČÁST

4 METODOLOGIE

V této kapitole empirické části se budu věnovat popisu průběhu celého procesu výzkumu. Na začátku představím stanovený výzkumný cíl a výzkumné otázky, charakterizují metodu výzkumu, výběr respondentů, techniku sběru dat a jejich zpracování.

4.1 Cíl empirické části

Cílem empirické části této diplomové práce je prozkoumat, jak rodiče vnímají dobrovolnický program Asistent do rodiny s dvojčaty a víceročaty, do kterého se zapojili.

Ze stanoveného cíle vychází hlavní výzkumná otázka: ***Jak vnímají rodiče program Asistent do rodiny s dvojčaty a víceročaty?*** Z této výzkumné otázky vycházejí dílčí otázky:

- ⌚ *Jak se promítlo zapojení se do programu Asistent do rodin s dvojčaty a víceročaty v plánování a organizování času rodiny?*
- ⌚ *Co přineslo zapojení se do programu Asistent do rodin s dvojčaty a víceročaty matce dvojčat?*
- ⌚ *Jak se promítlo zapojení se do programu Asistent do rodiny s dvojčaty a víceročaty v partnerském vztahu?*
- ⌚ *Co podle rodičů přinesl program Asistent do rodin s dvojčaty a víceročaty samotným dvojčatům?*
- ⌚ *Jaké nedostatky programu Asistent do rodiny s dvojčaty a víceročaty vnímají rodiče?*
- ⌚ *Jak by se měl program dále vyvíjet?*

4.2 Výběr výzkumného vzorku a organizace získávání dat

V kvalitativním výzkumu je pro vhodný výběr vzorku nepravděpodobnostní metoda. (Miovský, 2006, s. 130) Jedna z metod je nazvána sněhová koule a je založena na kombinaci účelového výběru a prostého náhodného výběru. Dle Miovského (2006, s. 131-132) je základním východiskem pro použití této metody získání kontaktu s první vlnou účastníků výzkumu. K tomu může výzkumník využít výběr přes instituce nebo díky předchozímu osobnímu kontaktu apod. Tato část je nazývána nultou fází.

Za moji nultou fází považuji již samotné zapojení se do programu Asistent do rodin s dvojčaty a vícčaty v Olomouci jako dobrovolník. Tento krok mi byl inspirací při volbě tématu této diplomové práce. Kdo se stane respondentem mě napadlo v nulté fázi a pomocí metody prostého záměrného výběru jsem se rozhodla, kdo bude tvořit přímé respondenty. Těmi se staly rodiny, respektive rodiče, kteří se zapojili do programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícčaty. Oslovila jsem koordinátorku programu a požádala ji o kontakty na rodiny, které jsou do programu zapojeny. Následně jsem rozeslala e-maily rodinám, ve kterých jsem je požádala o spolupráci a poskytnutí rozhovoru pro moji diplomovou práci. Celkově jsem napsala e-mail 9 rodinám, které jsou zapojeny do programu. Z tohoto počtu s rozhovorem souhlasilo 6 rodin. Pomocí e-mailů a také SMS zpráv jsme se domluvili na termínu i místě, kde se rozhovory uskuteční. Rodinám jsem nabídla, že si mohou zvolit místo a čas setkání tak, aby to pro ně bylo co nejvíce vyhovující.

Pět rozhovorů bylo realizováno u rodin doma, jeden rozhovor proběhl na dětském hřišti, kde jsme si s maminkou a jejími dvojčaty domluvili schůzku. Všechny rodiče jsem nejprve informovala, k čemu bude rozhovor sloužit a jak bude získaný materiál dále zpracován. Rodiče souhlasili s nahráváním rozhovorů na diktafon a byli ubezpečeni, že nahrávka slouží pouze ke snadnějšímu přepisu rozhovorů a nebude dále šířena. Současně byli rodiče ujistěni, že bude zachována jejich anonymita.

Samotnému výzkumnému rozhovoru předcházela neformální konverzace, která pomohla uvolnit počáteční rozpaky a navodit důvěrnou atmosféru. Po krátkém úvodu jsem již začala pokládat připravené otázky. K těm se v průběhu rozhovoru přidávalo mnoho doplňujících otázek, které prohloubily a upřesnily odpovědi respondentů.

Rozhovory byly pořizeny v časovém rozmezí od 12. 5. 2016 do 23. 5. 2016. I když se nezapojily všechny rodiny, které jsem o rozhovor požádala, myslím si, že počet respondentů je pro tento výzkum dostatečný. Nová data by s největší pravděpodobností nepřinesla do výzkumu nic nového.

Atmosféra rozhovorů byla velmi milá, příjemná a vstřícná. Rodiče byli komunikativní a ochotní odpovídat na všechny otázky. Tři rozhovory proběhly v dopoledních a odpoledních hodinách a byly zde přítomny kromě rodičů i jejich dvojčata. Další tři rozhovory proběhly ve večerních hodinách a bez přítomnosti dvojčat. Každý rozhovor trval v rozmezí od 30 do 40 minut.

Po uskutečnění a zaznamenání všech rozhovorů na diktafon jsem každý z nich doslovně přepsala a následně začala získaná data zpracovávat pomocí zvolených metod, které vysvětlují níže.

4.3 Metody výzkumu

Za základní výzkumnou strategii jsem zvolila kvalitativní metodu. Dle Strausse a Corbinové (1999, s. 10) je kvalitativní výzkum jakýkoli výzkum, u kterého se výsledků nedosahuje pomocí statistických procedur, nebo kterýchkoli jiných kvantifikovaných způsobů. Jedná se o výzkum, který se zaměřuje na život lidí, chování, vzájemné vztahy nebo chod organizací. Hendl (2005, s. 52) o kvalitativním výzkumu píše, že sleduje menší vzorek, se kterým je daný problém prozkoumán podrobněji. Výhodou tohoto výzkumu je, že získává detailní popis a vhléd při zkoumání fenoménu, dobře reaguje na místní situace a podmínky. Hledá příčinné souvislosti a umožňuje navrhnout teorie. Za nevýhodu kvalitativního výzkumu je považován fakt, že získaná data nelze zobecnit, nemohou být aplikována na jiné prostředí a populaci. Je časově náročnější na sběr dat a celkovou analýzu. Dalším základním rozdílem mezi těmito metodami je, že u kvantitativního výzkumu potvrzujeme nebo vyvracíme již existující teorie, zatímco kvalitativní výzkum teorii vytváří a při analýze kvantitativní výzkum používá statistické nástroje, kdežto kvalitativní výzkum hledá v údajích pravidelnost a společná témata. (Hendl, 2005, s. 57-61)

Ve své práci jsem zvolila kvalitativní výzkumné paradigma kvůli cíli empirické části. Cílem je prozkoumat, jak rodiče vnímají program Asistent do rodin s dvojčaty a vícerčaty. Jedná se tedy o zjišťování čistě subjektivních pohledů jednotlivých rodičů a z tohoto důvodu není kvantitativní paradigma vhodné, protože jím není možné proniknout do hloubky informací.

Pro sběr kvalitativních dat jsem zvolila metodu polostrukturovaného rozhovoru. Někdy se užívá termín rozhovor pomocí návodu. Výhodou rozhovoru je, že je možné zaznamenat i to, co bylo a dovoluje kontrolovat situaci sběru dat. Nevýhodou je, že získané informace mohou být zkresleny respondentem a že někdo z dotazovaných nemusí umět vyprávět. U rodičů, se kterými byl rozhovor uskutečněn, jsem ale tento problém nezaznamenala. (Hendl, 2005, s. 162) V rámci rozhovoru je sestaven seznam otázek nebo oblastí, které je nezbytné s respondenty projít. Tazatel si sám určuje, v jakém pořadí otázky pokládá. Je mu ponechána také volnost přizpůsobovat formulaci otázek s ohledem na situaci. Díky této metodě sběru dat je umožněno zaznamenat odpovědi v jejich přirozené podobě. (Hendl, 2005, s. 174)

Pro výzkum do této empirické části jsem si vypracovala následující otázky, které jsem rodičům v průběhu rozhovoru pokládala. Tyto otázky mi pomohly k tomu, abych se neodchýlila od hlavního tématu. Snažila jsem se pokládat co nejvíce otevřené otázky, aby nedocházelo při zodpovídání k omezování respondentů. Jak uvádí Švaříček a Šedřová (2007, s. 159-160): „*otevřené otázky umožňují dotazovaným podat vysvětlení svých přístupů a badateli porozumět pohledu druhých lidí bez toho, aby jejich pohled omezoval otázkami v dotazníku*“. Za výhodu otevřených otázek se považuje, že dotazovaný má prostor se během rozhovoru více otevřít a rozpovídat. V případě, že některá otázka nebyla rodičům jasná, tak jsem ji více přiblížila nebo dovysvětlila. Některé otázky se prolínají a bylo na ně odpovězeno současně s odpovědí na jinou otázku. V tomto případě jsem si ověřila, zda jsem odpověď pochopila správně a po vzájemném ujištění, že jsou zodpovězeny, jsme tyto otázky přeskakovaly.

Otázky do polostrukturovaného rozhovoru byly vypracovány následovně:

Otázka č. 1: Z jakého důvodu jste se rozhodli do programu zapojit?

Otázka č. 2: Kde jste se o Asistentovi do rodiny dozvěděli?

Otázka č. 3: Měli jste nějaké požadavky na asistenta (věk, povolání, student, vzdělání apod.)?

Otázka č. 4: Jak dlouho trvalo nalezení tohoto pravého asistenta pro Vaši rodinu?

Otázka č. 5: Máte s asistentem domluvený pravidelný den a čas, kdy k Vám dochází?
Nebo se to týden od týdne mění?

Otázka č. 6: Změnilo se u Vás v rodině plánování a organizování času a chodu domácnosti po zapojení se do asistenčního programu? Otázka se týká především volnočasových aktivit s dětmi, obstarávání běžných domácích a rodinných záležitostí (praní, vaření, nákupy).

Otázka č. 7: V jakých situacích Vám přítomnost asistenta nejvíce pomohla?

Otázka č. 8: Vnímáte nějaký přínos pro svou vlastní osobu? Pokud ano, v čem spatřujete tento přínos? (Otázka je směřována na matku dvojčat)

Otázka č. 9: Myslíte si, že má zapojení se do programu a přítomnost asistenta nějaký vliv na Váš partnerský vztah? Např. v oblasti komunikace mezi sebou apod.?

Otázka č. 10: Vnímáte nějaké výhody nebo přínosy pro Vaše dvojčata zapojením se do programu? Nebo naopak nějaké negativa?

Otázka č. 11: Spatřujete v programu nějaké nedostatky nebo negativa? Zklamal Vás program v něčem?

Otázka č. 12: Jak by se podle Vás měl program dále rozšířit nebo vyvíjet?

Rozhovory byly doslovně přepsány a několikrát pročítány, aby došlo k dokonalému seznámení se s obsaženými informacemi. V kvalitativním výzkumu se pro analýzu získaných dat může použít kódování. Získaná data se pomocí kódování rozeberou

do kategorií a ty se následně dají znovu do celku, ale už zformulovaného podle témat. Jednotlivé kategorie jsou dále ošetřovány jako proměnné a tvoří základní stavební kameny budoucí teorie. (Švaříček a Šed'ová, 2007, s. 91) Dle Miovského (2006, s. 210) je kódování procesem, ve kterém neagregovaná data (první, autentická podoba záznamu) jsou převedena do datových segmentů (jednotek), se kterými se může nadále pracovat. Hendl (2005) uvádí, že přiřazované kódy se shodují se stanovenými výzkumnými otázkami a slouží k pochopení dat a jejich popisu. Pro lepší přehlednost a přípravu dat pro další práci jsem využila barvení textu. Jednotlivým výzkumným otázkám byla přidělena barva a jednotlivé úseky v textu byly podle shody s výzkumnou otázkou označeny příslušnou barvou.

Dalším krokem bylo postupné třídění kódů pomocí porovnávání, hledání pravidelností, podobností a vzájemných vztahů. Jednotlivé kódy byly dány do kategorií. Takto jsem získala systém kategorií a u dvou kategorií se vytvořily i podkategorie. Těmito kategoriemi jsou:

- ⊙ Důvody pro zapojení se do programu
- ⊙ Asistent
- ⊙ Nejčastěji využívané oblasti a aktivity v rámci programu
- ⊙ Matka dvojčat
- ⊙ Partnerský vztah
- ⊙ Dvojčata
- ⊙ Nedostatky programu a jeho vylepšení

Pro obsahovou analýzu byla zvolena metoda vytváření trsů a zachycení vzorců, kterou popisuje Miovský (2006). Tato metoda spočívá ve vytváření vyšších, obecnějších skupin pomocí vyhledávání podobností, především tematického překrývání mezi jednotkami. Tematický překryv znamená, že v získaných odpovědích respondentů nalézáme úryvky vztahující se k vymezenému tématu. Metoda zachycení vzorců pátrá po opakujících se tématech (vzorcích) ve výrocih jedinců. Tím se rovněž vytváří kategorie.

4.4 Etická stránka výzkumu

Během psychologických výzkumů může dojít ke vzniku mnoha etických úskalí, na které je potřeba myslet a pracovat s nimi. (Miovský, 2006) V první řadě je důležité informovat jedince, kteří se účastní výzkumu o jeho průběhu a okolnostech. (Hendl, 2005) Rodiče, kteří se rozhodli zapojit do tohoto výzkumu, byli hned na počátku seznámeni s účelem výzkumu a s jeho podstatou. Veškeré informace, které jsem rodičům podala, byly pravdivé a žádná skutečnost nebyla zatajena. Na počátku rozhovoru byli seznámeni s faktem, že se jedná o anonymní rozhovory, jejich jména nebudou nikde zveřejňována, jsou zde dobrovolně a z vlastní vůle. S tím souvisí skutečnost, že mohou z výzkumu kdykoliv odstoupit.

Rozhovory byly zaznamenávány na diktafon, s čímž všichni účastníci projevíli souhlas. Stejně tak tomu bylo se zpracováním údajů. Během všech rozhovorů byl kladen důraz na zachování soukromí a ochrany údajů rodičů. Současně byli ujištěni, že k jejich údajům a odpovědím nebude mít přístup nikdo jiný než samotná autorka výzkumu a že informace poslouží ke zpracování empirické části diplomové práce. S účastníky výzkumu bylo dohodnuto, že pro zachování anonymity nebudou uváděny jejich jména, bydliště, povolání atd., tedy žádné skutečnosti, pomocí kterých by mohlo dojít k identifikaci účastníků. Tyto kroky pomohly k navázání a vzbuzení pocitu důvěry mezi účastníky výzkumu, což dle Miovského (2006) má vliv na kvalitu získaných informací.

5 ANALÝZA ZÍSKANÝCH DAT

Empirická část práce se bude zabývat prezentováním informací, které byly získány pomocí rozhovorů. Rozhovory byly realizovány se šesti rodinami, které jsou zapojené do programu Asistent do rodin s dvojčaty a vícerčaty. Informace budou rozděleny do jednotlivých úseků podle kategorií získaných zpracováním.

Jednotlivé kategorie jsou vyznačeny tučným písmem a vzniklé podkategorie jsou psány tučnou kurzívou. Výsledky ze všech kategorií budou doplňovány přímou citací výroků respondentů. Ty budou označeny pouze kurzívou.

Kategorie č. 1 - **Důvody pro zapojení se do programu**, podkategorie ***První informace o programu.***

První informace o programu získaly čtyři rodiny na předporodních kurzech pro nastávající rodiče dvojčat, které pořádá Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícerčaty v Olomouci. Pátá rodina uvedla, že se k ní první informace o programu dostala přímo od ředitelky Centra pro rodiny s dvojčaty a vícerčaty v Olomouci, se kterou se osobně znají. Šestá rodina se o programu dozvěděla pomocí letáčku v ordinaci lékaře a poté i v radničních listech.

Z rozhovorů vyplývá, že i když se každá rodina nachází v jiné životní situaci, společným **důvodem pro zapojení se do programu** bylo hledání pomoci a „dalších rukou“, které jsou vždy u dvojčat potřeba. Často rodiny nemají ve městě příbuzné – babičky, dědečky, kteří by mohli pomoci při hlídání nebo péči o dvojčata. Prarodiče jsou buď stále pracující, nebo bydlí ve vzdálených místech, takže pravidelná pomoc z jejich strany není možná. Rodina č. 1: *„Jsme na děti sami. Nejsou babičky, dědečkové. Respektive jsou, ale jsou zaměstnaní nebo jsou už relativně starší – 74 let a jsou asi 50 km daleko, takže to není babička typu – dneska posmrkujeme, nejdeme do školky, v devět tě tu čekám.“* Rodina č. 2: *„...,když mají babičky a tak, je to pro ně jednodušší. ...jedna babička je 100 km, druhá je 130 km a jedna v práci, druhá je velmi aktivní, takže má i svůj velmi náročný program...“*

Dalším často zmiňovaným důvodem bylo zmírnění obav a strachu z nové životní situace, které nastaly po představení možnosti, že do rodiny může pravidelně docházet asistent, který rodičům pomůže v péči o děti. „...,protože jsme se hrozně děsili, co to bude ty dvojčata, protože jenom ten strach byl obrovský, a když slyšíš slovo asistent, tak jako TO BUDE PRÍMA.“

Třetím společným důvodem všech rodin byl fakt, že když u nich v rodině bude přítomný asistent, rodiče nemusí být neustále na 100% ostražití a hlídat obě dvě děti současně. Asistent jim poskytne možnost odpočinku v tom smyslu, že mohou hlídat pouze jedno své dítě a na druhé bude dávat pozor právě asistent. Rodiče často zmiňovali, že je to pro ně pomoc jednak po fyzické, ale i po psychické stránce. Rodina č. 3: „..., i když je to jenom na ty dvě, tři hodiny, ale pořád je to to, že manželka může vypnout, že nemusí na 100% hlídat ty děti. To je pro nás hlavní důvod, že jsme do toho šli.“ Rodina č. 2: „...důvodem bylo to, že když tady bude ta asistentka, tak manželka bude moc aspoň částečně vypnout. Po celým tom dni si bude moc odpočinout.“

Další důvod vyplynul ze skutečnosti, že každá rodina si po určitém čase vytvoří svůj zavedený režim, ve kterém probíhají všechny činnosti. Také hry a zábavné akce se po nějaké době neustále opakují a rodičům a blízkému okolí později docházejí nápady a inspirace k dalším činnostem. Dvojčata spolu tráví veškerý svůj čas a společně prožívají všechny situace. Dělí se o hračky, pozornost rodičů apod. a časem se u nich objeví tzv. ponorková nemoc. Právě ta je důvodem pro zapojení se do programu a využití asistenta jako nového, cizího člověka, který přijde do rodiny. Rodina č. 4: „..., ty dvojčata jsou spolu do teďka 24 hodin. Oni spolu chodí do školky, jsou spolu neustále a dostávají se do stereotypu. ...,my jsme to chtěli něčím rozmělnit a rozbít ten denní režim. Vzali jsme si toho asistenta, aby aspoň jednou týdně měli jiný program, aby ty dny nebyly pořád stejné.“ Rodina č. 5: „Do programu jsme se rozhodli jít, abychom pozměnili denní rituály těch dětí něčím jiným.“

Dvě rodiny také uvedly, že do tohoto programu šly i z toho důvodu, že dvojčata mají ještě sourozence a že ze začátku si nedokázaly představit, jak budou zvládat péči o dvě stejně staré děti a k tomu ještě jedno starší dítě. Proto nabídku programu uvítaly

i jako určitou pomoc v organizování času mezi dvojčata a jejich sourozence. Rodina č. 6: „..., no, je těch dětí moc a času málo.“ Rodina č. 5: „Je tu ještě další dítě, které potřebuje své aktivity. Takže když tu není asistent, tak tatínek má na starosti syna a já zase dvojčata. On nebude dělat to samé co ony. ...,málokdy děláme něco dohromady, protože dvojčata jdou spát a on chce jít ven.“

Kategorie č. 2 – **Asistent**, podkategorie **požadavky na asistenta, seznámení se a vytvoření pocitu důvěry, pravidelnost setkávání.**

Asistent je dobrovolník a současně cizí člověk, který dochází do rodiny a chce pomoci rodičům ulehčit péči o dvojčata. Tato kategorie se soustředí na to, zda rodiče měli nějaké požadavky na asistenta např. věk, vzdělání, povolání atd., jak probíhalo jejich seznámení a navázání spolupráce a zda setkávání bylo pravidelné nebo se měnilo.

Na otázku, zda měli rodiče nějaké **požadavky na asistenta**, se všechny rodiny shodly v jednoznačné odpovědi – NE. Do programu se všechny rodiny zapojily bez jakýchkoliv nároků na asistenta. „Bylo nám jedno, jestli to bude paní v důchodu nebo studentka.“ Všichni rodiče se ve svých odpovědích shodli na tom, že si velmi váží a oceňují to, že někdo je ochotný věnovat svůj volný čas a energii druhým lidem bez nároku na odměnu. Proto také zdůrazňovali, že jim nepřišlo vhodné si klást nějaké požadavky. „...,ten princip je, že to dělá někdo dobrovolně ve svém volném čase, tím pádem klobouk dolů a беру co je ... nekoukám na to, jestli má takové nebo makové vzdělání.“ Současně uvedli, že důvěřovali Centru pro rodiny s dvojčaty a vícercaty, které by určitě nepřijalo do programu a neposlalo do jejich rodin nespolehlivé asistenty. Rodina č. 1: „...,jako byla určitá důvěra v tom, že pošlou lidi, se kterými mají nějakou zkušenost, nebo že je mají nějak interně prověřený, že nepřijde nikdo závadný.“

Dvě rodiny uvedly, že kdyby se zapojovaly do programu znovu, tak by asi jejich požadavek byl, aby asistent měl stejné místo bydliště jako oni. V jedné rodině se stalo, že asistentka přijížděla do Olomouce jen kvůli rodině s dvojčaty, což se rodičům zdálo neefektivní. „My iniciovali takový nějaký podnět, jestli je to efektivní, jestli by neměli někoho místního..., protože opravdu jezdit 30 km se nám zdálo málo efektivní.“

Tento problém byl pak vyřešen s Centrem pro rodiny s dvojčaty a vícčaty, kdy rodina získala novou asistentku přímo z Olomouce. Druhá rodina tento požadavek vysvětlila tak, že pokud se jedná o studenty, kteří v Olomouci bydlí na koleji nebo na privatě a nemají zde trvalé bydliště, často odjíždějí na prázdniny domů. Děti si na ně zvyknout a pak je určitou dobu nevidí, takže proces seznamování se začíná nanovo. A právě prázdniny uvedla tato rodina za velmi náročné období, kdy by asistenci velmi potřebovali, ale bohužel jejich asistentka nebyla z Olomouce a odjela na 2 měsíce do svého trvalého bydliště. Rodina č. 3: *„Zpětně kdybych si měla někoho vybrat, tak si vyberu někoho, kdo bydlí v Olomouci. Když si najdeme studentku, která se nám bude stěhovat vřadycky na pár měsíců u maminky a pár měsíců tady, tak to vyjde tak, že pro nás bylo krizové léto, kdy jsem chtěla s dětmi vyběhnout, ale slečny studentky tady nejsou. Když nežije v Olomouci, tak je to fakt těžký. Původně jsme podmínky neměli, ale po téhle zkušenosti bych ji měla. Je mi jedno, jestli to bude důchodce, student, pracující, kdokoliv, ale aby měl bydliště v Olomouci.“*

Požadavky tedy rodiny neměly, ale často hovořily o tom, že měly určité představy nebo přání, která ale nebyla rozhodující nebo ovlivňující pro přijetí nebo nepřijetí asistenta. Tyto představy se týkaly především dovedností asistenta v hudební nebo výtvarné činnosti. Rodina č. 2: *„Studentka nám poslala svoji prezentaci a v ní uvedla, že hraje na kytaru. To jsme uvítali, protože máme oba hudební hluch.“* Rodina č. 3: *„Ty stránky, co by dokázali doplnit, co my jako rodiče nemůžeme vyplnit.“* Jedna rodina se k této problematice vyjádřila, že v tichosti doufali, že jejich budoucí asistentka bude mít zkušenosti s dětmi. *„My jsme možná chtěli nějaké zkušenosti s dětmi, ale že bychom na tom nějak bazírovali, to rozhodně ne.“*

Seznámení se a vytvoření vzájemného pocitu důvěry proběhlo u všech rodin řádově během prvního měsíce, kdy k nim asistentka začala docházet. Rodiny se ve svých odpovědích shodly na tom, že pro to, aby tahle spolupráce byla možná a mohla efektivně fungovat, tak je důležité, aby si obě strany – asistent i rodiče – rozuměli a byli k sobě otevření a upřímní. Již na prvních schůzkách se ukázalo, zda si budou obě strany rozumět. Ani jedna rodina neřekla, že by se v rámci seznamování vyskytl nějaký problém. Většina odpovědí zněla takto: Rodina č. 4: *„...šlo to naprosto plynule.“* Rodina č. 2: *„Myslím si, že do měsíce od toho setkání jsme v ní získali plnou důvěru“*

a nebáli bychom se ji nechat i s dětmi samotnými.“ Rodina č. 6: „V podstatě okamžitě. S jednou to bylo hned na první setkání v Heřmánku, kde jsme měli první schůzku a s tou druhou během první procházky.“ Rodina č. 5: „Podle prvního setkání jsem věděla, že opravdu není problém, že v ní mám plnou důvěru.“ Rodina č. 3: „Já myslím, že to moc dlouho netrvalo, tak měsíc.“

Asistent by do rodiny měl **přicházet pravidelně** 1x týdně na 2-3 hodiny. Z výzkumu vyplývá, že na začátku setkávání si asistent s rodiči stanovili pravidelný den a hodinu, ale tento čas nebyl vždy striktně dodržován. O zachování určité pravidelnosti se rodiny vždy snažili, protože jak sami uvádí: Rodina č. 3: *„přišlo mi to lepší jak pro ni, protože je to její volný čas, tak pro mě, protože už jsem s tím počítala. Plácnu, že úterý dopoledne je moje.“* Rodina č. 6: *„Setkávání je pravidelné. Domluvené vždy předem a má jakoby režim. Není to halabala, což je pro matky vždy důležité, že se to nemění.“* U této oblasti rodiče dodávali, že tento program je velmi založen na flexibilitě jak asistenta, tak samotné rodiny. Potřeby dětí se s vývojem mění, takže není možné dodržovat jeden stanovený termín po celou dobu spolupráce. Také některé činnosti jsou pravidelné, u jiných zase nezáleží na konkrétní hodině, ale např. návštěva lékaře, kterou může asistent s rodičem a dvojčaty absolvovat, ta už je ve většině případů časově vymezena. *„Třeba návštěva lékaře, zubaře, očkování – to byly nepravidelné věci. Ale věděla jsem, že když jí to řeknu dopředu třeba týden, tak s tím počítá a je to v pořádku.“* Měnit čas a den setkání mohl také asistent podle jeho časových možností. S tím rodiče počítali a brali to naprosto přirozeně. Vzhledem k tomu, že většina asistentů jsou studenti, často se jednalo o změny vzhledem k termínům zkoušek. *„Nechali jsme to na jedenkrát týdně na ty dvě hodiny. Ale občas se to měnilo. Bylo to z obou stran – když měla třeba zkoušku v pondělí, tak přišla v úterý apod. Většinou nebyl problém.“*

Kategorie č. 3 - Nejčastěji využívané oblasti a aktivity v rámci programu, podkategorie rozšíření spolupráce.

Přítomnost asistenta byla u všech rodin využita jako pomoc a dohled na hřištích, při procházkách nebo v parcích. Právě při těchto činnostech je zapotřebí, aby u dvojčat byli dva dospělí lidé, kteří si rozdělí péči o děti. Rodiče se vyjádřili, že přítomnost asistenta

pro ně byla pomoc fyzická i psychická. „...vyrazili jsme na delší prochajdu, kdy se dětem odrážedla za čtvrt hodiny znelíbí a pak je nemůžu sama pochytat. Takže jsme takhle chodili s tou jednou asistentkou. To se mi moc líbilo, protože člověk má někoho při ruce.“ Nejkrizovější období pro manipulaci a hlídání dvojčat rodiče uvedli dobu od jednoho do dvou let. V tomto časovém rozmezí se děti učí sociálnímu chování a především chůzi, tudíž je to období spojené s největším rizikem a výskytem úrazů. „Nejhorší období je od toho roku do dvou. To oni ještě neví co je nebezpečné. Tam to byla asi nejvíc potřeba.“ Rodiče se shodli na tvrzení, že nejvíce tuto podporu ocenili právě v době, kdy se jejich dvojčata učila chodit. Toto období je velmi náročné a procházky se mohou stát pro samotného rodiče velmi stresující. Rodina č. 1: „...,chodívali jsme spolu do parku, než se kluci naučili chodit. Jeden vždy musel sedět v kočárku, druhý chvílku chodil a pak se prohodili. Tam byla ta pomoc šilená.“ Rodina č. 3: „Dvouleté holky byly nespolehlivé třeba na přechodu u cesty,... to jsem tehdy hodně řešila. Stačilo, aby nejstarší zavolala, že potřebuje zavázat tkaničku a ty dvě nedávaly pozor.“ Rodina č. 5: „Brala jsem to jako výhodu, když jsme spolu venku, že nemusím mít oči na štopkách jenom já, ale že se to dá rozpůlit, ta pozornost.“ Rodina č. 2: „Největší potřeba asi vznikla kolem prvního, druhého roku dvojčat. ..., v tom nejkrizovějším období mi pomohl asistent.“

Další nejčastěji zmiňovaný okruh činností, při kterých asistentova přítomnost pomohla, se týkal péče o domácnost – zejména úklidu, žehlení, vaření. K tomuto tématu se vyjadřovaly především matky dvojčat. V momentě, kdy byl sjednán termín další schůzky a matka věděla, že asistent přijde a pomůže jí s dohledem a péčí o dvojčata, naplánovala si činnosti, které jsou s dětmi velmi obtížné nebo téměř nevykonatelné. „Jo, takhle si to plánuji. Vždycky, když přijde asistentka, tak si ten čas naplánuji, abych ho využila, aby to nebylo na prázdno. Využiju ho pro nákupy, domácnost, pro obstarávání věcí, kterých nestihnu.“ Matky hovořily o psychické úlevě ve smyslu, že vědí, že je o děti postaráno a ony se mohou s klidným svědomím věnovat domácím pracím. „..., zjistila jsem, že nejlepší je si uklidit celý byt, když je tady asistent a já nemám černé svědomí, že se jim prostě nevěnuju. Nechala jsem je hrát si a já si s čistým svědomím umyla koupelnu, uvařila oběd a podobné věci.“ Vymizel tak pocit frustrace, že se dětem nikdo nevěnuje a také časový tlak z rychlosti, jakou má být práce vykonána. K tomuto matky dodávají, že díky přítomnosti asistenta stihly vykonat více domácích prací a zároveň

si u toho i psychicky odpočinout. Rodina č. 3: „*Když byli malé, tak jsem to dělávala večer. Navaření, úklid, protože člověk nechtěl mít roztahané čisticí prostředky u dětí. To bylo super, když jsem věděla, že ten týden přijde. Byla tu třeba 2 hodiny, ale když to člověk dělá bez těch dětí a s pocitem, že je o ty děti postaráno, tak toho stihne strašně moc. Bylo až absurdní, že se těším na domácí práce. Já jsem se těšila, že je budu dělat ne v noci a ne pod tlakem.*“ Rodina č. 4: „*Práce, která by normálně s dětmi trvala 2 hodiny, tak se udělala za 20 minut. A to se týkalo všech domácích prací – příprava jídla, vaření, obzvlášť žehlení.*“ Rodina č. 2: „*...bude tady, můžu uvařit něco k večeři a nebude to jenom rohlík s máslem. Bude tu, můžu si nachystat a navařit jídlo na druhý den.*“ Rodina č. 6: „*Máte pocit, že jste na dovolené, když jdete sama do obchodu, když věšíte prádlo sama a nemusíte to dítě hlídat, jestli se neřukne.*“

Pomoc asistenta ocenily matky také při návštěvách lékařů s dvojčaty, kdy jim asistent dělal doprovod. Tuto možnost využily téměř všechny rodiny minimálně jedenkrát. Tato pomoc se projevila v organizaci času celé rodiny v tom smyslu, že si otec dvojčat nebo jejich pracující babička nemuseli zařizovat v práci dovolenou a jejich úlohu mohl převzít právě asistent. „*když jsem šla s nima k lékaři, třeba na to očkování, tak jakmile je jedno v panice, druhý taky, tak obě chtějí být na klíně a teď jako, aby si manžel bral dovolenou, když já jsem na mateřský, aby mohl jít se mnou. To mi přijde absurdní. To samé moje maminka, která pracuje. K doktorovi jsem nemohla prostě jít sama, vždycky tam se mnou musel někdo jít. Takže jsem jí vždycky zavolala a domluvilo se to. Stalo se to třeba za celou dobu třikrát, ale už jen ten pocit, ta psychická úleva, že vím, že tam jedu a někdo je se mnou.*“

Rodiče si pochvalovali skutečnost, že se díky asistentovi mohli alespoň na chvíli věnovat každému dvojčeti jednotlivě. „*..., s tím asistentem bylo dobrý, že ona se třeba věnovala chlapečkovi a já jsem se mohla věnovat holčičce. Třeba problém je, že stavíte kostky s jedním a ten druhý hned šel, a když se mu hned nevěnoval, tak ty kostky třeba rozházel. Takhle to bylo více v klidu.*“

Často (především maminky dvojčat) využívaly asistenta jako doprovod pro své dvojčata na volnočasové aktivity, jako jsou cvičení, plavání nebo jednorázové výlety. Opět se zde setkaly s problémem, že při návštěvě koupaliště nebo cvičení potřebuje

každé dítě pomoc jednoho dospělého. „..., že jsme šli cvičit do Heřmánku, protože jak nebyli úplně samostatní, tak to chtělo, abychom tam byli dvě. Ty kroužky s téma dvojčátkama jsou obtížnější, ale po domluvě s asistentkou to bylo lepší.“ Díky asistentovi mohly maminky s dvojčaty využít více volnočasových akcí pro děti. Tato možnost jim mimo jiné pomohla i v předcházení nebo vystoupení z pocitu sociální izolace, která se u většiny z nich objevila. Rodina č. 1: „..., na tý mateřský ten faktor izolace svým způsobem je.“ Rodina č. 2: „...měla jsem pocit, že když mám ty děti dvě, tak nikdy nezapadnu do kolektivu těch sólo maminek, takže jsem uvítala někoho, kdo se mnou bude chodívat s dětmi ven.“

Některé maminky uvedly, že jim asistent pomohl v překonání obav a strachu z některých činností, které jim připadaly pro ně a jejich dvojčata náročné nebo přímo nedostupné. U některých rodin byla tato situace ještě náročnější v tom, že dvojčata mají také dalšího sourozence, takže rodič měl občas na starosti děti tři. Obavy byly spojeny především s procházkami s dvojčaty a jejich sourozencem, kdy už všechny děti jezdily na kole, nebo když maminka chtěla s dětmi jít na letní koupaliště. Při uvažování o těch činnostech se u ní objevil strach, zda to zvládne. Proto požádala asistenta, jestli by ji nedoprovodil a nezkusili tuto situaci zvládnout společně. Rodina č. 5: „... člověk může dělat věci, které by sám dělat nemohl. Já jsem hodně ocenila, že když bylo horký léto, tak jsem se bála jít se třemi dětmi sama na koupaliště. Asistentka šla s náma a já jsem zjistila, že to není tak strašný a pak jsem se odvážila jít i sama.“ Rodina č. 6: „Mě to pomohlo přestat se bát, něco zkusit s těmi dětmi sama.“ Podobná situace nastala i v momentě, kdy rodiče chtěli vzít všechny své děti na nějakou jednorázovou akci např. vánoční dílny. I zde rodiče uvítali pomoc asistenta, kdy měl každý dospělý jedno dítě na starost.

U třech rodin došlo k **rozšíření spolupráce** s asistentem. U dvou rodin šlo především o situace, kdy se maminka dvojčat mohla vrátit na částečný úvazek do svého zaměstnání. Ve třetí rodině mohla maminka dvojčat pracovat doma. Protože dvojčata byla na asistenta zvyklá a rodiče mu důvěřovali, tak po vzájemné dohodě se jejich spolupráce rozšířila mimo dobrovolnický program. Asistentka hlídala dvojčata v době, kdy maminky byly v práci. Rodina č. 5: „Naše spolupráce se rozšířila. Asistentka si s dvojčatama sedla,

takže mi je pak hlídala 2x týdně, když jsem já byla v práci.“ Rodina č. 2: „V podstatě ji teď využíváme jako hlídač a hrací tetu a já mám studenta na doučování. Manžel je v práci, já jsem vedle v místnosti a doučuju a ona je má na hodinku na starosti.“

V některých případech si rodiče a asistenti rozuměli natolik, že došlo k rozšíření jejich setkávání už nejen v rámci programu, ale také mimo něj. Rodina č. 1: *„Potom to přerostlo v to, že asistentka bydlí v domečku s velkou zahradou a tak říkala, že abychom nemuseli mít pořád oči na štopkách v parku, tak mám kluky nabalit a přijet k nim na zahradu. ...,už je to spíš taková teta. Lidsky jsme si s ní sedli.“* Rodina č. 4: *„Asistentka je pro nás spíš parták a partner.“* Rodina č. 6: *...,tam jsme si sedli hodně i lidsky a s naší asistentkou jsme si domluvili, že za ní pojedeme na víkend s celou rodinou. Je pro mě spíš kamarádka.“* Rodina č. 2: *„U nás to bylo tak, že asistentka občas přivedla i svoji dceru a zůstaly společně na oběd. Vyvinul se hezký vztah, takže program byl i s přesahem.“*

Kategorie č. 4 – **Matka dvojčat.**

Jak již název kategorie napovídá, pozornost zde bude věnována matkám dvojčat. Tato kategorie byla zvolena z toho důvodu, že jsou to právě matky, které docházejí nejčastěji do přímého kontaktu s asistentem. Proto je zde pozornost zaměřena na to, co jim program přinesl, jaké výhody pocítují sami u sebe.

Všechny maminky se ve svých odpovědích shodly na tom, že přítomnost asistenta přispěla k jejich větší psychické pohodě. *„... na stejné úrovni jako ta pomoc fyzická, byla i ta psychická.“* Asistent je pro ně člověk, se kterým si mohou popovídat, postěžovat si. Na druhou stranu také vyslechnout starosti i radosti jiného člověka. Maminky často uváděly, že díky komunikaci s asistentem, jako s dalším dospělým člověkem, získaly na chvíli pocit, že jsou součástí běžného života. Rodina č. 2: *„Prostě přijde někdo dospělý, kterému můžu říct, tý jo, to je fakt hrůza.“* Rodina č. 3: *„Pro mě bylo fajn, že je to člověk z jiné sféry. I co se týče zaměstnání, oboru, měla prostě jiný životní příběh. Takže to člověka vždycky nějakým způsobem obohatí.“* Rodina č. 1: *„Jenom to sdílení byla už obrovská pomoc.“*

Některé maminky se vyjádřily, že díky asistentovi získaly opět pocit, že všechno zvládnou a že nejsou tak závislé na svém partnerovi, hlavně tedy po psychické stránce. Zejména u maminek, které mají k dvojčatům ještě starší dítě se objevil pocit, že nemají

dost sil a energie pro zorganizování péče o děti a starosti o domácnost. Rodina č. 3: *„To je těžký, jak si člověk zvykne, že s tím prvním dítětem si všechno zařídí sám a pak prostě najednou ne, tak to pořád srovnává. Asistentka mi ten pocit vrátila, protože jsem věděla, že s ní zase všechno zvládnou.“* Rodina č. 6: *„...cítila jsem psychickou pohodu, protože máte pocit, že tu ještě někdo je, že nejsem na manželovi tak psychicky závislá, že jsou tady i ruce navíc.“*

Úleva po psychické stránce se dostavila také s tím, že v době, kdy byl u nich doma asistent, tak nemusely maminky dávat maximální pozor na svá dvojčata. Mohly si od dětí odpočinout a být chvíli samy. Rodina č. 6: *„Člověk si může naplánovat něco bez těch dětí, může na moment vypnout. Je jedno, jestli jdete pověsit prádlo, perete, vaříte, ale ten mozek na chvíli vypne.“* Rodina č. 4: *„I když si děti hrají, pořád je musíte jedním okem sledovat. Pořád tam ta pozornost musí být.“* Rodina č. 5: *„Člověk nemusel dávat maximální pozor třeba u toho žehlení, ... nemusel, jak se říká, na druhé ucho poslouchat, jestli tam se někdo neozve, nějaký pláč a od práce nemusel tak odbíhat.“* Rodina č. 3: *„S dvojčatama je ten mozek po chvíli už přetížený. Díky asistentovi se člověk hodil víc do klidu. Věděl, že se dětem někdo věnuje.“*

Kategorie č. 5 – **Partnerský vztah.**

Při odpovědích na otázku, zda rodiče mají pocit, že program nějak ovlivnil jejich partnerský vztah, došlo k rozdělení dotazovaných na dvě skupiny. Matky dvojčat odpověděly, že žádný vliv nebo změny nepocítují. Naopak otcové dvojčat se na tuto otázku vyjádřili kladně. Podle nich došlo k určitému uvolnění atmosféry jak v rodině, tak mezi partnery navzájem. Ve dnech, kdy byla asistentka v rodině přítomna, se jim zdála jejich partnerka vyrovnanější a klidnější, což po vyslovení tohoto názoru matky dvojčat potvrdily. Tatínkové dvojčat tento názor vysvětlují tak, že matky měly možnost přes den komunikovat s dospělou osobou a že se tak mohly vypovídat. *„Tak změny v partnerském životě nastaly, protože asistent mohl kompenzovat potřeby ženy, které jsem já, tím že jsem byl v práci a chodil domů až pozdě, naplnit nemohl. Jednalo se hlavně o to, že se vypovídala o svých problémech.“* Pozitivně se projevilo také rozdělení pozornosti a péče o dvojčata mezi matku a asistenta. Rodina č. 1: *„Když nemusela hlídat všechny děti a měla tam tu pomoc, tak byla odpočatější než po nějakém náročném dnu, kdy děti řvaly*

a byla na to sama.“ Rodina č. 3: „Určitě v těch dnech, kdy u nás byla asistentka, tak byla klidněji naladěná, což se promítlo, i když jsem přišel domů z práce.“

Zapojení se do programu mělo vliv i na komunikaci mezi partnery, kdy našli nové téma k rozhovoru, které se netýkalo pouze jejich dětí. Rodiče hovořili o asistentech, jejich motivech k této činnosti atd. *„V komunikaci se to projevilo tak, že jsme se bavili o těch lidech, kteří pomáhají.“* Rodiče také získali chvíli pro vzájemnou konverzaci bez dětí. Asistent se věnoval dětem ve vedlejší místnosti a rodiče si mohli buď v klidu popovídat, co se ten den dělo, nebo mohli plánovat další činnosti a organizaci rodiny. *„Když jsme potřebovali něco rozhodnout, tak vím, že teď chvíli můžeme oddychnout od dětí a můžeme vyřešit nějaký problém.“*

Otcové se také vyjádřili, že i oni (díky asistentovi) získali chvíli na odpočinek nebo oddech. Během dne nebo po návratu z práce. Rodina č. 2: *„Když vím, že asistentka je tady a já se vracím domů z práce, tak v podstatě jakoby nezapnu na ty děti. Povídáme si s manželkou, co budeme dělat, jak to máme naplánovat. Když přijdu jiný den, tak v podstatě děti už jsou u dveří, už mě vítají.“* Rodina č. 4: *„Když byl u nás asistent, tak jsem si mohl chvíli v klidu lehnout, odpočinout nebo se podívat na televizi, že mi ty děti nelezly hned po krku.“*

Jedna maminka po vyslechnutí odpovědi svého manžela k tomu dodala: *„Je to možná strašně nízký, ale když člověk může stihnout a udělat co chtěl, tak prostě má povedený den. A když má povedený den, tak se prostě natáhne večer na gauč vedle svého manžela a všechno je tak jak má být.“*

Kategorie č. 6 – Dvojčata.

Tato kategorie se zaměřuje na přínos nebo vliv programu na dvojčata. Velmi záleží na tom, kolik let nebo měsíců mají dvojčata v momentě, kdy za nimi asistent začne přicházet. Platí zde pravidlo: *„čím dříve, tím lépe.“* Pokud se rodina zapojí do programu, když jsou dvojčata ještě malá a mají jen několik málo týdnů nebo měsíců, nemusí se rodiče ani asistent bát, že by dvojčata reagovala odmítavě. Asistent je s dvojčaty od malička a děti ho berou jako blízkou osobu a neobjeví se u nich strach z cizích lidí. S problémy nebo s delším seznamováním a navazováním kontaktu musí rodiče i asistenti počítat u starších

děti, které si již dokáží spojit, kdo je cizí člověk a kdo je součástí rodiny. Rodina č. 6: *„Asistentka k nám začala chodit, když byla dvojčata ještě v kočárku, takže si na tvář zvykla, smála se. Byly hodně malé, tak ta seznamovací část neproběhla.“* Rodina č. 4: *„Ten začátek je asi důležitý, aby si rodina našla toho asistenta hned a nečekala, až budou mít dvojčata rok a víc.“*

Žádná z rodin, která vstupovala do programu, když dvojčata už vnímala, kdo je součástí rodiny a kdo je cizí člověk, neuvedla, že by nastaly problémy v seznamování. Po nějaké době si dvojčata na asistenta zvykla a těšila se na něj. *„Věděli, že asistentka jde jenom na chvíli, že já nikam nepůjdu, že budeme všichni společně. Nejdříve pokukovala, jestli tam jsem, když jsme třeba šli na procházku, ale když zjistila, že tam někde v pozadí jsem, tak to brala jako zpestření.“*

Rodiče se shodli na tom, že pro dvojčata byl největší přínos v jejich socializaci a v poznání, že existují jiní lidé, hry, přístup atd. Rodina č. 6: *„Důležité to bylo hlavně v socializaci dětí, že do té rodiny chodí i někdo další. Je důležité, aby děti nebyly závislé jenom na matce nebo sobě navzájem.“* Rodina č. 3: *“... poznání, že není jen maminka a tatínek, ale že existují i jiní lidé.“* Asistenta děti braly i jako změnu v jejich zavedeném režimu a po nějakém čase také pochopily, že asistent přichází za nimi a bude se jim plně věnovat. Rodina č. 4: *„Děti věděly, že to bude změna, že si s nima někdo jinak pohraje.“* Rodina č. 5: *„Ten asistent si s nimi hrál, což ty rodiče ne vždy vyhoví.“*

Kategorie č. 7 – **Zhodnocení programu**, podkategorie **Nedostatky programu, jeho vylepšení.**

Rodiče na otázku, zda je v něčem program zklamal nebo zda na něm shledávají **nedostatky či negativa** odpověděli jednohlasně, že žádné zklamání nepocítují. *„Je to spokojenost. Maximální.“* Všichni rodiče se shodli na tom, že je pro ně program velkou pomocí v krásném, ale obtížném období jejich života. Rodina č. 1: *„Je to obrovská pomoc, hlavně pro rodiny s dvojčatama, které nemají nikoho.“* Rodina č. 3: *„Program nám umožnil fungovat jako bychom měli jedno dítě, i když máme děti dvě.“* Rodina č. 6: *„Z mého pohledu, tak jak je to nastavené, tak si myslím, že to funguje velmi dobře.“*

Více než o nedostatcích programu se rodiče rozprávili o možných doporučeních *pro jeho vylepšení*, ke kterým dospěli po zpětném zrekapitulování jejich působení v programu. Tato doporučení se týkala především větší a dřívější propagace programu a podrobnějších informací ohledně práv a povinností rodiny i asistentů.

V rámci osvěty a propagace programu by rodiče navrhovali rozšířit více informací, letáků, plakátů atd. do čekáren lékařů (gynekologů, pediatrů) a porodnic. Zdůrazňovali také sílu a možnosti internetu, pomocí kterého by se tento program mohl dostat k více rodinám s vícčaty. Zejména maminky k této oblasti dodávaly, že informace a možnosti programu mohou budoucí rodiče dvojčat uklidnit a zmenšit tak strach z narození dvojčat, který se často objevuje. „*Třeba, když už je ta maminka těhotná, tak už jim dávat tu osvětu, už třeba jako součást těch kurzů, že kdyby měli pocit naprosté beznaděje, tak že si mohou říct o toho asistenta, že je to bezplatné, ať se nebojí.*“

Ze všeho nejvíce rodiče zdůrazňovali, že by pro ně a i pro asistenty bylo přínosné, kdyby byly více rozpracovány a vysvětleny informace ohledně práv a povinností obou stran (rodičů i asistentů). Především informovanost, v jakých oblastech mohou rodiče žádat asistenta o pomoc, která ustanovení programu jsou neměnná a která si mohou rodiny přizpůsobovat podle své situace. Přesněji rozvést cíle programu, cíle asistenta i rodiny a podrobnější popis podmínek programu. Především v začátku vzájemné spolupráce by tyto údaje oběma stranám velmi pomohli. „*Možná by chtělo do prvního kroku víc říct, co se od koho očekává, zvláště když je ten asistent i rodiče noví. My jsme tápali a nevěděli a doufali jsme, že ona přijde nabašená informacemi a ona věděla stejný nic jako my.*“

Rodiče často také zmiňovali zájem o větší reflexi jak pro ně, tak pro samotné asistenty. Dodávali k tomu, že vánoční setkání, které se každoročně koná a v rámci kterého se sejdou rodiny s asistenty v Centru pro rodiny s dvojčaty a vícčaty je velmi příjemné, ale současně nedostačující. Ocenili by, kdyby se setkání konalo častěji a odděleně pro rodiny a asistenty. „*Nízká reflexe i u těch asistentů, ... nemají pak ten motiv. Takže víc řešit tu problematiku asistentů, aby si z toho i oni víc odnesli.*“ Někteří rodiče se pozastavovali nad faktem, že asistenti nejsou více vedeni nebo informováni o problematice rodin s dvojčaty. Zdůrazňují, že každá rodina se nachází v jiné situaci, potřebuje odlišný přístup a pomoc, na kterou nemusí být asistent vždy dostatečně

připraven. Rodiče by více dbali na komunikaci, vzdělávání a vedení asistentů.
„Každá rodina je jiná a má jiný problém. Je to jiný, když má někdo trojčata a musí rehabilitovat a když mají donošený dvojčata, nebo když mají ještě další dítě v rodině.“

Rodiče měli ještě jedno doporučení, které vzešlo z jejich vlastních zkušeností. Jedná se o otevřenost v komunikaci mezi zúčastněnými. Rodiče i asistenti by si měli hned na začátku spolupráce vysvětlit, s jakými očekáváními do programu vstupují a na jak dlouho dobu spolupráci zamýšlejí. *„Je důležitý, aby obě strany vyložily karty na stůl. Uvědomila jsem si, že to, aby to dávalo smysl a mělo to nějakou návaznost, tak to chce trochu to promyslet dopředu. I v delším časovém horizontu. Co čeká maminka a zase dobrovolník, aby do toho nešel naplno a mamka věděla, že děti jdou za 3 měsíce do školky. Mrknout na to dlouhodobý hledisko.“* Zvláště u malých dětí je důležitá pravidelnost setkávání, díky které dojde k upevnění vztahu mezi nimi a asistentem. S tím souvisí fakt, že děti zapomínají na osoby, které delší dobu nevidí. Proto pokud asistent delší časový úsek do rodiny nedochází, může se stát, že na něj dítě zapomene a celý proces seznamování a navazování důvěry musí začít od začátku. *„Stačilo získat nějakou pravidelnost a byly děti v pohodě. To mají asi všechny děti rády, jak se opakují určitý rituály.“*

Na závěr rozhovoru rodiče vyjádřili přání, aby se spolupráce rozšířila na větší počet asistentů. Uvědomují si, že je tato služba dobrovolná a že asistenti vykonávají tuto činnost ve svém volném čase. Pokud by to ale bylo možné, uvítali by rodiče více hodin v týdnu nebo více asistentů, kteří by k nim přicházeli. *„Člověk, který živí rodinu si nedokáže představit, že dělá něco z čeho nic nemá, že dělá činnost, za kterou nic nemá. Ale kdyby to bylo možné, ocenila bych víc času s asistentem nebo s asistenty.“*

6 SHRNU TÍ A DOPORU ČEN Í PRO PRA XI

V následující podkapitole budou na základě výše zpracovaných výsledků shrnuta zjištění vyplývající z výzkumu a současně bude odpovězeno na jednotlivé výzkumné otázky, které byly stanoveny před zahájením výzkumu. Výsledky kvalitativního výzkumu se týkají pouze výzkumného vzorku a nemohou se zevšeobecňovat, ale rozhovory s rodiči naznačily, že podobné odpovědi, názory a zkušenosti by bylo možné očekávat i u dalších respondentů.

Výzkumná otázka č. 1: *Jak se promítlo zapojení se do programu Asistent do rodin s dvojčaty a vícčraty v plánování a organizování času rodiny?*

Z výsledku výzkumu vyplynulo, že v převážné většině rodin došlo ke změnám v plánování a organizování času. Rodině se po zapojení do programu zjednodušila logistika chodu domácnosti. Nejvíce se tyto změny projeví v oblastech plánování a organizování návštěv lékařů a dalších institucí, pracovních povinností, péče o domácnost a trávení času s dvojčaty.

Díky tomu, že do rodiny začal docházet asistent, tedy další dospělá osoba, tak se nemuselo často zasahovat do pracovních povinností otce dvojčat nebo dalších pracujících příbuzných. Tento fakt se týká především návštěv lékařů, zubařů atd. Asistent zde nahradil druhého dospělého člověka, kterého matka k sobě potřebuje, aby bylo postaráno o obě děti např. v čekárně nebo v ordinaci lékaře. Matky dvojčat se k tomuto vyjádřily tak, že jim tato možnost navrátila pocit, že zvládnou zorganizovat termín, čas, cestu a celkovou návštěvu lékaře a jiných institucí.

Dále si rodiče, zejména matky dvojčat, určité činnosti rozplánovali tak, aby je mohli vykonat v době, kdy se u nich asistent nachází. Jednalo se především o domácí práce, mezi které patří žehlení, úklid nebo příprava jídla. Tedy o činnosti, které jsou s dvojčaty obtížně vykonatelné nebo rodiče při nich mají strach o bezpečí dětí. Po sjednání termínu, kdy asistent do rodiny přijde, si matky dvojčat rozplánovaly čas tak, aby byl smysluplně využit na všech stranách.

Přítomnost asistenta v rodině rozšířila možnosti využívání volnočasových aktivit matky s dvojčaty. Opět se zde objevuje problém, že matka dvojčat k sobě potřebuje druhou dospělou osobu při návštěvách cvičení, plavání a kroužků pro děti. Asistent při těchto činnostech působí jako doprovod a stará se o druhé dítě. Díky tomu si může matka dovolit naplánovat a navštěvovat volnočasové aktivity s dvojčaty, což se samozřejmě promítá také do celkové organizace chodu a času rodiny.

V některých rodinách se spolupráce s asistentem rozšířila na více dní a hodin v týdnu než bylo původně stanoveno. Důvodem byla možnost některých maminek dvojčat vrátit se na zkrácený pracovní úvazek do svého zaměstnání. Díky tomu se docházení asistenta do rodiny stalo pravidelné, což mělo samozřejmě vliv také na plánování a organizování času domácnosti.

Výzkumná otázka č. 2 - Co přineslo zapojení se do programu Asistent do rodin s dvojčaty a víceročaty matce dvojčat?

Všechny matky dvojčat se shodly na odpovědi, že jim program přinesl větší psychickou pohodu. Asistenta vnímají jako člověka, se kterým si mohou popovídat jak o negativních, tak i pozitivních věcech a situacích. Zároveň ho vnímají jako pojítko s běžným světem a mnoho matek také uvedlo, že jsou rády i za rozhovory o tématech z jiného prostředí, zaměstnání atd. Komunikace s dalším dospělým člověkem je u matek na mateřské dovolené velmi důležitá. Zvláště pak u těch s dvojčaty, kde často dochází k pocitu sociální izolace.

Dále matky zmiňovaly, že díky programu získaly opět pocit, že zvládnou zorganizovat chod domácnosti a péči o děti. Pocit ztráty schopnosti sladit domácnost a péči o děti se vyskytl především u žen, které mají k dvojčatům ještě jedno dítě. Dochází tady k srovnávání, ve kterém se žena hodnotí podle toho, co zvládala s první dítětem a jak to je v současné době s dvojčaty. Na základě těchto pocitů se mohou ženy cítit více závislé (psychicky i fyzicky) na svém partnerovi. Právě tento pocit pomohla zmírnit přítomnost asistenta.

Pomocí asistenta mnohé ženy překonaly obavy a strach z některých činností, které jim připadaly náročné nebo pro matky s dvojčaty přímo nedostupné. Jedná se především o výlety s dětmi na koupaliště, do parku, na jednorázové akce (např. vánoční dílny) atd. Díky tomu, že je při těchto akcích asistent doprovázel, došly mnohé matky k poznání, že situaci mohou zvládnout i sami. Navíc se jim objevila možnost mít k sobě asistenta, se kterým si péči o dvojčata rozdělí, takže u nich došlo ke snížení stresu a pocitu odloučení od společnosti. Důležité pro matky byly také chvíle, kdy si asistent hraje s dvojčaty a ony si mohou v klidu sami vykonat domácí práce nebo vyřídit telefony, e-maily apod. Téměř všechny matky uvedly, že jim právě krátké odloučení od dvojčat pomůže k získání energie, sil a klidu pro další péči a výchovu dětí.

Výzkumná otázka č. 3 - *Jak se promítlo zapojení se do programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícčaty v partnerském vztahu?*

V odpovědích na tuto otázku se partneři nejdříve rozcházel. První odpověď u žen byla, že nepocítují žádný vliv nebo dopad programu na jejich partnerský vztah. Muži naopak této odpovědi oponovali a vyjádřili se k otázce velmi kladně. Podle nich se program na vztahu projevil. Změny nastaly především v uvolnění atmosféry celé rodiny i jejich partnerského vztahu. Ve dnech, kdy byl asistent v rodině přítomen, se mužům zdály jejich ženy vyrovnanější, klidnější a odpočatější. Tyto změny přisuzují především tomu, že ženy mají možnost komunikovat s dospělou osobou během dne a mohou si s asistentem rozdělit péči o dvojčata. Po vyslechnutí těchto názorů s nimi ženy souhlasily. Dodaly, že i ony mají pocit většího klidu a více sil, což se přirozeně projevuje na partnerském vztahu. Pocit, že během dne stihnou vše, co si naplánovaly a současně ví, že je o děti dobře postaráno a že se jim někdo plně věnuje, u nich snížil stresový faktor, což se poté projeví na jejich celkovém rozpoložení a náladě.

Program se projevil také na komunikaci partnerů. Některé páry uvedly, že díky programu našly nové společné téma k rozhovoru, ve kterém se věnují dobrovolníkům, motivaci k této činnosti, sociálním službám atd. Partneři také získali čas popovídat si bez přítomnosti dětí, které si v tu chvíli hrají s asistentem. I když je to jen krátký čas považují to rodiče za velmi přínosné a osvěžující pro jejich vztah. Během těchto chvil mají možnost

si v klidu naplánovat další činnosti a program rodiny nebo vyřešit nějaký problém.

Výzkumná otázka č. 4 - Co podle rodičů přinesl program Asistent do rodin s dvojčaty a vícerčaty samotným dvojčatům?

Program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícerčaty se projevil zejména v socializaci dvojčat. Asistent je cizí člověk, který za dvojčaty pravidelně dochází a díky tomu se mohou děti naučit rozeznávat, kdo je cizí člověk a kdo je členem rodiny. Současně také dvojčata mohou poznat a seznámit se s novým přístupem, novými hrami, činnostmi atd., které jim asistent do života přináší. Vše samozřejmě záleží na věku dvojčat. Jiná náplň času je s půlročními nebo ročními dvojčaty a jiné možnosti se nabízejí u dvouletých a starších dvojčat.

Z odpovědi rodičů vyplynulo, že vidí na dvojčatech radost a pozitivní ohlasy na příchod a přítomnost asistenta. Uvádějí, že dvojčata jsou spolu celý den, všechny činnosti provádějí ve stejnou dobu a stejným způsobem, což často vede ke vzniku tzv. „ponorkové nemoci“ a také rodina má svůj zaběhlý režim, který se může stát až stereotypním. Právě asistent může vnést do života dvojčat i rodiny nový prvek, energii a nové nápady. Rodičům po určité době chybí inspirace pro nové hry, výtvarné činnosti a náplň času dvojčat. V těchto situacích jim asistent také velmi pomáhá. Děti se díky tomu neustále učí novým věcem a také komunikovat s jiným člověkem než jsou rodiče, prarodiče a sourozenci.

Výzkumná otázka č. 5 - Jaké nedostatky programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícerčaty vnímají rodiče a jak by se měl program dále vyvíjet?

Rodiče nespatřují na programu žádné nedostatky nebo negativa. Cíl a myšlenka programu jsou podle rodičů správně nastaveny. Program rodině poskytl podporu a pomoc v krásném, ale náročném období jejich života. Rodiče si váží Centra pro rodinu s dvojčaty a vícerčaty v Olomouci a všech možností a příležitostí, které jim nabízí. Současně velmi oceňují a jsou vděční za asistenty, kteří dobrovolně ve svém volném čase věnují rodinám svoji sílu, přítomnost a pomoc. Rodiče si uvědomují, že se jedná o dobrovolnickou a bezplatnou službu a z tohoto důvodu jim nepřijde správné stanovovat si pravidla nebo

požadavky na fungování programu. Vyjádřili se ve smyslu, že mají pouze určitá doporučení pro vylepšení programu, která plynou z jejich vlastních zkušeností.

Doporučení se týkají propagace programu, podrobněji rozpracovaných práv a povinností rodiny i asistentů a vylepšení reflexe. V rámci rozšíření informovanosti o programu je doporučováno zvýšit počet plakátů, letáků, článků atd. do ordinací lékařů, novin, reklamních ploch atd. V této době hraje také velkou roli v šíření zpráv a novinek internet, pomocí kterého by se mohlo více rodin dozvědět o existenci nejen programu, ale také Centra pro rodiny s dvojčaty a vícěrčaty. Rodiče k tomu dodávají, že mnohdy už jen víze toho, že existuje program, který je nastavený jako pomoc pro rodiny s vícěrčaty, pomáhá párům v získání většího klidu a současně snížení obav z příchodu dvojčat na svět.

Program má nastavená určitá pravidla, která by měla být dodržována ze strany rodičů i asistentů. Podle zkušeností z praxe by rodiče ocenili, kdyby tato pravidla byla mnohem rozpracovanější a podrobnější. Zejména do začátku spolupráce by bylo vhodné více vysvětlit, v kterých oblastech mohou rodiče asistenta žádat o pomoc, která ustanovení jsou neměnná a která se mohou přizpůsobovat konkrétní situaci a rodině. V rámci odpovědí velmi často zaznělo, že rodiče jsou překvapeni, že asistenti nejsou více seznámeni s problematikou rodin s dvojčaty a vícěrčaty. Každá rodina se nachází v jiné životní situaci a vyžaduje odlišný přístup, na který by měl být asistent dopředu připraven. Z toho důvodu by měl být kladen větší důraz na komunikaci, vzdělávání a vedení asistentů.

Dalším bodem, který by měl být více rozpracován, byla reflexe programu, jak ze strany rodičů, tak asistentů. Vánoční setkávání rodin a asistentů, které slouží nejen jako zpětná vazba Centra pro rodiny s dvojčaty a vícěrčaty je velmi příjemná akce s milou atmosférou, ale podle slov rodičů je nedostačující. Bylo by vhodné uskutečnit setkání, která jsou oddělená pro rodiny a asistenty.

Všechny rodiny se shodly na tom, že by jejich velkým přáním bylo, aby se spolupráce rozšířila na více dní a hodin v týdnu než je doposud stanoveno. Všichni rodiče si uvědomují, že se jedná o dobrovolnický program, v rámci kterého jim asistenti věnují svůj volný čas bez nároku na odměnu, tudíž zdůrazňují, že se jedná pouze o jejich přání, v žádném případě požadavek.

Na základě výzkumného šetření analýzy získaných dat a odpovědí na vedlejší výzkumné otázky může být již odpovězeno na hlavní výzkumnou otázku: ***Jak rodiče vnímají program Asistent do rodiny s dvojčaty a víceročaty?***

Odpověď na hlavní výzkumnou otázku zní: Rodiče program Asistent do rodiny s dvojčaty a víceročaty vnímají velmi pozitivně a jsou rádi, že se do něj rozhodli zapojit. Program jim přinesl pomoc a podporu v péči o jejich dvojčata, tudíž byly naplněny důvody, kvůli kterým do něj vstupovali.

Hlavní pozitiva programu jsou spatřovány ve fyzické i psychické pomoci rodičům, při obstarávání péče o dvojčata. Fyzická pomoc se týká především doprovodu k lékařům, zubařům, na hřištích, v parcích, při výletech a při hlídání dětí v domácnosti. Psychická pomoc souvisí s možností snížit ostražitost a pozornost na dvojčata v přítomnosti asistenta, s komunikací a příležitostmi sdílet s někým další své starosti i radosti spojené nejen s dětmi a s pocitem, že rodiče mají ještě dalšího dospělého člověka, na kterého se mohou v případě potřeby obrátit o pomoc.

Pozitivně se program projevil také ve způsobu trávení času s dvojčaty, ve kterém došlo k rozšíření možností využívat více volnočasových aktivit např. plavání nebo cvičení. Většina volnočasových aktivit je určena převážně pro matky s jedním dítětem a v rodinách s dvojčaty se asistent při těchto činnostech stal náhradníkem druhého dospělého člověka. Asistent současně vnesl do zaběhlého režimu dne nové nápady, hry, motivy pro činnost atd.

Program navrátil mnoha rodičům pocit, že zvládnou zorganizovat a sladit starost o domácnost a péči o dvojčata, který se po narození dvojčat vytratil. Díky přítomnosti asistenta si mohly především matky naplánovat čas tak, aby byly splněny povinnosti ohledně domácnosti (úklid, praní, žehlení, vaření) a současně u nich nevznikl pocit, že se dvojčatům dostatečně nevěnují. Matky věděly, že je o dvojčata dobře postaráno a tím došlo ke snížení pocitu frustrace a beznaděje, že dělají několik činností najednou, ale ne naplno.

Přítomnost asistenta se projevila v celkovém uvolnění atmosféry rodiny i samotného partnerského vztahu. Tento fakt souvisí se skutečností, že především matka dvojčat, která je nejčastěji v kontaktu s asistentem, měla možnost si během dne popovídat s dospělou osobou a mohla tak s někým sdílet své pocity, názory apod. Současně si mohla

obstarat činnosti, které sama s dětmi nezvládne, anebo jsou s nimi velmi obtížné, což se promítá do jejího psychického rozpoložení, které je mnohem pozitivnější a vyrovnanější. Všechna uvedená pozitiva u matky se samozřejmě přenesou i do komunikace a chování k partnerovi např. po jeho návratu z práce, kdy žena má více energie a chuti si o prožitém dni popovídat a také společně plánovat den nadcházející.

U žen došlo také ke snížení pocitu sociální izolace, který se na mateřské dovolené může vyskytnout. Zejména matky s dvojčaty jsou v některých oblastech limitovány skutečností, že k sobě potřebují při určitých činnostech doprovod, který se o druhé dítě postará. Asistent tak převzal roli druhého dospělého člověka a matka již nemusela mít pocit omezování nebo vyčleňování z běžného života. Snížil se také pocit závislosti na fyzické i psychické pomoci od svého partnera.

Asistenta rodiče vnímají jako partnera a společníka, který jim usnadňuje krásné, ale náročné období v jejich životě. Oceňují na něm jeho obětavost a ochotu věnovat druhým lidem svůj volný čas bez nároku na jakoukoliv odměnu.

7 DISKUZE

V kapitole diskuze bude provedeno srovnání poznatků, které byly popsány v teoretické části práce s poznatky získanými výzkumem v empirické části. Budou zde uváděna také doporučení, jak mohou být výsledky výzkumu uplatněny v praxi.

Jak uvádí Neifert & Thorpe (1990), již samotné vícečetné těhotenství a příprava na porod vyvolává u rodičů stres a starosti. Současně se u nich může objevovat úzkost, zda budou zvládat výchovu dvojčat. Tento výrok výzkum potvrdil a současně z něj vyplynulo, že vědomí a informace o tomto programu poskytly rodičům určitou úlevu ve smyslu, že mohou požádat asistenta o pomoc a nebudou na veškerou péči sami. Proto rodiče zdůrazňovali, aby se s propagací programu začalo např. již v předporodních kurzech pro nastávající rodiče dvojčat nebo v ordinacích gynekologů a dalších lékařů, kam ženy během těhotenství dochází. Dále byl navržen roznos plakátů a brožur programu v porodnicích a v pediatrických ordinacích.

I když je program nastavený pro rodiny s dvojčaty a vícčetaty od jejich narození, toto časové vymezení se ve výzkumu nepotvrdilo jako úplně žádoucí. Rodiče, zejména matky dvojčat, se v odpovědích vyjádřili tak, že minimálně 2 měsíce po příchodu z porodnice potřebují klid na adaptaci v domácím prostředí a vytvoření určitého režimu péče o děti. Z těchto důvodů není čas a ani síla k seznamování se s asistentem a vysvětlováním mu situace, požadavků apod.

Po tomto krátkém adaptačním časovém úseku by rodiče ihned navázali spolupráci s asistentem a zapojili ho do rodinného fungování. U všech dětí je důležité vytvoření režimu spánku a krmení. Pro dobré fungování rodiny je podstatné zorganizovat si chod domácnosti a péči o děti (Benešová, 2010). Právě ve vytvoření těchto režimů a souladů vidí rodiče šanci pro smysluplné zapojení asistenta, který by pravidelně docházel do rodiny a vozil by dvojčata venku v kočárku. Děti by si tak navykly na určitý režim a rodiče by získali čas na odpočinek nebo na vykonání domácích prací apod.

V tomto případě by se ale musela vyřešit jedna z podmínek stanovených

programem a to, že rodič musí být vždy přítomen s dvojčaty a asistentem. Právě toto ustanovení bylo v rozhovorech nejdiskutovanější. Na jednu stranu rodiče rozumí, že je tímto krokem asistent právně chráněn pro případ, že by se děti zranily, na druhou stranu je to pro rodiče lehce omezující právě ve smyslu, že by mohli asistentovi děti svěřit a dohnat činnosti, které s dvojčaty nejdou udělat nebo jsou nebezpečné (např. žehlení prádla nebo úklid koupelny čistícími prostředky). Všichni rodiče by uvítali, kdyby byla tato podmínka více vysvětlena a rozpracována.

V kapitole nazvané Specifika rodiny s dvojčaty se píše, že přibližně od jednoho roku začínají dvojčata chodit, což vede ke zvýšené pozornosti rodičů na jejich bezpečnost. Procházky pouze jednoho dospělého s dvojčaty jsou velmi fyzicky i psychicky náročné, protože dvojčata již nechtějí setrvávat v kočáru, ale chtějí sami objevovat svět. Kolem druhého roku rodičům nastává obtížné období, ve kterém učí dvojčata osobní hygieně a sebeobsluze (Rulíková, 2002). Právě období od jednoho roku do 2,5 let prohlásili rodiče za nejobtížnější ve výchově dětí a objevuje se zde nejsilnější potřeba pro přítomnost a pomoc asistenta. Výsledky výzkumu potvrzují, že pro rodiče jsou procházky s dvojčaty začínajícími chodit velmi náročné a v některých případech rodiče raději zůstávají doma, pokud k sobě nemají dalšího dospělého člověka. Asistentova pomoc je tu žádána jednak po fyzické stránce, kdy má na starosti manipulaci s jedním z dvojčat, tak po psychické stránce, kdy přebírá dohled a pozornost nad jedním dítětem.

Rodiče dvojčat jsou nuceni svůj čas dělit mezi děti, které prochází všemi etapami a životními zkušenostmi ve stejném časovém období. Děti spí ve stejný čas, jsou vzhůru ve stejnou dobu, vyžadují péči i krmení v tu samou chvíli. Z těchto důvodů je pro rodiče velmi náročné věnovat jim individuální péči. (Fierro, 2011) Čím jsou dvojčata starší, tím více vnímají svoji individualitu a dožadují se větší pozornosti. S tímto tvrzením rodiče naprosto souhlasí a dodávají k tomu, že díky asistentovi se mohli vždy alespoň na chvíli věnovat každému dítěti zvlášť. Tyto okamžiky pomáhají ve vytvoření silného a pevného pouta mezi rodičem a dítětem.

Kolem třetího roku nastupují dvojčata do mateřské školy a jejich matka se navrácí do zaměstnání. Tyto události znamenají pro rodinu velké změny především v organizaci chodu domácnosti. Právě nástup dětí do mateřské školy se ve výzkumu ukázal jako

rozhodující moment pro ukončení spolupráce s asistentem. Režim, ve kterém rodina doposud fungovala, prošel celkovou proměnou a členové rodiny spolu již netráví většinu dne, ale shledávají se až odpoledne nebo navečer, proto zde již není potřeba, aby asistent pomohl vyplnit čas dvojčat. V rámci výzkumu se nenašla žádná rodina, která by v programu pokračovala i po výše zmíněných změnách. I když je program nastavený až do 8 let věku dvojčat, ve většině případů dochází právě kolem 3 roku dvojčat k ukončení asistence. U některých respondentů došlo k prohloubení vzájemného vztahu, kdy rodiče si s asistentem velmi rozuměli a jsou v kontaktu i po skončení v programu. Asistent může rodině i nadále vypomáhat, ale už se nejedná o asistenci v pravém slova smyslu, jde už spíše o přátelský kontakt a pomoc.

V kapitole s názvem Situace rodiny s dvojčaty a vícčraty je pozornost zaměřena na srovnání a popis určitých nevýhod rodin s vícčraty oproti rodinám s jedním dítětem nebo dětmi narozenými zvlášť. S určitým omezením se rodiny setkávají už v nejmladším věku dvojčat. Toto omezování nebo vyčleňování rodin s dvojčaty (u vícčrat to platí také) je spatřováno např. při komplikaci vstupu do budov úřadů, lékařů, jízdě hromadnými dopravními prostředky atd. Důvodem je široký kočárek pro dvojčata, který se do těchto prostor často nedostane nebo je k tomu potřeba pomoc druhé dospělé osoby. Podobná situace nastává při návštěvě mateřských a rodinných center, které připravují pro děti nepřehledné množství kroužků. Bohužel vždy jsou nachystány tak, že jedna maminka pracuje s jedním dítětem. Tím dochází k vyčleňování matek s dvojčaty a může to mít za následek i vznik pocitu sociální izolace. Tato skutečnost se ve výzkumu potvrdila. Matky se cítí omezovány v možnosti navštěvovat volnočasové aktivity s dvojčaty a po nějaké době mají pocit vyčleňování ze společnosti. Díky možnosti využít asistenta jako doprovod při těchto činnostech došlo u matek ke snížení pocitu sociální izolace a současně dochází také ke zmírnění pocitu závislosti na partnerovi po fyzické i psychické stránce. Asistent převzal při těchto činnostech povinnosti a úkoly otce dvojčat v ostražitosti a manipulaci s druhým dítětem. Stejná situace nastává při návštěvách u lékaře s dvojčaty. I zde je nutná přítomnost druhého dospělého člověka, který se postará o druhé dítě. Jak se v odpovědích ukázalo, připadá matkám zbytečné a nelogické, aby si jejich partner musel zařizovat v práci volno kvůli návštěvě dvojčat u lékaře. Proto velmi uvítaly příležitost využít zde doprovod asistenta.

Jak je uvedeno v kapitole Charakteristika organizace a programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícčaty v Olomouci, základní myšlenkou programu je poskytovat rodině úlevovou péči, protože rodinný život s dvojčaty je velmi náročný po stránce časové, materiální, organizační i lidské. Z tohoto důvodu byly sestaveny čtyři oblasti, v rámci kterých je rodině nabídnuta pomoc: 1. oblast – asistence při volnočasových aktivitách, 2. oblast – doprovod k lékaři nebo na rehabilitační cvičení, 3. oblast – výpomoc a asistence v rodině s dvojčaty/vícčaty, 4. oblast – školní přípravy. Na základě výsledků výzkumu se ukazuje, že první tři oblasti jsou rodinami plně využity. Všechny rodiny zapojené do tohoto výzkumu minimálně jednou každou oblast využily. Poslední, čtvrtou, oblast rodiny nevyužívají. Důvodem je fakt, že ve většině případů spolupráce s asistentem končí nástupem dvojčat do mateřské školy a poté již není potřeba využít nabízenou pomoc od asistenta. Všichni respondenti se shodli, že tento program jim nejvíce pomohl a pomáhá v časovém rozmezí od 1 roku do 3 let dvojčat. Toto období bylo rodiči popsáno jako nejnáročnější pro sladění péče a výchovy dvojčat s chodem a starostmi o domácnost.

ZÁVĚR

Cíl mé diplomové práce je nastaven na *zjištění, jak program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty funguje v praxi, jak jej rodiče dvojčat vnímají a v čem spatřují jeho výhody a nedostatky*. Aby mohlo být cíle dosaženo, bylo nezbytné si nejprve definovat základní teoretické pojmy související s tématem práce.

Z tohoto důvodu je první kapitola teoretické části věnována vymezení základních pojmů. Konkrétně se jedná o pojmy vícečetné těhotenství a jeho výskyt, vícěrčata, vícečetný porod a rizika s ním spojená. Další kapitola se již zabývá rodičovstvím s dvojčaty. Pozornost je zde zaměřena na to, jak se rodina adaptuje na novou životní situaci, tedy na narození dvojčat. Na tuto problematiku navazuje kapitola, která se soustředí na specifika rodiny s dvojčaty v jejich péči a výchově a následně je zde objasněna situace rodin s vícěrčaty po sociální a finanční stránce. Tato kapitola je doplněna o přehled služeb v České republice, které svoji činnost věnují právě pomoci rodinám s dvojčaty a vícěrčaty. Teoretická část práce je uzavřena kapitolou věnující se dobrovolnictví a programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty v Olomouci. V rámci podkapitoly o dobrovolnictví je tento pojem nejprve stručně definován, poté je pozornost zaměřena na práci s dobrovolníkem a jeho motivaci pro tuto činnost. V závěru kapitoly je představen program Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty od jeho vzniku až po současnost.

Na teoretickou část navazuje část empirická, jejímž cílem je prozkoumat vnímání programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícěrčaty samotnými rodiči. K naplnění tohoto cíle byl zvolen kvalitativní výzkum, v rámci kterého byly informace získány pomocí polostrukturovaných rozhovorů s rodiči dvojčat. Získaná data byla dále zpracována pomocí otevřeného kódování, následně podle jednotlivých kódů, sloučena do kategorií, které poté vytvořily nový celek. Díky takto zpracovaným datům bylo možné odpovědět na jednotlivé výzkumné otázky.

Na základě provedeného výzkumu je možné říci, že program splňuje a dosahuje cílů, které má nastaveny. Rodinám s dvojčaty a vícěrčaty je díky němu poskytována pomoc a podpora v péči o jejich děti. Rodiče v asistentovi nacházejí člověka, který je ochotný

věnovat jim svůj volný čas a ulehčit jim v jejich starostech, které souvisejí s výchovou dvojčat.

Téma své diplomové práce jsem si zvolila především proto, že sama působím jako asistent v rodině s dvojčaty a vidím, jak je starost a péče o dvě děti narozené ve stejný den náročná. Proto mě zajímal pohled na tento program ze strany rodičů a jsem velmi ráda, že rodiny na moji žádost o rozhovor odpověděly a mohla jsem si vyslechnout a následně zpracovat jejich zkušenosti a názory.

Tato diplomová práce by mohla sloužit jako zpětná vazba Centru pro rodiny s dvojčaty a vícerčaty v Olomouci, které provozuje dobrovolnický program Asistent do rodin s dvojčaty a vícerčaty, na které bylo zaměřeno výzkumné šetření. Vypovídá o zkušenostech, pocitech a názorech rodičů ohledně zmiňovaného programu a popisuje jeho význam v životě rodiny. Současně tento výzkum může přispět k vylepšení programu, jelikož rodiče v rámci odpovědí na otázky uvedli také svá doporučení pro jeho budoucí vývoj.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

AINSLIE, R. C., 1997. *The Psychology of Twinship*. 2. vyd. London: Jason Aronson Inc. ISBN 978-1568216645.

BÁRTOVÁ, Ivana, 2012. *Tvorba, realizace a evaluace sociálně aktivizačního programu pro rodiny dvojčat*. Plzeň. Bakalářská práce. Západočeská univerzita v Plzni. Pedagogická fakulta.

BENEŠOVÁ, Markéta, 2010. *Specifika rodičovství a výchovy dvojčat*. Praha. Diplomová práce. Univerzita Karlova v Praze. Filozofická fakulta.

BRUMOVSKÁ, Tereza, MÁLKOVÁ SEIDLOVÁ, Gabriela, 2010. *Mentoring. Výchova k profesionálnímu dobrovolnictví*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-772-5.

CALLAGHAN, O. Ch., STEPHANSON, T., 2005. *Pediatricie do kapsy*. Praha: Grada. ISBN 80-247-0933-3.

COOPEROVÁ, Carol a HYMASOVÁ, Katy, 2013. *Dvojčata*. Praha: Ikar. ISBN 978-80-249-2102-0.

DOSTÁLOVÁ, Magda, 2014. *Dobrovolnictví jako prostředek ke zkvalitnění mezigeneračních vztahů*. Olomouc. Diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouc. Pedagogická fakulta.

FRYDRYCHOVSKÁ, Zuzana, 2007. *Psychologická charakteristika rodin s dvojčaty*. Olomouc. Diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta, Katedra psychologie.

HALINSKÁ, Lydie, 2013. *Sociologický průzkum skupiny sociální sítě, aneb jak se žije rodinám s dvojčaty v Čechách*. Teplice. Seminární práce. Bankovní institut vysoká škola a.s.

HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena, 2002. *Psychologický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-303-X.

HENDL, Jan, 2005. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál. ISBN 80-7367-040-2.

JEMELKOVÁ, Adriana, 2015. *Projekt Asistent do rodiny s dvojčaty a vícččaty*. Kroměříž. Absolventská práce. Vyšší odborná škola pedagogická a sociáln v Kroměříži.

KALINA, Kamil, 2008. *Terapeutická komunita*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2449-2.

KLAPILOVÁ, Světlá, 2000. *Kapitoly ze sociální pedagogiky*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 80-7076-669-8.

KLIMEŠ, Lumír, 2010. *Slovník cizích slov*. Praha: SPN. ISBN 978-80-7235-446-7.

LANGMEIER, Josef, LANGMEIEROVÁ, Dana, 1977. *Výchova v rodině a mravní vývoj dítěte*. In: LINHART, J.; KODYM, M.; KOTÁSKOVÁ, J., a kol. *Mravní vývoj dítěte v socialismu*. Praha: Academia.

LEONARD a DENTON, 2006. *Preparation for parenting multiple Birth children. Early Human Development*.

LYTTON, H. et al., 1995. *Parenting Twins*. In: BORNSTEIN, M.H. *Handbook of Parenting*. Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, s. 185–208. ISBN 0-8058-1892-8.

MATĚJČEK, Zdeněk, 1992. *Dítě a rodina v psychologickém poradenství*. Praha: SPN. ISBN 80-04-25236-2.

MATOUŠEK, Oldřich a kol., 2003. *Metody a řízení sociální práce*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-548-2.

MATOUŠEK, Oldřich, 2003. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: SLON. ISBN 80-86429-19-9.

MATOUŠEK, Oldřich, 2003. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál. ISBN 80-717-8549-0.

MINDE, K., CORTER, C., GOLDBERG, S., JEFFERS, D., 1990. *Maternal preference between premature twins up to age four*. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 29., s. 367 – 374.

MIOVSKÝ, Michal, 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Grada. ISBN 80-247-1362-4.

MÜLLEROVÁ, Magdaléna, 2011. *Dobrovolníci pro kulturu: dobrovolnická činnost v kulturních organizacích*. Praha: Česká kancelář programu Culture nákladem Institutu umění – Divadelního ústavu. ISBN 978-80-7008-268-3.

NEIFERT, M., & THORPE, J., 1990. *Twins: family adjustment, parenting, and infant feeding in the fourth trimester*. Clinical obstetrics and gynecology, 33(1), 102-113.

PAŘÍZEK, Antonín, 2009. *Kniha o těhotenství a dítěti*. 4. vyd. Praha: Galén. ISBN 978-80-7262-653-3.

PETRÁČKOVÁ, Věra, KRAUS, Jiří at al., 1998. *Akademický slovník cizích slov*. Praha: Academia. ISBN 80-200-0607-9.

PLAMÍNEK, Jiří, 2010. *Tajemství motivace. Jak zařídit, aby pro vás lidé rádi pracovali.* 2. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3447-7.

PONS, Jean-Claude., FRYDMAN, René, 1994. *Dvojčata.* Bratislava: SOFA. ISBN 80-85752-46-8.

PŘADKA, Milan, KNOTOVÁ, Dana, FALTÝSKOVÁ, Jarmila, 2004. *Kapitoly ze sociální pedagogiky.* Brno: Masarykova univerzita v Brně, Pedagogická fakulta. ISBN 80-210-3469-6.

ROZTOČIL, Aleš, 2008. Vícečetné těhotenství. In ROZTOČIL, A. a kol. *Moderní porodnictví.* Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1941-2.

RULÍKOVÁ, Klára, 2002. *Dvojčata: jejich výchova a vývoj.* Praha: Portál. ISBN 80-7178-650-0.

RULÍKOVÁ, Klára, 2008. *Dvojčata.* Brno: Computer press. ISBN 978-80-251-2113-9.

RULÍKOVÁ VÍTKOVÁ, Klára, 2009. *Co nevíte o dvojčatech.* Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-613-1.

SOBOTKOVÁ, Irena, 2001. *Psychologie rodiny.* Praha: Portál. ISBN 80-7178-559-8.

SPILLMAN, J. R., 1999. *A study of maternity provision and multiple births in the UK.* Acta Geneticae Medicae et Gemellologiae. Vol 41, s. 353 – 364.

STAROŠTÍKOVÁ, Zuzana, 2014. *Metodika k dobrovolnickému programu Asistent do rodiny s dvojčaty a vícčaty.* Centrum pro rodiny s dvojčaty a vícčaty.

STRAUSS, Anselm L. a CORBIN, Juliet, 1999. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie.* Vyd. 1. Boskovice: Albert. ISBN 80-85834-60-X.

ŠVARŤÍČEK, Roman a ŠEĎOVÁ, Klára, 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Porát. ISBN 978-80-7367-313-0.

THEROUX, R., 1989. *Multiple birth: a unique parenting experience*. Journal of Perinatal and Neonatal Nursing, 3, s. 35 – 45.

TOŠNER, Jiří, SOZANSKÁ, Olga, 2006. *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. Praha: Portál. ISBN 80-7367-178-6.

VELEBIL, Petr, 2004. Vícečetné těhotenství. In: HÁJEK, Z. a kol. *Rizikové a patologické těhotenství*. PraMATOUŠEK, Oldřich, 2003. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: SLON. ISBN 80-86429-19-9. ha: Grada, s. 327-329. ISBN 80-247-0418-8.

ELEKTRONICKÉ ZDROJE

Are multiples more likely to be delayed and why?. In: Curtin University Australia [online]. 2016. [cit. 21.5.2016]. Dostupné z: <http://tandm.curtin.edu.au/preschool/p2.cfm>).

ČESKO. Zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře. In *Sbírka zákonů ČR*, ročník 1995, částka 31. Dostupné na: <<http://www.zakonyprolidi.cz/cs/1995-117>> [cit. 2016-01-01]. ISSN 1211-1244.

ČESKO. Zákon č. 187/2006 Sb., o nemocenském pojištění. In *Sbírka zákonů ČR*, ročník 2006, částka 64. Dostupné na: <<http://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-187>> [cit. 2016-01-01]. ISSN 1211-1244.

ČESKO. Zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů (zákon o dobrovolnické službě). In *Sbírka zákonů ČR*, ročník 2002, částka 82. Dostupné na: <<http://www.zakonyprolidi.cz/cs/2002-198>> [cit. 2014-06-05]. ISSN 1211-1244.

ČESKO. Zákon č. 198/2009 Sb., o rovném zacházení a o právních prostředcích ochrany před diskriminací a o změně některých zákonů (antidiskriminační zákon). In *Sbírka zákonů ČR*, ročník 2009, částka 58. Dostupné na: <<http://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-198>> [cit. 2015-07-01]. ISSN 1211-1244.

Deklarace práv a potřeb dvojčat a vícčrat. In: Dvojcata-asociace.cz [online]. [cit. 9.5.2016]. Dostupné z: http://www.dvojcata-asociace.cz/?page_id=148

Druhy dobrovolnictví. In: Dobrovolnik.cz [online]. [cit.2016-04-13]. Dostupné z: <http://www.dobrovolnik.cz/oblasti-dobrovolnictvi/druhy-dobrovolnictvi/>

FIERO, P. P., 2011. *Tin talk (Idioglossia)*. [online]. [cit. 15.5.2016]. Dostupné z: <http://multiples.about.com/od/twintoddlers/a/tintalk.htm>

Kdo jsme. In: Českomoravská asociace Klubů dvojčat a vícčrat [online]. [cit. 14.5.2016]. Dostupné z: http://www.dvojcata-asociace.cz/?page_id=16

Klub dvojčat a vícčrat Plzeň. In: Klub dvojčat a vícčrat Plzeň [online]. [cit. 15. 5. 2016]. Dostupné z: <http://www.dvojcata-plzen.bluefile.cz/>

LOMÍČKOVÁ, Tereza, 2003. Dvojčata. *Moderní babičtví (2)*. [online]. [cit. 15. 5. 2016]. Dostupné z: <http://www.levret.cz/publikace/casopisy/mb/2003-2/pdf=155>

Naše cíle a poslání. In: Českomoravská asociace Klubů dvojčat a vícčrat [online]. [cit. 14.5.2016]. Dostupné z: http://www.dvojcata-asociace.cz/?page_id=22

O nás. In: Centrum pomoci rodinám s vícčraty. Klub dvojčat a vícčrat, o.s. [online]. [cit.14.5.2016]. Dostupné z: <http://www.dvojcata.cz/index.php>

O nás. In: *dvojčata.net*. [online]. [cit. 2016-04-25]. Dostupné z: <http://www.dvojčata.net/77/o-nas>

Porodné. In: Integrovaný portál MPSV [online]. [cit.12.5.2015] Dostupné z: <http://portal.mpsv.cz/soc/ssp/>

PRREDY, P, 2011. *Jak se mohou dvojčata lišit od ostatních*. In Sborník textů z 1. Mezinárodní konference Život s dvojčaty (s. 45-48). Dostupné z:http://www.dvojčataasociace.cz/wpcontent/uploads/2012/12/Sbornik_z_konference_2012_n1.pdf

Start something since 1904. In: 110 Years of History [online]. [cit. 24. 4. 2016]. Dostupné z:http://www.bbbs.org/site/c.9iILI3NGKhK6F/b.5960955/k.E56C/Starting_something_sinc_e_1904.htm

Trojčata. In: *modrykonik.cz* [online]. [cit. 15.5.2016]. Dostupné z: <http://www.modrykonik.cz/trojčata/>

Twin In :Cambridge Dictionaries.com [online]. [cit. 4. 5. 2016]. Dostupné z: <http://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/twin>

Vybrané demografické údaje v České republice 1989-213. In: Český statistický úřad [online]. [cit. 16. 5. 2016]. Dostupné z: https://www.czso.cz/documents/10180/20541931/3201814_0101.pdf/69279796-27ca-4da8-9022-0be0b8b48f84?version=1.0

V Praze se narodila první česká paterčata, děti jsou v pořádku. In: *zpravy.idnes.cz* [online]. [cit. 15.5.2016]. Dostupné z: http://zpravy.idnes.cz/na-svet-prisla-cisarskym-rezem-prvni-patercata-fra-/domaci.aspx?c=A130527_171950_domaci_hv

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

IVF – In vitro fertilization – oplodnění ve zkumavce

LMD – lehká mozková dysfunkce

SEZNAM PŘÍLOH

Přepsaný rozhovor č. 1 s ukázkou procesu kódování

Přepsaný rozhovor č. 2 s ukázkou procesu kódování

PŘÍLOHY

Přepsaný rozhovor č. 1 a ukázka procesu kódování:

Označení kategorií a kódů:

Kategorie *Důvody pro zapojení se do programu* – barva zelená

Kategorie *Asistent* – barva žlutá

Kategorie *Nejčastěji využívané oblasti a aktivity v rámci programu* – barva červená

Kategorie *Matka dvojčat* – barva růžová

Kategorie *Partnerský vztah* – barva modrá

Kategorie *Dvojčata* – barva oranžová

Kategorie *Nedostatky programu a jeho vylepšení* – barva hnědá

Doslovně přepsaný rozhovor:

Klasicky psaný text – odpověď matky dvojčat

Podtržený text – odpověď otce dvojčat

První otázka je – jak nebo kde jste se o asistentovi dozvěděly?

Z klubu dvojčat. My jsme byli asi první, Zuzka Starošíková nám dala vědět, že se něco takového spouští a byli jsme první kdo jsem dostali vlastně asistentku. Takže přímo v klubu dvojčat (kód č. 1). Takže takový průkopníci. Jo, jo.

Jak dlouho trvalo nalezení toho pravého asistenta pro Vás a nebo vůbec kolik asistentů k docházelo, dochází? *Celkem tři jsme měli. A v jednu dobu paralelně dvě, protože byl nadbytek asistentů a málo rodin, které o to měli zájem. Takže v podstatě okamžitě jsme měli asistentku (kód č. 2). To klaplo, ale kočena studovala v Kroměříži, takže ona do Olomouce jezdila jenom kvůli nám. Takže věnovala svůj čas, prostředky aby jela sem, tady přijela tramvají k nám, pobyla tady s klukala a to bylo ještě v době kdy spávali, takže jeden byl vzhůru, druhý spal, takže ta asistence neměla ten správný význam nebo dopad jak to bylo původně zamýšleno. My jsem iniciovaly takový nějaký podnět, jestli je tohle to efektivní, jestli by neměli někoho místního, aby se kočena taky.*

mohla třeba angažovat v místě bydliště, protože opravdu jezdit 30 km se nám zdálo málo. efektivní. Ale myslím si že jsme to dohodli efektivně, protože našli holce rodinu v Kroměříži a nám našli, bylo nám řečeno aktivní babičku. Toho jsem se nejdřív zalekla, měla jsem vždycky představu, že asistentka je nějaká mladá kočena-studentka a nikdy by mě nenapadlo, že by to mohl dělat někdo jiný. Aktivní babička krátce před padesátkou, chodí do práce, sama vychovala 5 dětí a jak jsme zjistili, tak jsem byla s její dcerou v porodnici, má o den mladšího vnoučka (kód č. 2). S tou jsme v kontaktu do dneška. A paralelně když byl přebytek asistentů, tak mi bylo nabídnuto že bychom mohli mít ještě jednoho. To byla studentka se kterou jsem se domlouvala podle jejich časových možností (kód č. 2). Ta sem chodila řádově od jara do léta, do června, pak se rozloučila, že na podzim jede na erasmus. S tou jsem chodívala ven na písek, to bylo moc fajn a potom s tou aktivní babičkou (kód č. 2). Tam to bylo časově trochu jiné, že dopoledne jsem si musela pokrýt sama, že by i v rámci její pracovní doby, jejich koníčků a aktivit jsme to museli nějak sladit, ale pak už šlo úplně ideálně. Lidsky jsem si sedli, ne že se vídáme každý týden, ale furt jsme v kontaktu. Tam to pokračuje nějakým způsobem i když to není ta asistence v tom pravém smyslu, jak to bylo zamýšleno. Ale pořád se scházíme, sem tam. Ta pravá asistence není už tak aktuální, mrňata už jsou trochu samostatný. Já jsem nastoupila do práce, takže to už je všechno jinak časově. Já než kluky vyzvednu ze školky, tak je to kolem půl paté jsem doma teprve.

Měly jste nějaké požadavky na asistenta – věk, vzdělání, povolání...? *Vůbec ne. To ne. Jako byla určitá důvěra v tom, že pošlou lidi se kterými mají nějakou zkušenost, nebo že je mají nějak interně prověřeny, že nepřijde někdo závadný. Neměli jsme nějaký limity. Hlavně vždycky byla úvodní schůzka a tam bylo jasné jestli si všichni vzájemně sedneme (kód č.2).*

Otázka – z jakého důvodu jste se do programu rozhodli zapojit? *Jsme na děti sami. Nejsou babičky, dědečkové, respektive jsou ale jsou zaměstnaní nebo jsou už relativně starší, 74 let a je asi 50 km daleko, takže to není babička – hele dneska potahujem nejdeme do školky, v devět tě tu čekám. Každá ruka dobrá (kód č. 1).*

Kolik let popř. Měsíců je Vaším dvojčatům? *No, 3 roky 3 měsíce. A do toho programu jste byly zapojeni když bylo klukům?* *No, rok a půl, to byly ještě tady v ohradce.*

V současné době už nemáte asistenta? *No, už to není o tom že by docházela ona sem, aktivní babička, ale já jsem ji využívala, že jsme chodili spolu do parku, než se kluci naučili chodit. Jeden musel sedět v kočárku, druhý chvíli chodil a pak se prohodili. Tam byla ta pomoc šílená (kód č. 3). Potom to přerostlo v to, že bydlí v domečku s velkou zahradou a tak říkala, že abychom nemuseli mít pořád oči na štopkách v parku, takže mám kluky nabalit a přijet k nim na zahradu (kód č. 2). Mají to vybavené kvůli to mu vnoučeti, mají tam trampolínu, houpačky, mají tam i napuštěný bazén v létě, takže se tam jezdíváme koupat. Ale i skrz to období podzimu říkala, ať mám změnu já, ať mají změnu kluci máme přijet na kafe (kód č. 2), takže je to spíš taková teta. Opravdu teta se vším všudy.*

Ten asistent k Vám docházel víckrát v týdnu nebo to bylo na ty 2-3 hodinky jak to bylo domluvené? *Většinou jednou týdně (kód č. 2). Takže jednou týdně dopoledne přišla ta studentka a jednou týdně odpoledne s tetou jsme se domlouvali (kód č. 2). Ten souběh nebyl dlouho. Ale přišlo mi to vhod, to bylo zrovna v tu kritickou dobu, kdy to bylo vážně hodně náročný.*

Změnilo se nějakým způsobem plánování a organizování času a třeba i činností ve Vaší rodině po zapojení se do programu? *U nás se prakticky v rámci plánování nezměnilo vůbec nic, protože kluci v jednom kuse na jaře a v létě, na písek, na hřiště (kód č. 3) a nám bylo jedno jestli tam jdeme v deset nebo v jedenáct nebo odpoledne ve tři, ve čtyři, takže v tom se nezměnilo prakticky nic. A já jsem nevyužívala asistenty proto aby oni byli s dětma a já bych žehlila nebo vařila. Já jsem v úvodu toho programu pochopila, že ta matka nebo někdo z té rodiny musí s tím asistentem být stále přítomná, takže podle toho jsem to taky tak pojala, že jsem to brala jako výhodu pomoci, když jsme spolu venku, že nemusím mít oči na štopkách jenom já, ale že se to dá rozpůlit, ta pozornost.*

Třeba teď mě napadá, k doktorovi, když jste šla s dvojčátkama, tak jste třeba nevyužila asistentku? *Jednou se to možná takto udělalo. Jinak ale ne, chtěla jsem chodit na plavání, ale teta Jarka chodí do práce a to plavání bývá v dop.hodinách, tak tam*

to neklaplo. Ale přes léto mají napuštěný bazén, takže říká, že místo plavání v Delfínku můžeme plavat u nich. **Takže vždycky spíš pomocná ruka na těch hřištích. Ano. Každá ruka dobrá (kód č. 3).**

Další oblast, ta se týká spíš maminky nebo ženy. Jestli vy sama pro sebe pocítujete nějaké změny nebo východy tohoto programu jako pro ženu, matku. Ano. To bylo druhé a možná i na stejné úrovni jako ta fyzická pomoc, ta psychická. Protože manžel od rána do večera v práci a já jsem byla pořád s těma klukama. Měla jsem vždycky pocit, že když mám ty děti dvě, tak nezapadnu do kolektivu těch sólo maminek, takže že bych měla nějakou maminku se kterou bych chodívala ven, to u nás nikdy nebylo (kód č. 4), takže já jsem tu Jarku a navíc ještě i z té pozice že ona vychovala 5 dětí a měla rozhled obrovský, tak poradila, řekla jak překonala problémy se svými dětmi. Takže i v rámci těch jejích zkušeností jsem to brala jako obrovský, moje obohacení. No a když měl člověk nějaké trable, tak jsem to s ní mohla jako s kamarádkou probrat. Jen to sdílení byla už obrovská pomoc. Měla jsem pocit, že jsem zase chvílku v normálním světě (kód č. 4).

Myslíte si, že to bylo dáno tím věkem a zkušenostmi, že by to tak s těmi mladšími asistentkami nebylo? Ty zkušenosti, ty určitě jsou důležité. S tou studentkou to bylo moc fajn, tam jsme spíš probírali to co ji trápí, čím ona procházela, co jí čekalo za zkoušky (kód č. 4). Ten svět té čerstvé babyčky je nám podstatně bližší než ten svět té holčiny která přijde jednou za týden ale žije jinde a jinak. A opravdu je to o těch zkušenostech. Jenom tím, jak jsme si povídali, jsme zjistili že jsme stejná krevní skupina, na hodně věcí nahlížíme hrozně podobně. Naprosto přirozeně to plynulo. **Ta asistentka byl vždycky spíš partner a parťák než kdo by si tu stoupl k žehlicímu prknu (kód č. 2).**

Jak dlouho Vám trvalo vytvoření pocitu důvěry s asistentem? V podstatě okamžitě (kód č. 2). S tetou Jarkou to bylo hned na prvním setkání v Heřmánku (kód č. 2), kde jsme měli první schůzku a s tou studentkou během první procházky, během prvního setkání jsem věděla že opravdu není problém (kód č. 2), že v ní mám plnou důvěru. A když jsme se vrátili, tak já jsem rychle skočila k plotně a začala jsem ohřívat oběd a ona vyslíkla kluky, dala je umýt, převlékla je do domácího. To už člověk nemusel vůbec nic říct, že to šlo naprosto automaticky.

Další oblast je na změny v partnerském vztahu. Jestli máte pocit, že zapojení do programu nějak ovlivnilo Váš partnerský vztah – třeba v komunikaci? *V této oblasti jsem to tak vůbec nevnímala, z mého pohledu určitě ne. Tak změny v partnerském životě nastaly, protože ty děti měly evidentně prim a tatínek je vždycky na druhé koleji, ale to je asi zákonitý. Asistent tady mohl občas jakoby uvolnit tu atmosféru, protože mohl kompenzovat ty potřeby té ženy, které já tím, že jsem byl v práci a chodil jsem domů pozdě, jsem nemohl naplnit. Takže když tu někdo byl a oni si mimo jiné popovídali o svých problémech nebo takhle, tak to zase bylo trošičku lepší než když jsem přišel domů, člověk je utahaný, chlap potřebuje první půl hodinu nemluvit, ona je tu celý den s dětma tak by si potřebovala o něčem popovídat, tak je to nemluví na mě, půl hodiny mě to nech bejt. Takže já myslím, že asi jo. Určitě to takhle nějakým způsobem fungovalo. Já to takhle třeba vůbec nevnímám (kód č. 5).*

Jaký vliv, zda nějaký, měl tento program na Vaše dvojčata? Jak dvojčata reagují na příchod a celkovou přítomnost asistenta? *Mluvili o obou tetách (kód č. 6) a když jsme se chystali za tetou Jarkou na návštěvu nebo na zahradu, tak i teta Jarka i její manžel, ten je teda úžasnej, takže ti byli vždycky velká hitovka, takže velmi pozitivně (kód č. 6). I na tu studentku co s náma chodila ven na písek, na hřiště tak taky. Když věděli že má přijít teta Jarka, cinkl zvonek tak Matýsek už si to trádoval ke dveřím, takže velmi pozitivně (kód č. 6).*

A myslíte si, že díky tomu, že asistent jako cizí člověk který k Vám přichází, mohl pomoci dětem pochopit, že přijde někdo na určitý den, na určitou dobu? A že ho berou jako rodinného člena? *Já myslím, že ho berou jako součást rodiny, že ten vztah je jakoby člen rodiny. Tam ani žádná pravidelnost nebyla, když odcházel, tak se řeklo, že si napíšeme mail, kdy příští týden budu moct.*

Poslední je takové shrnutí toho asistenčního programu. Jestli pocítujete, že Vás program nějak zklamal nebo má nějaké nedostatky? A naopak co na něm vystihujete? *Z mého pohledu, tak jak je to nastavené, tak si myslím, že to funguje velmi dobře (kód č. 7). Z počátku jsem trošku zalitovala, že tam byla ta formulka, které my jsme*

se teda striktně drželi, že nenechávat děti samotné s tím asistentem. Já tomu rozumím, že kdyby se fakt něco stalo, tak kdo je zákonný zástupce a co se stalo atd. Na druhou stranu jsem si říkala, že kdybych mohla mít tu hodinu být tady doma a třeba něco stihnout udělat co nemůžu v jejich přítomnosti, ať se nezraní nebo nevypijí nějaké savo. Na druhou stranu jsem si říkala, že na to existují placenné služby a to už nemá s tím původním programem nic společného. **To jsem si urovnala a v podstatě k tomu nemám co dodat nebo vytknout (kód č. 7).** *Ono tohle může fungovat na bázi dobrovolnosti v případě že si to obě strany vezmou za své. Snažit se nějakým způsobem to zastrčit do nějakých škatulek, jako nanormovat to, to nebude fungovat nikdy. Ale je to spokojenost. Maximální (kód č. 7). Furt jste rodič a tu zodpovědnost z vás nikdo nesejme, o ty děti se starat musíte, to není chůva, který dáte děti a dala nohy na stůl nebo si šla něco doma uklízet. Takhle jsme to nikdy nebrali, ale že se prostě objeví parťák se kterým můžete některý věci probrat. **Psychohygienu funguje. Je to parťák který vám umožní fungovat jako byste měla jedno dítě i když máte děti dvě. Nevím co bych tam měnil. Jako kdybych chtěl si nějakým způsobem stanovovat podmínky, tak by se to muselo přehoubnout do placených služeb. Takhle to prostě nejde (kód č. 7).** Zpětně to, jak člověk naskočil do práce a jsou zase jiné věci, tak si s tetou Jarkou třeba na telefonu, připadáme jako dostihový koně, že pořád klušeme a klušeme. A na té mateřské jsem byla s klukama na té mateřské sama, tak jsem byla hodně, **hodně ráda za tuto službu, která se zrealizovala (kód č. 7).** **Je to obrovská pomoc, hlavně pro rodiny s dvojčatama které nemají nikoho, které by tu pomoc museli, řeknu možná hloupě, nakoupit formou placeného hlídání nebo chůvy (kód č. 1).** **Navíc mi to otevřelo oči v tom, že není problém nechat ty vymodlené děti v rukou úplně cizích lidí. Ta důvěra v člověka kterého vidím jenom chvíli se navázala rychle a mě to otevřelo oči že nejsme jenom na svém písečku ale ty děti můžu klidně pustit do světa a mít trošku větší volnost (kód č. 4).** **Vylepšovat jde vždycky všechno, ale ve chvíli, kdy to opravdu není služba a je to symbióza lidí, kteří chtějí, tak se ty pravidla nedají jednoznačně určit. Kdyby těch asistentů bylo přehršel a dalo by se to domluvit že by ti asistenti chodili třeba dva, tak by to bylo milý, ale prostě my ty děti máme, my se o ně musíme starat, to nám nikdo nesebere a jestli se náhodou jednou za čas objeví někdo kdo nám trochu uleví – no tak pánbůh zaplať. Takhle to člověk musí brát (kód č. 7).***

Přepsaný rozhovor č. 2 a ukázka procesu kódování:

Označení kategorií a kódů:

Kategorie *Důvody pro zapojení se do programu* – barva zelená

Kategorie *Asistent* – barva žlutá

Kategorie *Nejčastěji využívané oblasti a aktivity v rámci programu* – barva červená

Kategorie *Matka dvojčat* – barva růžová

Kategorie *Partnerský vztah* – barva modrá

Kategorie *Dvojčata* – barva oranžová

Kategorie *Nedostatky programu a jeho vylepšení* – barva hnědá

Doslovně přepsaný rozhovor:

Klasicky psaný text – odpověď matky dvojčat

Podtržený text – odpověď otce dvojčat

*Juchů, jak je nový ksicht. Protože viděla jsi to sama, jak je nový člověk, jinak tě v rodině znaj, že? Já jako konkrtně, já jsem s nima furt, takže ještě když mají ty babičky a tak, tak je to pro ně jednodušší, že daj děti a jdou pryč, ale já jsem tady, **babička jedna je 100 km, druhá je 130 km a prostě, jedna v práci, druhá je velmi aktivní babička, takže na vnoučata nemá moc čas a přes svůj vlastní program (kód č. 1).** Je to jako docela na hlavu i co se týká mě, protože **ta izolace šílená (kód č. 1)** a to že člověk jde ven a to že tam vidí ty jiný maminky a pobaví se s jinýma maminkama, je to dobrý relax, ale přesto je ten člověk pořád v tom, **pořád se řeší ty děti a fakt nutně úplně nutně potřebuje ženská vypnout hlavu a myslet třeba jenom na hadry nebo na jídlo, prostě na něco. Hlavně nemyslet na děcka (kód č. 4),** takže teď je, že jsme byli s manželem v Ikei a dali jsme děti na celý den babičce a teď jsem byla jako v kině a prostě jsem se úplně nadechla jako jo. Prostě fakt je to hrozně potřeba a ty děti jsou určitě hrozně rády, když přijde někdo jiný, cizí a jinak si hraje a jinak s nima jedná, ty děcka jsou rády už jen za ten obličej.*

Dvojčata jsou dar obrovský a manžel se do toho jako zapojuje neskutečně. Angažoval se do dvojčat úplně od začátku a kolikrát je on víc máma než já. Já jsem měla po zdravotní stránce dost dlouho sama co se sebou a jako co se týká asistenčního

programu tak jako obléval všecko on a na schůzky. První schůzka vlastně byla v den kdy se narodily děti, takže 9.12. a byla schůzka s asistentama a on ještě chudák letěl z porodnice na setkání s asistentama (kód č. 2). A asi po půl roce jsme se potkali s Jitkou (kód č. 2). A když o bylo po půl roce v červnu, tak jsme přicházeli do místnosti všichni, s prátama ve vajíčkách a oni neřvali vůbec a absolutně žádný náznak pohybu a Jitka – já bych chtěla k nim :-). Takže výběr byl takhle daný, Kuba na ni udělal pár cukrbliků a bylo to.

Kde jste se o asistentovi dozvěděly? My jsme vlastně chodili na předporodní kurzy pro dvojčata pořádaný tím centrem. A od té doby jsme začali sledovat newslettery a facebook. A myslím, že na tom posledním sezení nám to tam paní Jemelková představovala, že tam taková možnost je a že všechny páry (kód č. 1) – myslím 3 nebo kolik nás tam bylo, to je supeeeer, že taková možnost je. Protože jsme se hrozně děsili (kód č. 1) co to bude ty dvojčata, protože přece jenom ten strach byl obrovskéj (kód č. 1) a když slyšíš jako Asistent tak jako TO JE PRÍMA. Takže to bylo na tom předporodním kurzu a pak nějaké zprávy byly přes ten facebook a chodí emaily, když jsme tam zadali e-mailový adresy, tak jsou věci který jsou na fb, tak jsou přeposílány i na e-mail.

Jak dlouho trvalo nalezení pravého asistenta a kolik jste vlastně asistentů měly? Měly jste jen jednoho nebo se jich vystříдалo víc? Měli jsme dva životopisy a doufali jsme že se na té schůzce právě s těmi slečnami potkáme, protože z toho životopisu, tam je pár údajů, z toho se člověk víc nedozví, fotky jako jó jasně, ale nejlepší je takový to osobní setkání. No a jak říkám, my jsme prostě potkali - ona si jako vybrala nás. Ty dvě asistentky tam nepřišly tenkrát. A přišla se zeptat na asistenční program Jitka a hned jako že by chtěla nás. My jsme si právě mysleli že bude problém, že jsou opravdu maličké, tak jsme si říkali že to bude handicap. Že bude pro ně lepší, když si ty děti budou o sobe umět trošku postarat. Tohle je ještě takové komplikované období ale nakonec to dopadlo dobře a myslím si že do měsíce od toho setkání – už během prázdnin nějak pomáhala.

Měly jste požadavky na toho asistenta? Já jsem popravdě měla představu a asi bych dala

přednost, kdyby to byla taková babička, protože jsem popravdě byla trošičku sobec pro sebe, protože ze začátku člověk velice tápe v těch miminkovských věcech a babička která to už má jakoby za sebou a většinou i ty ženy jakoby dokážou utěšit tu maminku, takže jsem doufala, že budeme mít takovou babičku. Zvlášť když ty děti ty babičky mají tak daleko. Ale nikdo tam asi ani takto není v těch asistentech. Nebyl to požadavek, ale sama pro sebe jsem si představovala někoho staršího, ale nějaké speciální požadavky ohledně vzdělání to jsme určitě neměli. My jsme možná chtěli nějaké zkušenosti s dětmi, ale že bychom na to nějak bazírovali. Třeba u nás ta Adriana měla v papírech nějaké tábory a že hlídala - takže tohle bylo i tak v pohodě (kód č. 2).

Program je nastavený na 2-3 hodiny týdně, rozšířila se ta spolupráce, že to bylo na více dní nebo jste to po vzájemné domluvě rozšířily? No vzhledem k tomu, že naše slečna asistentka má poměrně velkou škálu zájmů, jsme úplně koukali, že nás tam dokázala vmáčknot, takže by to asi ani nešlo. Ale byli jsme domluveni na den a plus minus na hodinu a myslím si že to tak vždycky bylo a že to ani nenastalo že by šla víckrát do týdne. Byl do vždycky delší blog a jednou týdně (kód č. 2).

Takže jste měly i pravidelný den kdy jste se takhle stýkaly? V podstatě jo, teď to tak nastavený je, teď ji vlastně využíváme jako hlídání a hrací tetu a já mám studenta – doučuju, takže manžel je v práci, já jsem tady vedle a doučuju a ona je má na hodinku na starosti (kód č. 3). A pak když přijde manžel z práce, tak já můžu vařit a někdo děti zabaví. Takže ona si tam dělá svoje věci a já a Adriana je nakrmíme a připravíme na spaní a pak Jitka odejde a my je pak uložíme (kód č. 3). Občas jsem si potřebovala nakoupit, tak ještě spolu koupali, takže ona je šikovná.

Z jakého důvodu jste se do programu zapojily? Já jako matka musím říct, že jsem naprosto sobecky hledala někoho (kód č. 1), fakt já si myslím, že jsem měla nějaký poporodní deprese trochu a trošičku jsem propadala panice že to nebudu zvládat, ale na druhou stranu jsme si říkali, že určitě je to dobré, že bude moct člověk chvíli vypnout a že člověk hledá někoho spolehlivého, koho děti znají, tak třeba někdy do budoucna kdybychom chtěli jít někdy ven nebo tak jsme chtěli někoho kdo by ty děti

prostě znal a mohli jsme mu ty děti svěřit (kód č. 1).

První oblast – organizování času rodiny... Jak se u Vás změnilo plánování a organizování času rodiny? Tady by mě zajímalo jestli toho asistenta využíváte pro nějaké volnočasové aktivity např. plavání nebo cvičení nebo třeba k doktorovi když jdete tak potřebuje další ruce....

*Na to plavání to k tomu směřovalo, ale pak jsme zjistili, že manžela by strašně mrzelo, kdyby o tenhle moment vlastně přišel. Jitka jsme se ptaly jestli by jí to nevadilo, ona se tam byla i podívat jak to tam probíhá, že ví o co se jedná. Ale jak jsme tam pak byli tak tatínek prohlásil, že prostě on by nerad o tohle přišel, že je to upevňování víry. Protože zvlášť s těmi dvojčaty ten den a týden tak strašně letí, takže jde to díky bohu zařídit, tak že si tatínek zařídí v práci tak že na plavání může a ani k doktorovi ne, protože jak říkám v některých věcích je prostě víc máma než já. Takže nejdřív to bylo **takovýto hlídání, že fakt si s nimi dvě hodinky hrála, že jsme šli i kousek na procházku, ale spíš byla tady s nima doma a hráli jsme si a teď je to teda tak, že od začátku školního roku že hlídá když já doučuju studenta (kód č. 3).***

*Určitě člověk uvažuje tak, že jee **bude tady,můžu uvařit něco k večeři nebude to jenom rohlík s máslem ale může to být něco, nebo si nachystám něco na další den (kód č. 3).** Vím, že budu mít volněji, volnější ruce, samozřejmě že je nikde nezavřete, takže pořád se vám ty děti pletou za zádama, ale nemusíte se o ně starat vy, pořád je tam někdo. Takže určitě i v tomhle tom to **plánování nějak ovlivnilo, protože vím, že budu mít chvíli času nebo můžu sednou do auta a můžu jet, protože manžel tady je, dělá si svoje ale o děti se jakoby Jitka stará a já můžu odjet na nákup chvíli (kód č. 3).** V podstatě rok školní je to kvůli tomu doučování, takže to nepřesouváme. Děti už jsou větší, jsou na ni zvyklí, takže jsme do toho takhle šli. Kdyby to byly miminka a řvali atd. to neřešíme, ale takhle to jde. Teď máme výpadek měsíční, asistentka nám státnicuje, ale pak to zase bude dobrý, pak zase naskočí do starých kolejí. **Dodržujete takovou tu formulku, že ten rodič tam musí být s tím asistentem? Dodržíjeme. Zatím jakoby jo, bylo to v nějakém tom propozičním plánu toho celého programu, takže ji nenechávám tady samotnou s dětma.** Já si myslím že by jí to nebylo ani moc příjemný zatím. Ale když jsme se jí jako ptali jestli by nám byla ochotná třeba pohlídat večer, tak říkala, že jo. Já sama se toho nebojím, že by si s nima neporadila, už se znají dlouho. Nebyl ani důvod to porušit, zatím jsme*

to nepotřebovali. No třeba kdybych si měla odskočit támhle do večerku pro mléko nebo do sušárny s prádlem, tak to neřeším a jdu, tam ji s děckama netáhnu. Ale ani jí by nemuselo být příjemný kdybych jí řekla, hele já si jdu na kafe s kamoškou a ty máš děti na starost. Ted' už jsme se domlouvali, že bychom ji využili ted' v létě na nějaký doprovod na hřiště nebo děti začínají období odrážedel.

Oblast číslo 2 – vnímání programu ženou/matkou. *Ze začátku mám pocit, že chudinu brněli uši, protože bylo docela fajn, že jsem mohla tak nějak různě pochlubit, co už umí a tak. Takže jsem to brala spíše tak (kód č. 4). Mám velmi chápavé okolí kolem sebe, které chápalo že na mě izolace mateřská těžce dopadá, takže jsem si mohla s někým promluvit, s někým jiným než s dítětem (kód č. 4). Zhruba do 10 měsíců to bylo velmi náročné – oni jsou skvělý, zvědaví až moc a opravdu člověk řeší jenom to jak všechno skloubit a my dva na sebe jako moc času nemáme. Do toho roku jsme byli hodně přškrčení těma dětmama a tak, takže to si myslím, že ta komunikace s někým jiným mi hodně pomohla (kód č. 4). Jako i kamarádky, kolegyně chápaly že si matka potřebuje vylít srdce, ale Jitka taky byla velmi chápavá.*

Oblast třetí – partnerský vztah. *Jako že by měl asistent vliv na náš partnerský vztah? Tak samozřejmě člověk jako neřeší – takhle pozitivum – vybavuji si jeden moment, kdy to bylo hodně náročný, děti pořád jakoby pištěly a ublinkávaly – bylo to hrozný a vím že jsme tam stáli u linky a pro mě to byl krásný moment, protože jsme oba na sebe – ať si je užije chvílku někdo jiný. V tom nás to možná trochu... ale jako že by to nějak zásadně zasáhlo (kód č. 5) ... jako když je tady jiný člověk, tak neřeším nějaký zásadní věci, možná jsme trošičku limitovaní v komunikaci ve stylu, že neprobíráme soukromí věci, ale už to nějak padlo a už jsme si na Jitka tak zvykli (kód č. 5).*

Mě se dost často stalo, že když tady byla ta Jitka a já jsem přišel domů (kód č. 5), já si to vždycky plánuju tak, že jak jí skončí doučování, tak já jdu domů, v ten okamžik, když já jsem věděl že ona je tady, tak já jsem v podstatě jakoby nezapnul na ty děti, já je trochu ještě ignoroval – je tam Jitka a povídali jsem ženě jakoby co se událo, povídali jsme si co budeme dělat, jak to máme naplánovat. Pořád byly jakoby odfiltrovaný ty děti, kdežto když přijdu jakoby jiný den, tak v podstatě děti už jsou u dveří, už mě vítají, Helenku mám

na jedný noze. Kubu na druhý noze a vykládejte pak něco, že jo (kód č. 5).

Jako když je do toho i ten táta zapojený jako na 100% ,samozřejmě vím že v tý práci se ty tatínci taky nenudí, ale přece je to pro ně psychohygiena, že jdou jinam od těch dětí, že si od nich odpočinou. V tomhle já mám luxus, že manžel je s nimi ráno, večer přijde a já ze 100% přepnu na 50%, můžu si prostě povolit. Omezení rozhodně necítíme kvůli asistentovi, spíš pozitiva, i pro nás, že potřebujeme něco rozhodnout, tak vím že teď chvílku můžeme oddychnout od dětí a můžeme vyřešit nějaký problém (kód č. 5).

Tohle je taky důvod proč já jsem do toho šel, protože jsem si říkal, že když tady bude ta asistentka, tak žena bude moct vypnout, aspoň částečně. To je to proč já jsem do toho šel. Po celým tom dni si žena bude moct odpočinout (kód č.1). První dva měsíce jsem si našetřil dovolenou, takže jsem tady byl s ní, takže vím, co to obnáší, ten začátek, takže vím co je to za záprah. Ted už je to zase o něčem jiném a asi je to i horší, já si jdu jakoby odpočinout do práce :-D. Tam nejde o práci, ale o to, že člověk změní prostředí. Mě stačí jít s košem a už se na ty děti těším, ale když je s nimi člověk 24 hodin denně bez přestávky tak ponorka přijde a vím že i ty děcka jsou protivný, i já jsem protivná a samy sobě jsme si protivní a už potřebujeme aby někdo přišel, nějaká pomoc.

A přesně tohle ta Jitka jakoby, i když je to jenom ty dvě tři hodiny, ale pořád je to prostě to, že žena může vypnout, že nemusí na 100% hlídat ty děti. To je ten hlavní důvod proč jsem do toho šel – aby to pomohlo hlavně jí, se mnou to nemá až tak co dělat (kód č.1). Jasně je to na odpoledne, já se s Jitka tady vídávám, někdy se sbalíme a jdeme na hřiště, žena si tady může umýt v klidu vlasy =).

Já si nedokážu představit partnera, že by byl jak spousta maminek píše, jak to že není navařeno, uklizeno, jo? Tatínek dvojčat tohle prostě dělat nemůže, buď je do toho aktivně vtažený nebo prostě to nedá a odejde od tý rodiny. Jinak si to nedokážu představit, ta ženská by to nemohla dát.

Oblast čtvrtá – dvojčata. Jak dvojčata reagují na příchod a celkovou přítomnost asistenta? *Výborně. Velice dobře, od začátku. Hlavní východou je že jednak je to nový obličej, jednak že je to někdo koho znají, ale vidího ho jednou za čas, že třeba když jsou i větší tak úplně vnímám, že když přijde Jitka tak před ní šaškují a předvádí se, protože je to někdo jiný (kód č. 6). Taky jim to přineslo třeba učit se, interakce s jinýma lidma, nový přístup (kód č. 6). I mě to obohatí když vidím co s nima dělá (kód č. 4). Strašně se mi*

líbí, že ona jak je svobodná a nemá jakoby ty svoje děti, tak nemá takový ty mantynely, že já se bojím různých blbostí, ale ona se nebála a je odvážnější než já. **Myslím si, že jakmile ty děti potkají někoho nového – babičku, asistentku, tak je to něco nového naučí. Ten člověk, ten někdo, zaměří jejich pozornost, dělá s nimi něco nového (kód č. 6).** Člověk dělá pořád věci stejně a ten další zase jinak.

Zklamal Vás v něčem program, jsou tam nějaké negativa pro Vás? Napadá Vás i to jak program rozšířit? Nebo to nechat tak jak je to nastavené? **Já bych třeba brala víc času, jako víc času asistenta (kód č. 7),** ale jak jsem říkala, v našem případě Jitka má spoustu svých zájmů a studuje a má hodně koníčků atd. a **já oceňuji velice, že si v tomhle tom najde čas v podstatě na činnost za kterou nic nemá, člověk který živý rodinu si nedokáže představit, že dělá něco z čeho nic nemá. Já bych ocenila kdyby bylo víc času, ale to určitě není problém programu. Program sám o sobě nás nezklamal (kód č. 7).** Vylepšit? **Možná vylepšit tu zpětnou vazbu (kód č. 7).** **Líp informovat i rodiče a do začátku tomu dát ty informace co se od nich asi očekává (kód č. 7),** že by asi měli dělat, že nemusí pomáhat v domácnosti s domácími pracemi. Protože mě to zaskočilo, to víš, že bych byla ráda, kdyby mi to někdo pomohl udělat, ale na druhou stranu jsem si říkala, že ty jsi tady pro děti ne pro mě, pro mě až na druhém místě, takže domácí práce ne. **Do začátku nastavit ty pravidla a možná taky říct rodičům nebo naznačit v čem a s čím se dá hýbat a co má zůstat nastaveno (kód č. 7).** To znamená, že s časem minimumdvě hodiny, ale když budete chodit 2x týdně na dvě hodiny tak vás za to nikdo soudit nebude ale dodržujte to že nesmíte asistentku nechat s dětmi samotnou. Možná tohle by chtělo do toho prvního kroku víc říct, zvlášť když je ten asistent i rodiče nový. My jsme tápali a nevěděli a co po ní můžeme chtít a doufali jsme že ona přijde nabašená těmi informacemi a ona věděla stejný houby jako my. **Možná ta informovanost ohledně práv a povinností, s čím se dá hýbat a s čím ne. Třeba právě ta odpovědnost rodičů za děti i za přítomnosti asistentky (kód č. 7).** Informovat víc asistentky co se od nich čeká a co mi jako rodiče od nich vůbec můžeme chtít. **Líp informovat obě strany (kód č. 7).** My jsme hrozně vděční že tady někdo takhle chodí, takže mě bylo divný říct jí prosímte udělej tohle, jo, takže pořád našlapuju tak opatrně.